

ПАМ'ЯТКА

БЕЗПЕКА НА ЛЬОДУ

Щоб уникнути виникнення нещасних випадків на водоймах нагадуємо правила безпечного перебування на льоду:

- перш ніж ступити на лід, дізнайтесь про товщину льодового покриву на водоймі, виходити на лід можна лише тоді, коли його товщина досягне 7 см; для влаштування ковзанки – не менше 10-12 см; масове катання – 25 см;
- виходити на лід та йти по ньому



безпечніше там, де вже пройшли люди (по їх слідах чи стежках);

- забороняється збиратися на льоду великими групами в одному місці;

Рибалкам слід пам'ятати, що:

- не можна пробивати поряд багато лунок;
- не можна збиратись поряд великими групами;
- не слід ловити рибу біля промоїн;
- потрібно завжди мати при собі мотузку довжиною 12-15 м.

У випадку, якщо Ви провалились під лід:

- не піддаватися паніці, широко розкинути руки по краям пролому та утримуватися на плаву, уникаючи занурення з головою;
- покличете на допомогу, дійте рішуче й не лякайтеся;
- намагайтеся не обламувати край льоду, без різких рухів вибирайтесь на лід, наповзаючи грудьми та по черзі витягаючи на поверхню ноги, головне пристосовувати своє тіло, щоб воно займало найбільшу площу опори;
- вибравшись із льодового пролому, необхідно перекотитися і відповзти в той бік, звідки ви прийшли, де міцність льоду вже відома;
- далі необхідно переодягнутися, щоб зігрітися, виконайте будь-які фізичні вправи.

Якщо під лід провалилась людина:

- крикніть, що ви йдете на допомогу;
- наближайтесь до ополонки поповзом, широко розкинувши руки;
- підкладіть під себе лижі, дошку, фанеру;
- не підповзаючи до самого краю ополонки, подайте потерпілому палицю, жердину, лижу, шарф, віршовку, санчата і витягніть його на лід;
- витягши потерпілого на лід, разом з ним поповзом повертайтеся назад.

Бережіть своє здоров'я і життя!