***ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ «ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЁД»***

Осенью, с наступлением низких температур на водоёмах образуется лёд, который ещё непрочный. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако, каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лёд, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

***Правила поведения:***
- Родители, не отпускайте детей на лёд без присмотра. Не выходите на тонкий, неокрепший лёд.
- Не собирайтесь группами на отдельных участках льда.
- Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лёд.
- Переходить водоемы нужно в местах, где оборудованы специальные ледовые переправы. В местах, где ледовые переправы отсутствуют, при переходе следует обязательно проверять прочность льда палкой.
- Не выезжайте на лёд на мотоциклах, автомобилях вне переправ.

***Это нужно знать:***
- осенний лед становится прочным только после того, как установятся непрерывные морозные дни

-Безопасным для человека считается лед толщиной 7 сантиметров.
-В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена.
- Лёд непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и сточных вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.

-крайне опасен лед под снегом и сугробами, а также у берега.
- Если температура воздуха выше 0°С держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.
 ***Прочность льда можно определить визуально:***
-лед голубого цвета - прочный,
-белого прочность его в 2 раза меньше,
-серый, матово белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.

***Что делать, если Вы провалились и оказались в холодной воде:***

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

- Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду и находиться на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех случаев теплопотерь организма, приходится на ее долю.

- Приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лёд ту ногу, которая ближе всего к кромке льда, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лёд.

- Если лёд выдержал без резких движений откатиться как можно дальше от полыньи, а потом встать и идти по своим следам к берегу.

- Если рядом есть люди, зовите на помощь. Но сами не прекращайте бороться — время терять нельзя.

- Добравшись до берега, надо сразу попытаться переодеться в сухое и согреться, возможно придется побежать к ближайшему дому.

В любом случае при возникновении чрезвычайной ситуации необходимо срочно **позвонить по телефону: 112 (звонок бесплатный)**.

**Н. В. Мамрукова, госинспектор Черемховского ИУ Центра ГИМС ГУ МЧС России по Иркутской области.**