

Памятка МЧС о поведении при попадании в район или зону схода лавины

Основные правила поведения в районах схода лавин:

- не выходите в горы в снегопад и непогоду;
- находясь в горах, следите за изменением погоды;
- выходя в горы, знайте в районе своего пути или прогулки места возможного схода снежных лавин;
- избегайте мест возможного схода лавин. Они чаще всего сходят со склонов крутизной более 30 градусов, если склон без кустарника и деревьев - при крутизне более 20 градусов. При крутизне более 45 градусов лавины сходят практически при каждом снегопаде;
- в любую погоду не следует переходить (пересекать) лощины со склонами более 30 градусов, а после снегопада переходить лощины с крутизной склонов более 20 градусов можно лишь через 2 - 3 дня.

Если вы попали в зону схода лавины:

- при сходе лавины - бегите в сторону (вбок), чтобы уйти с ее пути;
- при попадании под лавину или обвал постарайтесь укрыться под скалой, за стволом большого дерева;
- если вас захлестнуло лавиной, делайте широкие движения так, будто вы плывете, чтобы удерживаться на поверхности снежного потока;
- лавина прошла - двигайте руками и ногами так, чтобы расчистить воздушный карман, прежде чем снег успеет слежаться, не кричите - берегите дыхание;
- подтяните колени к животу, сгруппируйтесь, прикройте рот руками, а после остановки старайтесь расширить в снегу пространство перед лицом и грудью;
- постарайтесь определить местоположение тела;
- сохраняйте спокойствие, не тратьте силы попусту;
- кричите, если явно слышите голоса людей, откапывающих вас.