Безпечно на льоду

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto

Безпечно на льоду

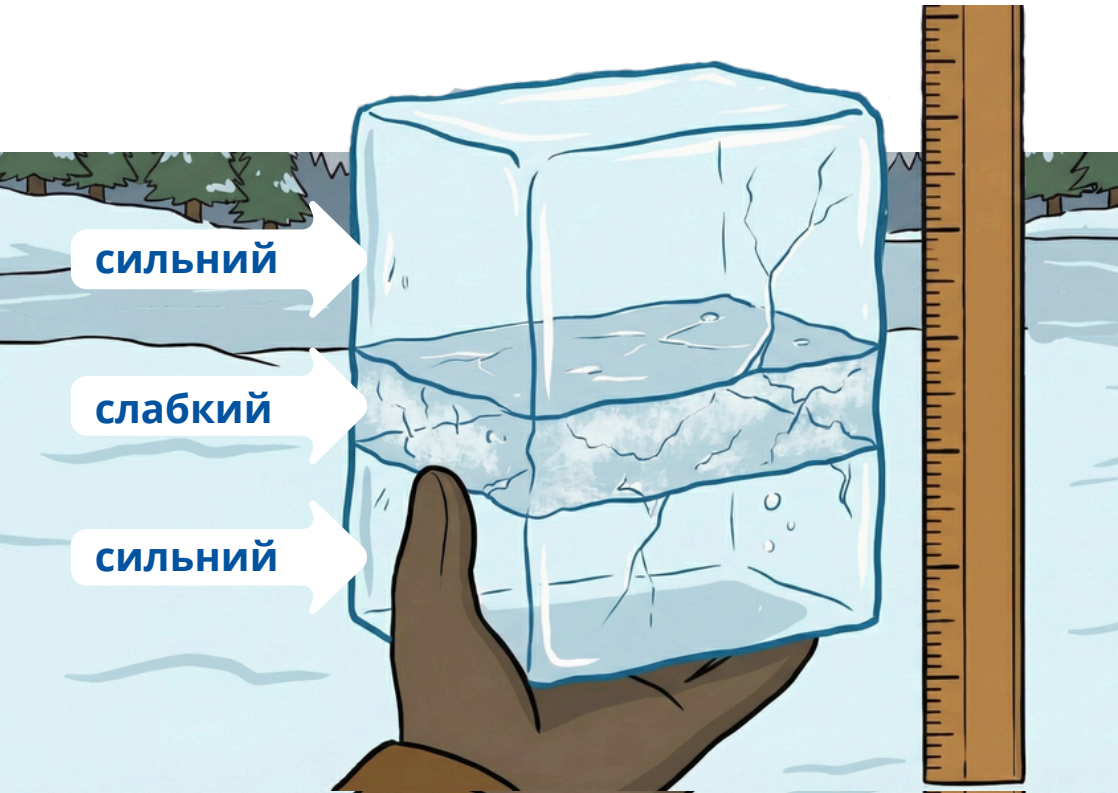
Прочитай важливу інформацію про лід.
Коли не можна виходити на лід?
Як правильно пересуватися по льоду?
Що робити, якщо ти провалився у воду з льоду?
Що робити, якщо хтось інший провалився у воду?

У Фінляндії море, озера та річки взимку замерзають.
Проте лід не завжди міцний.
Тонкий лід є небезпечним.
Він може раптово проламатися,
і ти можеш впасти в холодну воду посеред льоду.
Вивчи правила поведінки на льоду,
щоб знати, як правильно діяти.

Правила поведінки на льоду

Не виходь на лід, якщо ти не впевнений, що лід міцний.

- Лід може бути міцним в одному місці, але слабким зовсім поруч.
- Сліди інших людей на льоду не означають, що лід міцний.
- Запитай у інших людей, чи можна ходити по льоду.



Уникай небезпечних місць.

Завжди уникай місць, де лід часто буває тонким.

