**Это нужно знать:**

**- Безопасным для человека считается лед толщиною не менее 15 сантиметров.  
- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.   
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 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 в холодную воду:**

**- 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 ногу на лед.   
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.   
- Ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.**

**Если нужна Ваша помощь:**

**- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.   
- Следуйте ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.   
- Остановитесь от находящегося человека в воде в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.   
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.   
- Ползите в ту сторону, откуда пришли.   
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем.**