**Правила поведения на водоемах зимой.**

     В результате понижения температуры возросла опасность возникновения несчастных случаев на водоёмах, покрытых льдом. В этот период особое внимание родителей нужно обратить на детей играющих вблизи замёрзших водоёмов. Взрослым также  не рекомендуется выходить на лёд. Если вы стали свидетелем несчастного случая на замёрзшем водоёме необходимо помнить.

**Если Вы провалились под лед:**

§  широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;

§  если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед;

§  старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбирайтесь на лед, заползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги широко их расставив;

§  приноравливайте свое тело к наиболее широкой площади опоры;

§  выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли.

**Человек провалился под лед, Вы стали очевидцем:**

§  немедленно крикните ему, что идете на помощь;

§  приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки;

§  подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них;

§  к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажитесь в воде;

§  ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут Вам спасти человека;

§  бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;

§  если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и

§  двигайтесь к пролому;

-  действуйте решительно и быстро, пострадавший

 действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде,

   намокшая одежда тянет его в низ;

§  подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны.

**Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:**

§  с пострадавшего снимите и отожмите всю одежду, потом снова оденьте, (если нет сухой) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника);

§  при общем охлаждении пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем, в дальнейшем направить в медицинское учреждение;

§  при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить животом на бедро так, чтобы голова свисала к земле, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких, приступить к выполнению искусственного дыхания, растереть пострадавшего, чтобы согреть его.

**Взрослые и дети, соблюдайте правила поведения на водных объектах, выполнение элементарных мер осторожности - залог вашей безопасности!**

**Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью.**

**При чрезвычайных ситуациях звоните:**