***Памятка для родителей «Внимание! Тонкий лед!»***

***Уважаемые родители!!!***

*С понижением температуры воздуха регистрируются случаи провалов людей под лед, при этом гибель наступает в 65% случаев. Пик количества погибших приходится на ноябрь, декабрь****.***

*Уделите внимание своим детям, расскажите об опасности выхода на непрочный лёд. Интересуйтесь, где ваш ребёнок проводит свободное время.*

*Взрослые, не будьте равнодушными, пресекайте попытки выхода детей на лёд и сами воздержитесь от таких прогулок. Беспечность может обернуться трагедией!*

***Правила поведения на льду:***

* *Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).*
* *Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределилась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.*
* *При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.*
* *При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).*
* *Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.*
* *Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо – это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалился.*
* *На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длинной 20-25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.*
* *Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.*
* *Одна из самых частых причин трагедий на водоемах – алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.*

***Что делать, если вы провалились в холодную воду:***

* *Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.*
* *Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.*
* *Попытайтесь осторожно налечь на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.*
* *Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.*
* *Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.*

***Время безопасного пребывания человека в воде:***

* *При температуре воды 24°С время безопасного пребывания 7-9-часов,*
* *При температуре воды 5-15°С – от 3,5 часов до 4,5 часов;*
* *Температура воды 2-3°С оказывается смертельной для человека через 10-15 мин;*
* *При температуре воды минус 2°С – смерть может наступить через 5-8 мин.*

***Если нужна Ваша помощь:***

* *Вооружитесь любой длинной палкой, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.*
* *Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.*
* *Не приближайтесь к месту провала. Бросьте человеку, находящемуся в воде, средство спасения.*
* *Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.*
* *Ползите в ту сторону, откуда пришли.*
* *Доставьте пострадавшего в теплое место. Вызовите скорую помощь (****112*** *– с мобильного и городского телефонов). До прибытия медиков окажите пострадавшему первую помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.*

***Становление льда:***

*Основным условием безопасного пребывание человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке:*

* *Безопасная толщина льда для одного человека не менее 7 см;*
* *Безопасная толщина льда для сооружения катка 12 см и более;*
* *Безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более;*
* *Безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.*