



Не виходьте на лід поодинокі!
Не перевіряйте міцність льоду ударом ноги!
Будьте уважні, обережні і готові будь-якої миті до небезпеки!
Пам'ятайте: з початку зими небезпечною є середина водойми, а в кінці зими – ділянки біля берега.



Головний порог самопорятунку на кризі – не паніка!
Якщо під вами затривав лід і з'явилися тріщини, не лякайтесь і не біжіть стрімглав від небезпеки, тут необхідна обережність і неквапливість у руках.



Під час порятунку дійте швидко, рішуче, але вкрай обережно.
Головно підбадьорюйте постраждалого.
Подавайте ритуальні предмети з відстані 3-4 м.



Дайте постраждалому частину свого одягу.
Розпаліть вогнище і зігрійте постраждалого.
Викличте ритуальників або "швидку допомогу".

Обережно на льоду!

- Знайдіть для початку стежку або сліди на льоду.
Якщо їх немає, позначте з берега маршрут свого руху.
- Подивіться задалегідь, чи немає підозрілих місць:
 - лід може бути неміцним біля стоку води;
 - тонкий або крихкий лід поблизу кущів, очерету, під кучугурами, у місцях, де водорості вмерзли у лід;
 - обминайте ділянки, покриті товстим прошарком снігу – під снігом лід завжди тонший;
 - особливо обережно спускайтесь з берегів: лід може нещільно з'єднуватись із сушею, можливі тріщини, під льодом може бути повітря.
- Візьміть з собою палицю для того, щоб перевірити міцність льоду. Якщо після першого удару палицею на ньому з'являється вода, лід пробивається, негайно повертайтеся на те місце, звідки прийшли. Причому, перші кроки треба робити, не відриваючи підшви від льоду.
- Ні в якому разі не перевіряйте міцність льоду ударом ноги.
- Якщо ви на лижах, і вам треба прокласти лижню, кріплення лиж відстебніть, палиці тримайте в руках, але петлі від лижних палиць не кидайте на кисті рук.
- Якщо лід почав тріщати та з'явилися характерні тріщини – негайно повертайтеся. Не біжіть, а відходьте повільно, не відриваючи ступні від поверхні льоду.
- Пробийте ополонки по різні боки переправи, щоб виміряти товщину льоду. Треба мати на увазі, що лід складається з двох шарів: верхнього (каламутного) і нижнього (прозорого і міцного). Виміряти точну товщину можна лише знявши спочатку верхній прошарок неміцного льоду.
- Безпечним вважається лід:
 - для одного пішохода – зеленуватого відтінку, товщиною не менше 7 см;
 - для влаштування катка – не менше 10-12 см (масове катання – 25 см)
 - масова піша переправа може бути організована при товщині льоду не менше 15см.
 - Для переправи вантажного автомобіля – 30-35см, трактора – 40-60 см.

МВН НМЦ ЦЗ та БЖД
Дніпропетровської області Сергій ЯЦЕНКО



Якщо лід тріщить, плавно дягайте на кригу і відкочуйтеся у безпечне місце! У разі, коли ви провалилися в лунку, наповзайте на лід з широко розкинутими руками!
Пам'ятайте, енергійні рухи під час перебування у воді шеслюють і сприяють швидкому переохолодженню.



Після того, як вибрались з ополонки, зніміть, ретельно викрутіть і знову надіньте одяг.
Не зволікаючи прямуйте до найближчого населеного пункту.
Якщо почуваєте себе зле, викличте "швидку допомогу", переохолодження організму може дати ускладнення.



Ритуальні знаряддя:
дошка, драбина
мотузка з петлями
зв'язані шарфи
зв'язані паски
кінець Александрова
велика гілка, багор.



Не допускайте обмороження і переохолодження.
Ознаки обмороження – бліда шкіра і втрата чутливості на збитій ділянці.
Порада – повільно реставруючи обморожену ділянку рукою, ідіть додому. Снігом не розтирати!
Ознаки переохолодження – озноб, вогливість, відчуття втоми, сонливість.