

Правила безопасности на гололеде

03.12.2013

В связи с понижением температуры воздуха и образованием гололеда Главное управление по СВАО ГУ МЧС России по г. Москве просит Вас быть осторожными и соблюдать следующие правила безопасности :

- Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы .Подготовьте малоскользкую обувь ,на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком или наждачной бумагой. Модницам рекомендовано отказаться от высоких каблуков.
- Передвигайтесь осторожно, не торопясь ,наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены,руки свободны. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами . Если Вы подскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.
- Будьте предельно внимательным на проезжей части дороги : не торопитесь, и тем более не бегите.
- 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.

Единый телефон доверия 8 (495)637-2222

Адрес страницы: <http://yaroslavsky.mos.ru/presscenter/news/detail/899444.html>

[Управа района Ярославский](#)