

## **ПАМЯТКА «ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЁД!»**

С началом ледостава на водоемах появляется угроза гибели людей. Осенний лед в период с ноября по декабрь, до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем он становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.



Для одиночных пешеходов, рыбаков лёд считается прочным при толщине не менее 7 сантиметров, для группы людей – 12 сантиметров. Наиболее прочен чистый, прозрачный лёд. На участках, запорошенных снегом, лёд, как правило, тонкий и не крепкий.

### **Правила поведения на льду:**

- не выходите на тонкий, неокрепший лед;
- не собирайтесь группами на его отдельных участках;
- не переходите водоем в запрещенных местах;
- не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям;
- не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лед;
- не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости;
- не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.

### **Если вы провалились в холодную воду:**

- раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение;
- зовите на помощь: «Тону!»;
- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и выкатиться из полыни;
- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность.

### **Если нужна ваша помощь:**

- вызовите скорую медицинскую помощь и спасателей - по телефону «112»;
- вооружитесь любой длинной палкой, шестом, можно связать воедино шарфы, ремни или одежду;
- ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно передвигайтесь к полынье;
- остановитесь в нескольких метрах от находящегося в воде человека и бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку, лыжу или шест;
- осторожно вытаскивайте пострадавшего на лед и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны;
- доставьте пострадавшего в теплое место;
- окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите горячим чаем, ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - это может привести к летальному исходу.
- вызовите скорую медицинскую помощь.

**Управление ГОЧС администрации Вышневолоцкого городского округа** обращается к населению, родителям и детям с настоятельной просьбой: будьте осторожны и соблюдайте все правила и меры предосторожности на замёрзших водоёмах.

Помните, несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей. Не рискуйте самым дорогим, что есть у человека – жизнью.