**Рыболовам на заметку.**

* Необходимо хорошо знать водоём, избранный для рыбалки, для того, чтобы помнить, где на нём глубина не выше роста человека или где с глубокого места можно быстро выйти на отмель, идущую к берегу.
* Необходимо знать об условиях образования и свойствах льда в различные периоды зимы, различать приметы опасного льда, знать меры предосторожности и постоянно их соблюдать.
* Определить с берега маршрут движения.
* Не выходить на тёмные участки льда — они быстрее прогреваются на солнце и, естественно, быстрее тают.
* На неокрепшем льду. Не подходить к другим рыболовам ближе, чем на 3 метра.
* Не приближаться к тем местам, где во льду имеются вмерзшие коряги, водоросли, воздушные пузыри.
* Не ходить рядом с трещиной или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами.
* Быстро покинуть опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода.
* Обязательно иметь с собой средства спасения: шнур с грузом на конце, длинную жердь, широкую доску.
* Не делать около себя много лунок, не делать лунки на переправах (тропинках).
* **Если вы провалились под лёд, необходимо**
* Не поддаваться панике и сразу звать на помощь.
* Не наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
* Широко раскинуть руки, чтобы не погрузиться с головой в воду.
* Опереться локтями об лёд и, приведя тело в горизонтальное положение, забросить на лёд ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащить вторую ногу и быстро выкатиться на лёд.
* Без резких движений отползти как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли.
* Удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий (одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным, а кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду).
* Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой (известно, что более 50% всех теплопотерь организма приходится на ее долю).
* Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин.
* Добравшись до берега если нет сменной одежды, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова её надеть. И как можно быстрее в тепло. Купинское инспекторское отделение ФКУ «Центр ГИМС МЧС России по Новосибирской области»