Це:

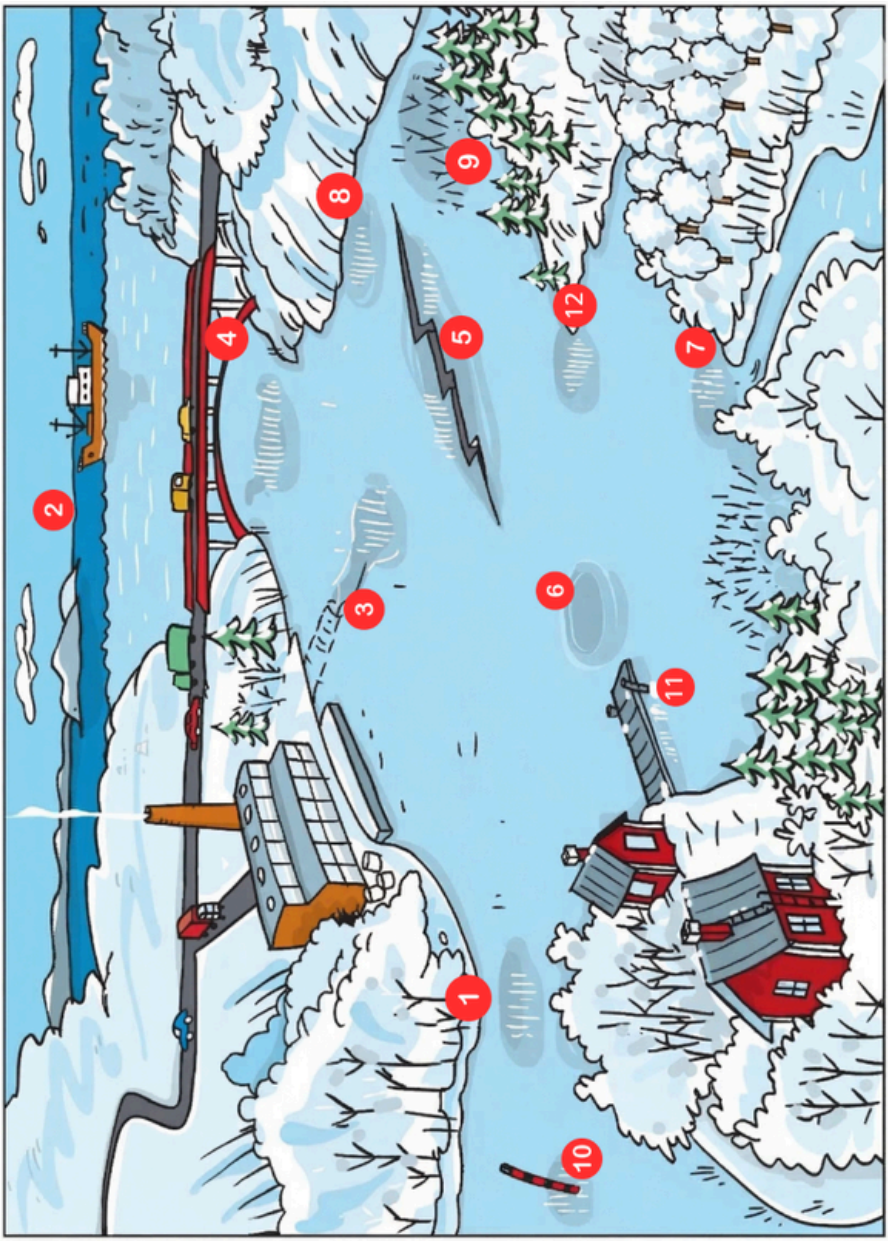
- гирло річки або струмка, тобто місце, де річка чи струмок впадає в море або озеро
- місця, де тече вода
- вузькі ділянки
- кінці мисів
- місця поблизу мостів або причалів
- очерети

Пам’ятай, що навесні весь лід небезпечний!

Не виходь на лід сам.

Завжди бери з собою друга. Якщо щось станеться, друг зможе допомогти або викликати допомогу.

Небезпеки структури льоду



1. Вузьке місце
    - Лід тонкий у вузькому місці.
    - Вода рухається — лід не витримує.
2. Судноплавний шлях
    - Тут рухаються човни або кораблі.
    - Лід може бути зламаний або розталий.
3. Стік (водостік)
    - З труби надходить вода.
    - Тепла вода розтоплює лід.
4. Міст
    - Під мостом вода тече.
    - Лід часто слабкий.
5. Тріщина
    - У льоді є тріщина.
    - Лід може провалитися.
6. Ополонка
    - У льоді є отвір.
    - Можна впасти у воду.
7. Текуча вода
    - Вода рухається під льодом.
    - b. Лід слабкий.
8. Крутий берег
    - Берег швидко переходить у глибину.
    - Лід може бути тонким.
9. Очерет
    - У воді багато рослин.
    - Лід не є міцним.
10. Кам’яниста мілина
    - У воді є каміння.
    - Лід може ламатися.
11. Причал
    - Тут є споруда у воді.
    - Лід слабкий поблизу.
12. Мис
    - Суходіл виступає у воду.
    - Вітер і течія послаблюють лід.

