**УВАЖАЕМЫЕ РЕБЯТА!**

В связи с наступлением теплой погоды на водоемах области создалась опасная обстановка. Помните, что весенний лед опасен и коварен. Поэтому не находитесь вблизи водоемов, не играйте на льду, не катайтесь на льдинах и других предметах. Ведь порой и нескольких минут достаточно для того, чтобы случилось непоправимое.

Хочется еще раз заострить ваше внимание на правилах поведения во время пребывания на водоемах

Что делать, если вы провалились под лед?

1.Не паникуйте, постарайтесь не нырять и не мочить голову. Не пытайтесь немедленно выбраться на лед, потому что в том месте, где вы провалились, он, скорее всего, непрочный. Придерживайтесь за край льда.

2. Зовите на помощь.

3. Ложитесь на живот в позу пловца. Пока между слоями вашей одежды остается воздух, вы будете держаться на плаву.

4.Старайтесь передвигаться к тому краю полыньи, откуда идет течение. Добравшись к краю полыньи, постарайтесь налечь грудью на край льда и, закинув ногу выбраться на лед. Если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.

5. После того, основная часть туловища окажется на льду, отползите или откатитесь подальше от полыни. Медленно и осторожно ползите до безопасного места, отталкиваясь руками и ногами.

6. Выбравшись на сушу, поспешите согреться. Двигайтесь и делайте силовые упражнения, пока не согреетесь.

Что делать, если кто-то провалился под лед?

Оказание помощи провалившемуся под лед человеку – чрезвычайно опасное занятие. Чтобы помочь пострадавшему и не пострадать самому, придерживайтесь следующих правил:

1. Подумайте, сможете ли вы оказать помощь самостоятельно или лучше позвать кого-нибудь еще.

2. Если по близости ни кого нет, кто бы мог помочь, вооружитесь палкой, шестом, веревкой или доской и осторожно ползите к полынье, равномерно распределяя вес вашего тела по поверхности и толкая спасательное средство перед собой.

3. Приблизившись на максимально возможное безопасное расстояние от полыньи, протяните пострадавшему палку, шест или бросьте веревку.

4. Когда начнете вытягивать пострадавшего, попросите его работать ногами- так будет легче вытащить его из полыни.

5. Вытащите пострадавшего в безопасное место и окажите первую помощь, необходимую при переохлаждения организма. Вызовите скорую помощь.