

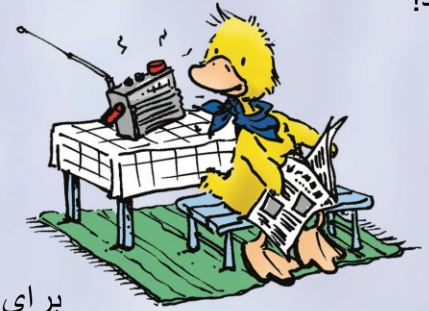
قوانین یخ بندی

طی روز های اول هوای سرد از یخ بندی اجتناب کنید!



هیچگاه به تنهایی بالای یخ بندی

به هشدارها در رادیو و روزنامه ها توجه کنید!



برای دانستن این که قدم زدن بالای یخ مصون است یا نه، از مسئولین بپرسید!



هیچگاه بالای سطح یک جهیل یخ زده نروید تا مطمئن نشده اید که ضخامت یخ بروی سطح آن ۱۵ سانتی متر است. هیچگاه بالای بدنه آب در حالت جریان نروید تا مطمئن نشده اید که ضخامت سطح یخ زده آن ۲۰ سانتی متر است.



در صورتیکه در یخ بندی درزها ایجاد میشود و یا هنگام قدم زدن صدا میدهد به زودترین فرصت محل یخ بندی را ترک کنید!

هیچگاه کمک نخواهید تا واقعاً در خطر نیستید، بلکه اگر دیگران به کمک ضرورت دارند آنها را کمک نمایید.



در صورتیکه شما به خطر افتادن به داخل آب مواجه هستید، بالای یخ دراز بکشید و محطاطانه به سمت کناره آب حرکت کنید.



برای نجات دادن دیگران از یک تخته، زینه و یا سورتمه استفاده نمایید و آنرا بشکل مایل قرار دهید تا وزن را تقسیم نمایید.

بعد از نجات دادن داکتر اضطراری را بخوانید. پایین بودن درجه حرارت بدن (هیپوترمی) میتواند تهدید کننده حیات باشد.

شخص نجات یافته را با کمپل و لباس خشک گرم نمایید و به اتاق گرم انتقال دهید. برایش نوشابه های گرم شکر دار بدهید، و تحت هیچ شرایطی برایش الکل ندهید.

