**Государственное бюджетное учреждение Ярославской области**

**«Пожарно-спасательный отряд № 6»**

152153, г. Ростов, ул. Советская площадь, д. 19

**ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЕД !**

**ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД:**

- Не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой, зовите на помощь;

- Переберитесь к тому краю полыньи, откуда идет течение,- это гарантия, что Вас не затянет под лед;

- Добравшись до края полыньи, постарайтесь побольше высунуться из воды, чтобы налечь грудью на закраину и поочередно поднимите, вытащите ноги на льдину;

- Выбравшись из полыньи, откатитесь от нее и ползите в ту сторону, откуда пришли;

- Выбравшись на сушу поспешите согреться: охлаждение может вызвать серьезные осложнения;

**ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ:**

**ЧЕЛОВЕК ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД**

 - Немедленно, крикните, что идете на помощь;

 - Приближаться к полынье можно только 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 сами окажетесь в воде;

 - Подать пострадавшему шарф или ремень, любую доску или жердь, санки, лыжи и т.п. – за 3-4 метра до полыньи;

 - Если вы не один, то 2-3 человека ложатся на лед по цепочке и, держа друг друга за ноги, двигаются к пролому;

 - Действовать необходимо решительно и быстро, т.к. пострадавший быстро замерзнет в ледяной воде, а мокрая одежда тянет его вниз;

 - Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащить его на лед и ползком выбираться из опасной зоны;

 - Пострадавшего следует укрыть от ветра, как можно быстрее доставить в теплое место, растереть, переодеть и дать горячее питье.

**ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ,**

**СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ**

**НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ!**

**ВЫПОЛНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ МЕР**

**ОСТОРОЖНОСТИ – ЗАЛОГ ВАШЕЙ**

**БЕЗОПАСНОСТИ !**