**Правила безопасного поведения на льду**

**Если Вы провалились под лед:**

· широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;

· если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед;

· старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбирайтесь на лед, заползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги широко их расставив;

· приноравливайте свое тело к наиболее широкой площади опоры;

· выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в сторону, откуда шли.

**Человек провалился под лед, Вы стали очевидцем:**

· немедленно крикните ему, что вы идете на помощь;

· приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки;

· подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них;

· к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде;

· ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут Вам спасти человека;

· бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;

· если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и двигайтесь к пролому;

· действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз;

· подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед, и ползком двигайтесь от опасной зоны.

**Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:**

· с пострадавшего снимите и отожмите всю одежду, потом снова оденьте, (если нет сухой) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника);

· при общем охлаждении пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем, в дальнейшем направит в медицинское учреждение;

· при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить животом бедро так, чтобы голова свисала к земле, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких, приступить к выполнению искусственного дыхания, растереть пострадавшего, чтобы согреть его.

**Взрослые и дети, соблюдайте правила поведения на водных объектах, выполнение элементарных мер осторожности – залог Вашей безопасности!**

***Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью***

***тел. оперативного дежурного ЕДДС 4-15-97 и 3-30-83***