

ПАМЯТКА

Правила безопасного поведения человека в зимнее время

А. Правила передвижения по улице в гололед:

Гололед - слой плотного льда, образующийся на земной поверхности и на предметах при замерзании капель переохлажденного дождя и мороси обычно при температуре от 0 до минус 3° С. Толщина льда при гололеде может достигать нескольких сантиметров.

Гололедица - тонкий слой льда, образующийся на земной поверхности после оттепели или дождя в результате похолодания, а также после замерзания мокрого снега.

Меры предосторожности:

- * Подберите малоскользящую обувь с подошвой на микропористой основе.
- * Приклейте перед выходом из дома лейкопластырем к каблучку кусок поролона.
- * Наклейте лейкопластырь на сухую подошву и каблук (наклейку сделайте крест-накрест или лесенкой), а перед выходом наступите в песок.
- * Можно перед выходом подошву натереть наждачной бумагой.
- * В гололед передвигайтесь осторожно ступая на всю подошву. Ноги при ходьбе должны быть слегка расслаблены, руки свободны.

Если Вы поскользнулись, сразу присядьте, чтобы снизить высоту падения. Сгруппируйтесь, чтобы исключить падение навзничь, в момент касания земли перекатитесь, чтобы смягчить силу удара.