



«Управление гражданской защиты» ИНФОРМИРУЕТ

Пешеход – Осторожно ГОЛОЛЕД!

Уважаемые жители и гости Петушинского района!

Приближается весна и все чаще морозы сменяет оттепель и на оборот. На проезжей части дороги, пешеходных перехода, тротуарах и просто натоптанных нами за зиму местах образуется **гололед**. Толщина льда при гололеде может достигать нескольких сантиметров. Гололед и гололедица могут быть причинами чрезвычайных ситуаций не только для автомобилистов, но и для пешеходов. Человека при гололеде подстерегают две ситуации или сам поскользнешься и упадешь или на тебя упадут (наедут).



*Если вы поскользнулись, попытайтесь
снизить высоту падения*

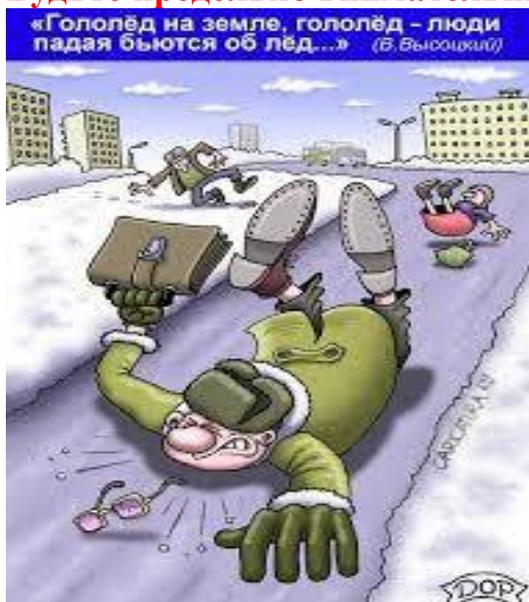
В такой ледяной период 30 человек из 100 получают различные травмы (переломы костей рук и ног, ушибы головного мозга различной степени и другие тяжелые травмы) и обращаются в медицинские учреждения за помощью. Особенно необходимо быть чрезвычайно аккуратными, когда вы находитесь с детьми.

Чтобы не попасть в число пострадавших, надо выполнять следующие правила:

- обратите внимание на свою обувь и обувь своих детей, подберите нескользящую на микропористой подошве,
- прикрепите на каблуки металлические набойки, подошву натрите наждачной бумагой,

- крепко держите за руку ребенка и выбирайте самый безопасный путь к месту назначения,
- смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места, но не на проезжей части, а если ледяную лужу невозможно обойти, то передвигайтесь по ней как лыжник небольшими скользящими шажками,
- в этот период необходимо рассчитать время передвижения, не торопитесь, выходить заранее, смотреть не только под ноги, но и поглядывая вверх, так как с карнизов домов возможно падение сосуллек и ледяных глыб,
- при своем падении отпускаяйте руку ребенка, чтобы не потянуть его за собой и не травмировать малыша.

Будьте предельно внимательными на проезжей части дороги



- не торопитесь, тем более не бегите,
- старайтесь обходить места перехода с наклонной поверхностью,
- передвигайтесь осторожно, наступая на всю поверхность подошвы, при ходьбе ноги должны быть слегка расслаблены в коленях, руки свободными,
- в такие дни старайтесь не переносить тяжелую ношу, ведь под ее весом вероятность падения увеличивается,
- если вы поскользнулись, сразу присядьте, чтобы снизить высоту падения, не пытайтесь спасти вещи, которые несете в руках, так как в момент падения тело должно сжаться, напрячь мускулы, чтобы смягчить силу удара,
- не торопитесь подняться, осмотритесь, нет ли переломов,
- не проходите мимо упавшего, помогите ему подняться, а если есть серьезные травмы позвоните в скорую помощь **03** или в службу **112**