

## **Памятка: «Что делать, если вы провалились под лед?»**

Не паникуйте! Если вы провалились, быстро выбросьте все, что держали в руках;

Руки широко раскиньте и попытайтесь удержаться за кромки льда, не повредив их при этом. Двигайтесь по направлению к тому краю, откуда пришли, и где вас не сможет унести подводным течением;

На лед вылезайте аккуратно ползком без лишних движений;

Если силы вас покинули, и сами вы не можете выбраться, зовите на помощь, раскинув широко руки и ноги.

Нужно уметь правильно оценить обстановку. Это касается случая, если Ваш малыш стал свидетелем того или иного происшествия на воде. Ребенку не следует бежать на помощь, провалившемуся под лед человеку. Существует реальная опасность и для него. Лучше позвать на помощь взрослых и обязательно позвонить спасателям по номеру 101

## **Памятка: «Оказание помощи пострадавшим на льду»**

Не поддавайтесь панике! Не кричите, берегите силы!

Наползайте на лед с широко расставленными руками. Делайте попытки снова и снова;

В качестве спасательных предметов могут быть использованы: доски, веревки, связанные шарфы, связанные ремни, ветки, багор, веревки с петлями на концах;

Выбравшись и з проруби, снимите одежду и ее тщательно отожмите, затем снова наденьте одежду. Бегом следуйте к ближайшему населенному пункту. Вызовите спасателей или «скорую»;

При спасении упавших под лед, действуйте быстро, решительно, но крайне осторожно;

Громко подбадривайте спасаемого. Подавайте спасательный предмет с расстояния 3-4 метров;

Дайте пострадавшему часть своей одежды, разведите костер и обогрейте пострадавшего. Вызовите «скорую»;

Не допускайте обморожения и замерзания. Признаки обморожения: побледневшая кожа и потеря чувствительности на бледном участке. Плавно растирайте обмороженный участок рукой (нельзя растирать снегом;

Признаки замерзания: озноб, вялость, чувство усталости, тяга ко сну. Зовите на помощь друзей и бегом с ними домой!

