**Памятка**

**«Опасность весеннего льда»**

В весенний период лёд начинает таять и становится непрочным. Скреплённый ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днём быстро нагреваясь. От просачивающейся талой воды, «тело» льда становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину. Весенний ледяной покров на реках нельзя использовать для катания и переходов, – такой лёд очень тонкий, непрочный и не выдерживает тяжести человека. Во льду образуются воздушные поры, которые при движении трудно заметить.

****

****

**Не выходите на весенний лёд!**

Перед вскрытием рек, озер, водоемов лед слабеет, становится рыхлым, опасным для перехода. Особую внимательность необходимо проявлять при выходе на лед в местах зимнего лова рыбы. Выходить на необследованный лед опасно, при необходимости перехода нужно пользоваться палкой-пешней, проверяя прочность

льда. Особенно осторожно нужно спускаться с берега - лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух. Также лед непрочен около стока вод, в местах произрастания растительности, под сугробами. 

**Оказание помощи провалившемуся под лёд**

**Самоспасение:**

 не поддавайтесь панике;

 не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться;

 широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду;

 обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед;

 без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли;

 зовите на помощь;

 удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду);

 находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех теплопотерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю;

 активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин;

 добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.

 подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти по-пластунски;

 сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность;

 за 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство;

 подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.



**Если вам необходима помощь спасателей, незамедлительно сообщите об этом по телефону экстренной службы спасения: «112»**