**Памятка**  
 Опасно выходить на лед в период неустойчивых температур и во время продолжительной оттепели. Стоит помнить, что толщина льда на одном водоеме не равномерна. Наиболее тонкий лед находится у берегов. Чрезвычайно опасным и ненадежным является лед под снегом, опасность представляют собой полыньи, проруби, лунки, трещины.  
Кататься на коньках разрешается после тщательной проверки прочности льда, толщина которого должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см. Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок и собираться большими группами на небольшой площади. Каждому рыболову рекомендуется иметь с собой спасательное средство - шнур длиной 12-15 м с петлей на одном конце (для крепления на руку) и грузом 400-500 грамм - на другом.  
**Чтобы обезопасить себя при необходимости выхода на лед, необходимо знать и выполнять следующие правила**:  
- прежде, чем выйти на лед, нужно убедиться в его прочности (никогда не проверяйте прочность льда ударом ноги, используйте для этих целей палку);  
- использовать обозначенную тропу, при ее отсутствии - заранее наметить маршрут, взять с собой длинную крепкую палку;  
- если лед не прочен (прогибается, трещит под ногами), необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда;  
- исключите случаи пребывания на льду в темное время суток и в плохую погоду и т.д.  
**Что делать, если вы провалились в холодную воду**:  
- не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание;  
- сбросьте тяжелые вещи;  
- обопритесь на край льдины широко расставленными руками, затем забросьте одну, а потом другую ноги на лед;  
- постоянно зовите на помощь;  
- выбравшись из воды на лед, вставать и бежать категорически запрещено, нужно отползти от полыньи.  
                               **Если нужна ваша помощь:**  
- вооружитесь длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду;  
- следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье;  
- осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны;  
- доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем.  
Куда сообщить о происшествии:

Единая дежурно диспетчерская служба Новоусманского района 112

**Будьте осторожны, не создавайте угрозу безопасности собственного здоровья и жизни.**