

**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, віршовку, санки чи щось подібне і витягніть його на лід. Кидати пов'язані ремені, шарфи або дошки треба за 3-4 метри;
- витягнувши 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 пролому. Дійте рішуче і швидко - постраждалий швидко мерзне в крижаній воді, мокрий одяг тягне його донизу;
- подавши постраждалому підручний засіб порятунку, витягайте його на лід і повзть з небезпечної зони. Потім укрийте його від вітру і якнайшвидше доставте в тепле місце, розітріть, переодягніть у сухий одяг і напоїть чаєм.



**Адреса НМЦ ЦЗ та БЖД  
Чернівецької області:**

**58001, м. Чернівці, вул. Кордуби, 9,  
т. (0372) 57-75-17, ф. (0372) 52-47-48,  
<http://www.nmc.cv.ua>  
e-mail: [nmc.chernivtsi@mns.gov.ua](mailto:nmc.chernivtsi@mns.gov.ua),  
[metodcv\\_nmc@ukr.net](mailto:metodcv_nmc@ukr.net)  
(методичний кабінет)**

**Розповсюджується безкоштовно!**



**Навчально-методичний  
центр цивільного захисту та  
безпеки життєдіяльності  
Чернівецької області**

# ІНФОРМУЄ...

**ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ  
НА ЛЬОДУ**



**пам'ятка населенню**

**Чернівці**

**Запам'ятайте! Виходити на замерзлі водойми поодиноці небезпечно! Лід може бути небезпечним для вас восени, взимку і навесні. Дотримання цих рекомендації дозволить вам зменшити ризик від небезпеки на льоду.**

**Виходячи на лід, пам'ятайте, що:**

- лід може бути слабким біля стоку води (наприклад з ферми або промислового підприємства);
- тонкий або крихкий лід поблизу кущів, очерету, під кучугурами, у місцях, де водорості вмерзли у лід;
- тонкий лід і там, де б'ють джерела, де швидко течія або струмок впадає у ріку;
- обминайте ділянки, покриті товстим шаром снігу - під снігом лід завжди тонший;
- обережно спускайтеся з берега: лід може нещільно з'єднуватися із сушею, можливі тріщини, під льодом може бути повітря;
- якщо лід почав тріщати та з'явилися характерні тріщини - негайно повертайтеся. Не біжіть, а відходьте повільно, не відриваючи ступні ніг від льоду;
- не перевіряйте міцність льоду ударом ноги;
- якщо вам необхідно перейти через замерзлу річку, озеро чи ставок - то запам'ятайте, що найкраще це зробити на лижах. Кріплення лиж відстібніть, палиці тримайте у руках, але їх петлі не

накидайте на кисті рук; рюкзак повісьте лише на одне плече, а краще волочіть на мотузці на 2-3 метри позаду; якщо ви ідете групою, відстань між лижниками (та й пішоходами) не скорочуйте менше, ніж 5 метрів;

- візьміть з собою палицю для перевірки міцності льоду. Якщо після першого удару палицею на ньому з'являється вода, лід пробивається, негайно повертайтеся на те місце, звідки ви прийшли.

Причому перші кроки треба робити, не відриваючи підшви від льоду;

- безпечним вважається лід: для одного пішохода - зеленуватого відтінку, товщиною не менше 7 сантиметрів( нижній прошарок льоду); для обладнання ковзанки - не менше 10-12 сантиметрів (масове катання - 25 сантиметрів); масова переправа пішки може бути організована при товщині льоду не менше, ніж 15 сантиметрів.

**Зимова підлідна риболовля потребує особливо суворого дотримання правил безпечної поведінки на льоду:**

не можна пробивати поряд багато ополонки;

не можна збиратись поряд великими групами;

не можна пробивати ополонки на переправах;

не можна ловити рибу біля промислів та занадто далеко від берега, як добре б там не клювало;

потрібно завжди мати при собі міцну мотузку довжиною 12-15 м;

необхідно мати поруч з ополонкою дошку або велику гілку.

**У випадку, якщо ви все ж провалились під лід, то:**

широко розкиньте руки по краях льодового пролому та утримуйтеся від занурення з головою. Дійте рішуче і не лякайтеся і не піддавайтеся паніці, тисячі людей провалювалися до вас і врятувалися;

намагайтесь не обламувати край льоду, вибирайтесь на лід без різких рухів, наповзаючи на лід грудьми або спиною і почергово витягуючи на поверхню ноги;

намагайтесь якомога ефективніше використати своє тіло, збільшуючи ним площу опори;

вибравшись на лід, відкотіться і відповзайте у той бік, звідки ви прийшли і де міцність льоду вже відома. Незважаючи на те, що вогкість і холод штовхають вас побігти і зігрітися, будьте обережні до самого берега, а там не зупиняйтесь, поки не опинитесь в теплі.