

# ПАМ'ЯТКА

## Правила безпеки під час перебування на льоду

Виходити на лід можна тільки за **стійкої морозної погоди**. Щоб замерзла невелика водойма, **п'ять – сім градусів морозу мають протриматися щонайменше тиждень**. Велика водойма може не замерзнути повністю й через два тижні морозів.

Міцність льоду можна визначити на око, за умови відсутності снігу. Найбільш міцний лід має синюватий або зеленуватий відтінок, а його поверхня рівна, без бульбашок повітря. Найменш міцним вважається лід, відтінок якого жовтуватий або матово-білий; найчастіше він пористий і дуже ненадійний. Також слід пам'ятати, що найтонше покриття утворюється біля берегів, дерев, очерету, кущів, у тих місцях, де б'ють джерела. Окрему небезпеку являють собою лунки: вони, притрушені снігом, практично непомітні. Крім того, якщо протягом декількох днів температура повітря вище 0 градусів, то міцність покриття зменшується приблизно на 25%.

**Мінімальна товщина льоду, яка здатна витримати вагу дорослої людини, повинна становити не менше 7 см.** Для спорудження **ковзанки та пішої переправи** необхідний більш міцний шар льоду – **12 – 15 см**, для **масового катання на ковзанах – 25 см**, для **проїзду автомобіля – від 30 см і більше**.

### Правила поведінки на водоймах, покритих кригою

- Необхідно взяти із собою пішню (довга палиця з гострим металевим наконечником) або жердину, щоб перевіряти міцність льоду (**ні в якому разі не перевіряйте ударом ноги**). Якщо лід почав тріщати або на поверхні з'являється вода, **не біжіть, а відходьте повільно** тим самим шляхом ковзаючими кроками, не відриваючи ступні ніг від льоду, розставивши їх на ширину плечей.
- Якщо ви на лижах, то необхідно з'ясувати, чи є вже прокладена лижня. Якщо немає, а необхідно її прокласти, кріплення лиж відстебніть, палиці тримайте в руках, але не кидайте петлі на кисті рук.
- Якщо маєте рюкзак, то його необхідно повісити лише на одне плече, а ще краще волочити за собою на мотузці на відстані 2 – 3 метри. Якщо перехід здійснює група, відстань між лижниками чи пішоходами повинна бути не меншою ніж 5 метрів.
- Катайтеся на ковзанах лише в перевірених і обладнаних місцях.
- Не ловіть рибу поблизу вимоїн, занадто далеко від берега. Завжди майте під рукою міцну мотузку довжиною 15 – 20 метрів із великою глухою петлею на одному кінці та вантажем на другому. Тримайте поруч із лункою дошку або велику гілку.
- Завжди майте при собі що-небудь гостре, чим можна було б закріпитися за лід у разі, якщо ви провалилися, а вилізти без опори немає ніякої можливості (ніж, багор, великі цвяхи тощо).
- Не скупчуйтеся великими групами на одному місці та не пробивайте багато лунок на малій ділянці криги.

**Якщо ви провалилися під лід**, миттєво розставте руки в сторони для того, щоб утримати себе на поверхні. Голосно кричіть про допомогу, намагайтесь, не обламуючи краї пролому, без різких рухів вибратися на лід, наповзаючи грудьми на нього та по черзі витягаючи на поверхню ноги. Потім спробуйте відкотитися від небезпечного місця й обережно повзть до берега.

**Якщо ви надаєте допомогу постраждалому**, наближайтеся до місця пролому льоду повзком, широко розкинувши руки, не підповзаючи до самого краю. Подайте постраждалому жердину, мотузку, дошку, пасок і обережно тягніть його до берега; використовуйте будь-які предмети, що мають додаткову плавучість. Коли витягли постраждалого з води, перенесіть його як можна скоріше в тепле місце, переодягніть у суху білизну, дайте тепле пиття, викличте швидку допомогу.

**Смерть людини, яка несподівано опинилася в холодній воді**, настає найчастіше через шок, що розвивається протягом перших 5–15 хвилин після занурення у воду або порушення дихання.

**Будьте обережними та розсудливими. Не ризикуйте своїм життям!**