

- ✚ допоможіть, при потребі, рятувальникам у пошуку і рятуванні потерпілих;
- ✚ повідомте своїх родичів про свій стан та місцеперебування. Не користуйтеся довго телефоном, окрім як для повідомлення про серйозну небезпеку;
- ✚ переконайтесь, що ваше житло не отримало ушкоджень. Перевірте зовнішнім оглядом стан мереж електро-, газо- та водопостачання. Не користуйтеся відкритим вогнем, освітленням, нагрівальними приладами, газовими плитами і не вмикайте їх до того часу, доки не будете впевнені, що немає витoku газу;
- ✚ не поспішайте з оглядом населеного пункту, не відвідуйте зони руйнувань, якщо там не потрібна ваша допомога; дізнайтесь у місцевих органів державної влади та місцевого самоврядування адреси організацій, які відповідають за надання допомоги потерпілому населенню.



**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,
metodcv_nmc@ukr.net
(методичний кабінет)**

Розповсюджується безкоштовно !



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

ІНФОРМУЄ...

**НЕБЕЗПЕКА
СНІГОВОЇ ЛАВИНИ**



пам'ятка населенню

Чернівці

СНІГОВА ЛАВИНА - швидкий, раптовий рух снігової маси вниз по крутих схилах гір, який являє собою загрозу життю і здоров'ю та завдає шкоди об'єктам економіки і довкіллю.



Розміри лавин можуть бути від декількох десятків до декількох мільйонів кубометрів (тонн). Швидкість лавини може досягати до 100 м/сек.

Сила удару лавини може досягати до 40 т/м³, а при наявності в лавині чужорідних включень – до 200 т/м³.

Основна небезпека снігових лавин проявляється у вигляді безпосередньої ударної дії на людей та на перешкоди (споруди, будівлі, системи життєзабезпечення).

Фактори небезпеки лавин: значна кількість травмувань і людських жертв; завалювання сніговою масою та руйнування будинків і споруд, доріг, мостів, інженерних споруд, систем життєзабезпечення, знищення лісових масивів.

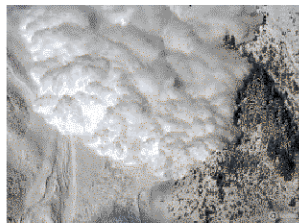
Рекомендації туристам:

- ⚡ не виходьте у гори в снігопад та у негоду;
- ⚡ вивчайте



перед мандрівкою у гори маршрут свого руху;

- ⚡ стежте у горах за зміною погоди;
- ⚡ запам'ятайте, що найбільш небезпечний період сходження лавин - весна та літо, від 10-ї години ранку до заходу сонця;
- ⚡ уникайте місць можливого сходження лавин (найчастіше воно трапляється при крутизні схилів понад 30°, якщо схил без чагарнику і дерев - при крутизні 20°; а при крутизні 45° лавини сходять практично після кожного снігопаду).



Дії у разі сходження снігової лавини:

- ⚡ зберігайте спокій, уникайте паніки, при необхідності надайте допомогу інвалідам, дітям, людям похилого віку та сусідам;
- ⚡ почувши шум снігової лавини, що наближається, негайно заховайтеся за скелю, дерево, ляжте на землю, захистіть руками голову, притисніть коліна до живота, орієнтуючи своє тіло за рухом лавини і дихайте через одяг.

Вас захопила та зносить лавина:

- ⚡ виконуйте плавальні рухи і тримайтеся, по можливості, з краю лавини, де швидкість руху менша;

- ⚡ спробуйте створити простір навколо лиця і грудної клітини у разі зупинки лавини - це допоможе вашому диханню;



- ⚡ не кричіть, якщо ви виявились всередині лавини, сніг повністю поглинає звуки, а крик та безглузді рухи лише позбавлять вас сил, кисню та тепла;

- ⚡ не панікуйте та не дозволяйте собі заснути;
- ⚡ пам'ятайте, що вас шукають і можуть врятувати протягом деякого часу.

Дії після сходження снігової лавини:

- ⚡ повідомте, по можливості, про лихо органи місцевої влади найближчого населеного пункту, якщо ви опинилися поза зоною сходу лавини;
- ⚡ зберігайте спокій, заспокойте дітей та тих, хто отримав психічну травму в результаті лавини, оцініть ситуацію;
- ⚡ вибравшись з-під лавинного снігу самостійно чи за допомогою рятувальників, обстежте своє тіло, зверніться до лікаря, навіть якщо ви вважаєте себе здоровим;
- ⚡ допоможіть, по можливості, постраждалим, викличте медичну допомогу тим, хто її потребує;

