Осторожно, гололёд!

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий |
| 10.11.2019 19:11 |
| **Осторожно, гололёд!** |
|  |
| В связи с погодными условиями, в Республике Алтай наблюдаются гололедные явления. Водителям необходимо быть особенно внимательным. Зимняя резина, соблюдение скоростного режима и вежливость на дороге – вот составляющие безаварийной езды в скользкое время года. Будьте особенно внимательны при проезде пешеходных переходов. Помните, на дороге в любой момент могут оказаться дети.          При гололеде значительно увеличивается количество уличных травм: ушибы, вывихи и переломы. Чтобы избежать травм, напоминаем простые правила, соблюдение которых поможет предотвратить беду:          • обратите внимание на свою обувь: подберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе. Модницам лучше отказаться от высоких каблуков;          • смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками;          • будьте предельно внимательным на проезжей части: не торопитесь, и тем более не бегите;          • старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью;          • наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях;          • руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения;          • если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите помощи у прохожих людей.          Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.          Будьте особенно внимательны, переходя дорогу! Ни в коем случае не нарушайте правила перехода через улицу! |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий © 2025 |