**ПАМЯТКА**

  Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток, в непогоду и условиях плохой видимости.

Нельзя отпускать детей на лед без присмотра родителей.

Если в течение последних трех дней температура воздуха держится выше 0 градусов, то прочность льда снижается на 25%.

Опасно выходить на лед в период неустойчивых температур и во время продолжительной оттепели. Стоит помнить, что толщина льда на одном водоеме неравномерна. Наиболее тонкий лед находится у берегов, в районе перекатов и стремнин, около вмерзших предметов, на участках с выступающими на поверхность кустами.

Чрезвычайно опасным и ненадежным является лед под снегом, опасность представляют собой полыньи, проруби, лунки, трещины.

К группам риска относятся, в первую очередь, дети, любители подледной рыбалки и все желающие сократить по льду дорожный маршрут.

Что делать, если вы провалились под лед:

- не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание;

- раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения;

- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед;

- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу;

- ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

  Оказывая помощь пострадавшему, помните, что к месту пролома во льду нельзя подходить, а надо ползти на животе с раскинутыми в сторону руками и ногами, иначе вы рискуете провалиться. Если у вас под рукой окажутся доска, шест или багор, толкайте их перед собой и подавайте пострадавшему за 4-5 м от провала. Как только терпящий бедствие ухватится за поданный ему предмет, тяните его ползком на берег или на крепкий лед.

