



## Уважаемые учащиеся!

С приходом зимы и наступлением холодов на водоемах наблюдается становление ледового покрова. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако, каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лёд, тем самым подвергая свою жизнь смертельной опасности.

ГУ МЧС по Астраханской области напоминает, что безопасным для одного человека считается лед толщиной не менее 7 см, пешие переправы считаются безопасными при толщине льда 15 см и более. Толщина льда на водоеме не везде одинакова, в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей, вблизи произрастания водной растительности. Чрезвычайно ненадежен лёд под снегом и сугробами. Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный; белого – прочность его в 2 раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком – лед ненадежен.

Главное правило: детям НЕЛЬЗЯ БЫТЬ на льду (на рыбалке, катание на лыжах и коньках) без присмотра ВЗРОСЛЫХ.

### **ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД! Главное - самоспасение:**

- Не поддавайтесь панике.
- Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
- Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду
- Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед.
- Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли;
- **Зовите на помощь.**

**Если вы стали свидетелем происшествия, немедленно сообщите об этом по телефону службы спасения 112 (звонок бесплатный) или 01.**

По возможности окажите пострадавшему первую помощь и ждите прибытия спасателей. Будьте внимательны к себе, своему здоровью, ведь сэкономленные пять минут не смогут заменить Вам всю жизнь!

### **ПОМНИТЕ!!!**

Нарушение правил безопасного поведения на воде – это главная причина гибели людей, в том числе детей.