



**БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

# **ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ**

## **ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ НА ЛЬОДУ**

З настанням морозів на людину чекає небезпека - **загроза провалитись під лід**. Тому, щоб зберегти своє здоров'я чи навіть врятувати життя, слід пам'ятати

### **основні правила безпеки на льоду:**

- ходити по льоду можна лише тоді, коли його товщина досягне 7 см;
- масова пішохідна переправа може бути організована лише при товщині льоду понад 15 см;
- міцність льоду слід перевіряти товстою жердиною, з силою ударяючи нею 2-3 рази в одне і те ж місце;



- йдучи по льоду, треба обходити ділянки з кущами і травою, вмержлими гілками дерев, очеретом;
- якщо лід недостатньо міцний, необхідно зупинитися і повернутися назад тим же шляхом, сковзаючи по поверхні.

### **Якщо лід проломився:**

- ◆ не піддавайтесь паніці, утримуйтеся на плаву, уникаючи занурення з головою;
- ◆ намагайтесь вилізти на лід, наповзаючи на його край грудьми і почергово витягуючи на поверхню ноги;
- ◆ якомога ефективніше використовуйте своє тіло, збільшуючи ним площу опори;
- ◆ вибравшись на лід, перекотіться і відповзайте в той бік, звідки Ви прийшли, де міць льоду вже відома.

### **Якщо у Вас на очах під лід провалилась людина, то:**

- ◆ крикніть, що Ви йдете на допомогу;
- ◆ наближайтесь до ополонки повзком, широко розкинувши руки;
- ◆ підкладіть під себе лижі, дошку, фанеру;
- ◆ не підповзаючи до самого краю ополонки, подайте потерпілому палицю (лижу, шарф, мотузку, санки чи щось подібне) і витягніть його на лід;
- ◆ витягши потерпілого на лід, разом з ним повзком повертайтеся назад.
- ◆ якщо Ви не один, тоді узявши один одного за ноги, лягайте на лід ланцюжком і рухайтесь до пролomu. Дійте рішуче і швидко!

Витягши людину, якнайшвидше доставте її в тепле місце, розітріть, переодягніть в сухий одяг і напоїть чаєм.

**Управління з питань цивільного захисту Полтавської обласної державної адміністрації**