**ОКАЗАНИЕ  ПОМОЩИ  ТЕРПЯЩЕМУ  БЕДСТВИЕ  НА  ЛЬДУ.**

       Оказавшись в беде, не теряйте самообладания. Нельзя наваливаться грудью на кромку льда всей тяжестью тела. От такой нагрузки куски льда могут отламываться, увеличивая место провала. В воде необходимо лечь на спину, осторожно опираясь локтями на боковые кромки льда.

При таком положении тело примет почти горизонтальное положение, ноги поднимутся к поверхности воды. Вслед за этим надо осторожно отодвинуться на локтях, вытащить сперва на лед одну ногу и, наклонив в ту же сторону туловище, вытащить другую ногу. После этого, не вставая, отползти от места провала.

Приближаться к терпящему бедствие на льду необходимо ползком, опираясь на доску, лыжи и другие подручные предметы, а утопающему — подавать веревку, лыжную палку, поясной ремень. Когда спасающих двое, то можно подавать утопающему руку. При этом второй спасающий должен держать подающего руку за ноги.

**СОБЛЮДАЙТЕ ОСТОРОЖНОСТЬ НА ЛЬДУ.**

       Во время движения по льду следует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водный объект общего пользования ручьи и вливаются теплые сточные воды, ведется заготовка льда.

Безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 сантиметров.

При переходе по льду группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь впереди идущему.