

Меры безопасности на водоемах весной

С наступлением весны активно тает ледяной покров водоемов. Чтобы избежать несчастных случаев на водоемах, не пренебрегайте основными правилами безопасного поведения.

Не выходите на лед, если нет уверенности в его прочности. Если же Вы все-таки провалились в холодную воду:

- постарайтесь зацепиться за какую-нибудь точку опоры и перетерпите первые неприятные ощущения от холодной воды. Никаких резких движений, подавите в себе внутреннюю панику.

- 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.

- не пытайтесь выбраться на заведомо тонкий лед: даже выбравшись на него, вы все равно провалитесь снова. Осторожно проламывая его, продвигайтесь к берегу или к толстому льду.

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

- если Вы выбрались на берег или на лед, снимите с себя всю одежду, максимально отожмите нижнее белье и наденьте на тело. Не стойте босиком на льду или холодной земле. Делайте согревающие движения. Не позволяйте себе заснуть, пока не начнете согреваться.

**Уважаемые взрослые и дети, соблюдайте
правила поведения на водных объектах!
Выполнение элементарных мер осторожности -
залог вашей безопасности!**

