



## ПАМ'ЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ

# СНІГОВА ЛАВИНА

**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/м<sup>3</sup>, а при наявності в лавині чужорідних включень – до 200 т/м<sup>3</sup>.

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;
- 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 витоку газу;
- не поспішайте з оглядом населеного пункту, не відвідуйте зони руйнувань, якщо там не потрібна ваша допомога;
- дізнайтеся у місцевих органів державної влади та місцевого самоврядування адреси організацій, які відповідають за надання допомоги потерпілому населенню.