**МЧС предупреждает!**

 Обращаем внимание жителей и гостей Колпинского района!

Постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 10.11.2022 № 1044 установлен период с 15 ноября 2022 года по 15 апреля 2023 года, в течение которого запрещается выход на ледовое покрытие водных объектов в нашем городе.

Если вы оказались в экстремальной ситуации то, необходимо знать рекомендации, которые помогут вам выжить и спасти другого человека.

***Как самостоятельно выбраться из воды:***

1. не паникуйте, необходимо успокоиться и сосредоточиться;
2. удерживайтесь на плаву, голову необходимо держать над водой;
3. не снимайте одежду, но избавиться от тяжелых вещей необходимо (рюкзак и т.п.);
4. повернитесь в ту сторону, откуда пришли – там лед уже выдержал ваш вес;
5. если течение сильное – согните ноги;
6. обопритесь на край льдины широко расставленными руками;
7. навалитесь на край льдины грудью, попытайтесь подтянуться и поочередно вытащить ноги на льдину;
8. после выхода из воды на лед вставать и бежать **запрещается**;
9. двигайтесь к берегу ползком или перекатываясь;
10. необходимо согреться и переодеться в сухую одежду или выжать мокрую.

***Запомните!*** Действовать надо быстро и решительно. У вас есть 10 минут до того, как онемеют мышцы, и 1 час до потери сознания.



 ***Как помочь человеку, оказавшемуся в воде:***

1. крикните пострадавшему, что идете к нему на помощь;
2. вызовите службу спасения;
3. бросьте пострадавшему спасательный предмет (шарфы, ремни, большие ветки, палка, багор, веревка с узлами, доска, лестница) с безопасного расстояния;
4. аккуратно подползите к пострадавшему, подайте ему руку и вытащите за одежду;
5. необходимо согреть пострадавшего, постараться найти ему сухую одежду.



Призываем граждан полностью исключить возможность выхода на лед.

Будьте внимательны и осторожны!

Не подвергайте себя и близких неоправданному риску!

***При возникновении чрезвычайных ситуаций, звоните круглосуточно 101, 112.***

*Управление по Колпинскому району Главного управления МЧС России по г. Санкт-Петербургу*

*ВДПО по Колпинскому району*

*ПСО по Колпинскому району*

2022