Завжди бери з собою на лід таке спорядження:

- Льодоступи (льодові шипи), за допомогою яких можна зачепитися за лід, якщо впадеш у воду. Носи їх на шиї. Без них важко вибратися з води.
- Рюкзак, який тримається на воді. Купи плавучий рюкзак у спортивному магазині. Поклади в рюкзак змінний одяг у пластиковому пакеті.
- Свисток, яким можна покликати на допомогу.
- Телефон з додатком 112 у водонепроникному пакеті.
- Льодову палицю, якою можна перевіряти, чи лід міцний.

Якщо лід проламався і ти впав у воду, роби так:

1. Заспокойся.
2. Клич на допомогу або свисти у свисток.
3. Повернися в той бік, звідки ти прийшов.
4. Ламай лід ліктями. Тримай руки близько до тіла. Ламай лід доти, поки він перестане ламатися, тобто поки не знайдеш міцний лід.
5. Коли лід більше не ламається, візьми льодові шипи. Убий їх у лід. Працюй ногами так, щоб прийняти горизонтальне положення.
6. Тримай передпліччя на льоду. Працюй ногами. Повзи на лід за допомогою шипів.
7. Йди в тепле місце і переодягнися в сухий одяг.

Якщо ти не можеш вибратися з води, роби так:

1. Тримайся за край льоду і клич на допомогу або свисти у свисток.
2. Не рухайся багато. Рух забирає тепло з твого тіла.
3. Якщо можеш, зателефонуй по допомогу.
4. Будь спокійним і сповненим надії. Це допоможе тобі вижити.

Якщо ти бачиш, що хтось провалився під лід, роби так:

1. Зателефонуй за номером екстреної допомоги **112.**
2. Не виходь сам на тонкий лід.
3. Знайди довгий і міцний предмет для допомоги. Це може бути, наприклад, мотузка, куртка або весло.
4. Підходь до людини, яку рятуєш, з боку міцного льоду, тобто з того боку, звідки вона йшла перед падінням. Останні метри пересувайся повзучи.
5. Коли допомагаєш, ляж на живіт і розстав ноги. Тоді твоя вага рівномірніше розподілиться по льоду.
6. Після порятунку негайно відведи людину в тепле місце.

Діти і лід

На льоду весело кататися на ковзанах, лижах
і рибалити через лунку.
Лід часто цікавить дітей.
Тому важливо розповідати дітям про лід
і домовитися про спільні правила.

Обговоріть разом такі питання:

- Чому лід може бути небезпечним?
- Як безпечно пересуватися по льоду?
- Що потрібно робити, якщо хтось провалився під лід?
- Які правила щодо льоду у вашій родині?

Розкажи та навчи дитину:

- По зовнішньому вигляду не можна визначити, чи лід міцний.
- Навіть якщо біля берега лід міцний, в іншому місці він може бути тонким.
- У льоді часто є слабкі місця, які не видно.
- У льоді можуть бути тонкі ділянки, тріщини та течії.
- Дітям не можна виходити на лід без дорослого або без дозволу дорослого.

Правила порятунку для дитини. Роби так, якщо хтось провалився у воду з льоду:

• Не біжи на лід допомагати,
а одразу поклич на допомогу.
Зателефонуй 112
або поклич чи приведи дорослого.
• Коли допомога вже їде,
підтримуй людину словами.
Скажи їй, що допомога вже близько.
Порадь триматися за край льоду.
Говори спокійно.
Це допоможе людині залишатися спокійною.

Уся родина повинна знати,
як поводитися на льоду.
Вивчайте правила разом.

Найважливіші правила на льоду

1. Не виходь на лід, якщо не знаєш, чи він міцний.
2. Не виходь на лід сам.
3. Завжди бери з собою льодові шипи.
4. У разі надзвичайної ситуації телефонуй 112.
5. Не довіряй снігу. Сніг не означає, що лід міцний.
6. Не рятуй так, щоб самому виходити на тонкий лід.

Fimu

FINNISH MULTICULTURAL SPORTS FEDERATION
SUOMEN MONIKULTTUURINEN LIIKUNTALIITTO

JENNY JA ANTTI WIHURIN RAHASTO

Viisaasti vesillä

WWW.VIISAASTIVESILLA.FI

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto