**Государственное бюджетное учреждение Ярославской области**

**«Пожарно-спасательный отряд № 6»**

152153, г. Ростов, ул. Советская площадь, д. 19

**ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЕД !**

**ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД:**

- Не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой, зовите на помощь;

- Переберитесь к тому краю полыньи, откуда идет течение,- это гарантия, что Вас не затянет под лед;

- Добравшись до края полыньи, постарайтесь побольше высунуться из воды, чтобы налечь грудью на закраину и поочередно поднимите, вытащите ноги на льдину;

- Выбравшись из полыньи, откатитесь от нее и ползите в ту сторону, откуда пришли;

- Выбравшись на сушу поспешите согреться: охлаждение может вызвать серьезные осложнения;

**ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ:**

**ЧЕЛОВЕК ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД**

- Немедленно, крикните, что идете на помощь;

- Приближаться к полынье можно только ползком, широко раскинув руки;

- Подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них;

- К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе сами окажетесь в воде;

- Подать пострадавшему шарф или ремень, любую доску или жердь, санки, лыжи и т.п. – за 3-4 метра до полыньи;

- Если вы не один, то 2-3 человека ложатся на лед по цепочке и, держа друг друга за ноги, двигаются к пролому;

- Действовать необходимо решительно и быстро, т.к. пострадавший быстро замерзнет в ледяной воде, а мокрая одежда тянет его вниз;

- Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащить его на лед и ползком выбираться из опасной зоны;

- Пострадавшего следует укрыть от ветра, как можно быстрее доставить в теплое место, растереть, переодеть и дать горячее питье.

**ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ,**

**СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ**

**НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ!**

**ВЫПОЛНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ МЕР**

**ОСТОРОЖНОСТИ – ЗАЛОГ ВАШЕЙ**

**БЕЗОПАСНОСТИ !**

**Меры предосторожности при катании на тюбинге (ватрушке)**

Надувные санки (тюбинги) в последние годы приобретают все большую популярность, вытесняя деревянные и пластиковые санки со склонов и горок. Катание на санках ватрушках не требует специальных навыков, хорошей спортивной формы, предварительных тренировок. Кататься на ватрушке может любой. Кроме того, для катания на тюбинге не требуется специальная одежда: подойдет любая, лишь бы вам было в ней удобно.

В отличие от санок тюбинги способны развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска. Это добавляет ярких ощущений и адреналина катающимся. Однако не стоит забывать правила безопасности при катании на надувных санках.

1) Если вы накачивали или подкачивали ватрушку на холоде, то внося её в теплое помещение или в салон автомобиля, рекомендуется выпустить часть воздуха из камеры. Если ватрушка была сильно надута холодным воздухом, то в тепле воздух начнет расширяться и камера может лопнуть.

2) Не следует перегружать тюбинг. В характеристиках каждой модели указан максимально допустимый для нее вес.

3) Кататься на санках ватрушках рекомендуется на склонах с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Не следует кататься на тюбингах по склонам, поросшим деревьями.

4) Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите ее на предмет наличия ям, бугров, торчащих кустов, камней. Последние могут серьезно повредить ватрушку проколов или разрезав ее. Также не стоит кататься на надувных санках по песку или щебню.

5) Санки ватрушки развивают большую скорость, поэтому на склоне обращайте внимание на других катающихся. Перед началом спуска убедитесь, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей.

6) Не стоит кататься на тюбинге в состоянии алкогольного опьянения.

7) Кататься на санках ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на ватрушке стоя или прыгая как на батуте.

8) Для предотвращения потемнения оболочки и сохранения первоначального внешнего вида, рекомендуем хранить санки-ватрушки, сдув и вынув из оболочки камеру и положив её в отдельный полиэтиленовый пакет.

9) Не привязывайте надувные санки к транспортным средствам: снегокатам, квадроциклам, автомобилям и т.д.

**Соблюдая эти несложные правила, вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений.**

**«Выход на лед опасен для вашей жизни!»**

Опасный сезонный риск — тонкий лед. Сегодня толщина льда на водоемах не безопасна для выхода на лед, некоторые водоемы еще не полностью покрылись льдом, тем более на середине, где в основном и собираются любители зимней рыбалки, просто любители покататься по льду на водных объектах, игнорируя все выставленные аншлаги и устные предупреждения. С целью предотвращения гибели людей на водных объектах спасателями центра обеспечения действий по ГО и ЧС государственного бюджетного учреждения Ярославской области «Пожарно-спасательная служба Ярославской области» совместно с сотрудниками ГИМС МЧС по Ярославской области проводят ежедневные проверки мест выхода людей на лед.

Спасатели Центра обеспечения действий по ГО и ЧС государственного бюджетного учреждения Ярославской области «Пожарно-спасательная служба Ярославской области» предостерегают: «Ни в коем случае не проверяйте прочность льда ударами ноги.  Каждый свой шаг необходимо проверять ударами остроконечной палки, но бить лучше ею лед не перед собой, а сбоку.  Если после первого сильного удара покажется хоть немного воды — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставить их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при потрескивании льда и образования на нем трещин». Также спасатели ЦОД по ГО и ЧС призывают рыбаков ни в коем случае не выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад).

Элементарные меры предосторожности обезопасят Вас, а зимний отдых на воде принесет только радость.

**При возникновении чрезвычайных ситуаций необходимо звонить**
**по единому телефону пожарных и спасателей «101», «01» или «112»**

