# Памятка Опасности осенне-зимнего сезона в период ледостава

**Необходимо следить за тем, чтобы дети не допускали шалостей у водоемов и самостоятельно не спускались на лед.**

**Воздерживайтесь в этот опасный осенне-зимний период от проведения любых мероприятий вблизи водоемов.**

**Чтобы избежать опасности, запомните:**

* Пересекать водоемы на автотранспорте можно только по санкционированным ледовым переправам.
* При переходе водоема по льду следует пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии – палкой-пешней, при помощи которой проверяется прочность льда. Запрещается проверять прочность льда ударами ног.
* Безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 6-10 сантиметров.
* Во время движения по льду следует обходить участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность надо проявлять в местах, где имеются промоины на льду, проруби, выход вод, а также в местах выхода на поверхность льда кустов, травы.

**Если вы провалились и оказались в холодной воде:**

* Не паникуйте, не делайте резких движений. Дышите как можно глубже и медленнее.
* Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, предав телу горизонтальное положение по направлению течения.
* Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.
* Выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли: ведь лед здесь уже проверен на прочность.

**Если нужна ваша помощь:**

* Сообщите пострадавшему криком, что идете на помощь, - это придаст ему силы, уверенность и надежду.
* Помните: к провалившемуся под лед человеку необходимо приближаться лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами.
* Для оказания помощи используйте подручные средства: доску, шест, веревку.