



**предупреждают:**

## **ОСТОЖНО - ТОНКИЙ ЛЁД!**

**Не выходите на тонкий лёд.**

**Не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям.**

**Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лёд.**

**Не переходите водоем по льду.**

**Не выходите на лёд в темное время суток и при плохой видимости.**

**Не выезжайте на лёд на мотоциклах, автомобилях.**

**Если вы провалились в холодную воду:**

Не делайте резких движений, зовите на помощь: «Тону!». Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить на лёд одну ногу, а потом и другую. Если лёд выдержал, перекатываясь, двигайтесь в ту сторону, откуда пришли. Не останавливаясь, идите к ближайшему жилью, отдохнуть можно только в тёплом помещении.

**Если нужна ваша помощь:**

Вызовите спасателей по сотовому телефону «112». Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой, можно связать воедино шарфы, ремни или одежду. Ползком, широко расставив руки и ноги, толкая перед собой спасательные средства, осторожно передвигайтесь к полынье. Остановитесь в нескольких метрах от полыньи и бросьте пострадавшему веревку, подайте палку, лыжу или шест. Осторожно вытащите пострадавшего на лёд и ползком выбирайтесь из опасной зоны. Доставьте пострадавшего в теплое место, снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь!

***В ЭКСТРЕННОЙ СИТУАЦИИ ЗВОНИТЕ "112" !***

