**Оказание помощи пострадавшим на льду.**

  Главное не паниковать. Постарайтесь сразу широко раскинуть руки, чтобы не погрузиться под воду с головой. сохроняйте самообладание. Не кричите, если рядом никого нет, -вы только зря потратите силы. Лучше постарайтесь не обламывать  кромки льда и не делать резких движений, выбраться на крепкий лед. Важно "забраться" на край ноги, перенести тяжесть тела на широкую площадь опоры и затем, не поднимаясь ползти или перекатываться подальше от опасного места.

Если на ваших глазах человек провалился под лед, немедленно крикните ему, что идете на помощь. Это его успокоит и придаст силы. приближаться к полынье можно только ползком, иначе в воде окажитесь оба. Лучше под себя подложить какой либо деревянный предмет - доску. лыжи. палки - для увеличения площади опоры.

  Бросать тонувшему верёвки, связанные ремни, шарфы, а также санки, лыжи и длинномерные предметы за 3-4 метра до полыньи.

  Подползать к краю ее недопустимо. Если неподалеку оказалась несколько человек, то рекомендуется лечь на лед цепочкой и, держа за ноги друг друга продвигаться к пролому.

   В ледяной воде люди не могут находиться долго, поэтому жизнь и здоровье пострадавшего зависят от смекалки и быстроты действий. Поистине справедливо: кто скоро помог, тот дважды помог.

  Наилучший способ согреть человека - снять с него мокрую одежду, раздеться  самому и лечь рядом в спальный мешок. Дать горячее питье. При отсутствии спальника. одежду надо отжать и снова надеть на спасенного.

  Хорошо, если есть полиэтиленовая пленка. Ею можно укутать пострадавшего получается так называемый парниковый эффект. И постарайтесь быстро добраться до теплого помещения.

**В случаи происшествия на льду водоема необходимо немедленно обратиться за помощью в единую службу спасения по телефону 112**

**Информация предоставлена**

**ГПС (по Ленинскому району)**

**Центра ГИМС Главного управления МЧС России по ЕАО**