



Тонкий лёд — серьёзная опасность, особенно весной, когда под воздействием солнца и тепла он быстро теряет прочность. Соблюдение правил безопасности поможет избежать несчастных случаев.

Основные правила поведения вблизи водоёмов

- Не выходите на лёд в тёмное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- Не проверяйте прочность льда ударом ноги. Если после сильного удара лыжной палкой показалась вода — лёд тонкий, по нему ходить нельзя.

- Избегайте мест с толстым слоем снега — под снежным покровом лёд всегда тоньше.
 - Не выходите на лёд в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь притупляет чувство самосохранения и замедляет реакции.
 - Не собирайтесь большим количеством людей в одной точке, не прыгайте и не бегайте по льду.
 - Не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям на льду.
 - Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лёд.
 - Не переходите водоём по льду в запрещённых местах.
 - Не выезжайте на лёд на мотоциклах, автомобилях вне переправ.
- Когда лёд особенно опасен**
- В местах **быстрого течения**, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах

произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.

- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена.
- Если температура воздуха выше 0 °С держится более трёх дней, прочность льда снижается на 25%.
- Лёд матово-белого, серого или жёлтого цвета ненадёжен. Прозрачный лёд голубого или зелёного оттенка — более прочный.

Что делать, если вы провалились под лёд

1. **Не паникуйте**, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
2. Широко раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой.
3. По возможности переберитесь к тому краю полыньи, где течение не унесёт вас под лёд.

4. Попробуйте осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, налечь грудью на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ногу.
5. Если лёд выдержал, медленно откатитесь от кромки и ползите к берегу. Передвигайтесь в ту сторону, откуда пришли, — там лёд уже проверен на прочность.

Как помочь пострадавшему

1. Вооружитесь длинной палкой, доской, шестом или верёвкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
2. Подползайте к полынье очень осторожно, широко раскинув руки.
3. За 3–4 метра протяните пострадавшему шест, доску, киньте верёвку или шарф. Подавать руку небезопасно — вы сами рискуете провалиться.
4. Осторожно вытащите пострадавшего на лёд и вместе с ним ползком

выбирайтесь из опасной зоны.

5. Доставьте пострадавшего в тёплое помещение, снимите и отожмите мокрую одежду, укутайте в сухое и тёплое, напоите горячим чаем.
6. Вызовите скорую помощь по телефону 112.

Помните: человек, попавший в ледяную воду, может окоченеть через 10–15 минут, а через 20 минут потерять сознание. Быстрота действий спасателей в этом случае критически важна.

Не оставляйте детей без присмотра вблизи водоёмов — это особенно опасно. Объясните им, что игры на тонком льду могут привести к трагедии.

С уважением, Головина Н.С.

Список используемой литературы:

Интернет ресурсы:

- (<https://sergach.nobl.ru/presscenter/news/177631/>),
(<https://65.mchs.gov.ru/deyatelnost/press-centr/novosti/4318737>),

(<https://gochsra.ru/tonkij-led-pravila-bezopasnosti/>)