«Гололёд»

С наступлением зимы заморозки чередуются с оттепелью. А это, как известно, наилучшие условия для гололеда.

Что же такое ***гололед*****?** О каком природном явлении в народе говорят «гололедица»?

Гололед – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на деревьях, проводах, при замерзании воды и мороси (тумана).

Гололедица – тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания.

Гололед представляет для нас, наибольшую опасность, особенно если мы опаздываем на работу, да еще ребенка нужно успеть отвести в детский сад или школу. Проще простого в гололед получить ушиб, или того хуже перелом.

Но травм можно избежать, если знать и соблюдать несколько важных правил.

- **ПРАВИЛО ПЕРВОЕ: ДЕРЖИТЕ РЕБЕНКА ЗА РУКУ.**

Поведение детей порой бывает просто непредсказуемым, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Во избежание подобной ситуации лучше всю дорогу не отпускать руку ребенка. А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге – не бегать, не толкаться, не играть, не отпускать руку взрослого.

- **ПРАВИЛО ВТОРОЕ: НЕ СПЕШИТЕ.**

Никогда не надо спешить. Здесь как раз, кстати, поговорка «Тише едешь, дальше будешь». Рекомендуется передвигаться мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть. Будьте предельно внимательными на проезжей части дороги: Не торопись, и тем более не бегите. Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью. В такие дни старайтесь не носить тяжелые сумки, ведь под их тяжестью можно упасть и получить травму.

- **ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ: ВЫБИРАЙТЕ БЕЗОПАСНУЮ ОБУВЬ.**

Третье правило гласит о том, что взрослая и детская обувь должна быть удобной и безопасной. В гололедицу лучше носить обувь на нескользящей каучуковой или другой подошве с глубоким «протектором». Кожаные подошвы очень сильно скользят. При ходьбе по скользкой поверхности следует ступать на всю подошву, слегка расслабляя при этом ноги в коленях.

СОВЕТ: У вас гладкая подошва? Наклейте на нее обычный пластырь, и обувь будет меньше скользить.

- **ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ: ВСЕГДА СМОТРИТЕ ПОД НОГИ.**

Под ноги всегда надо смотреть, а в гололед особенно. Скользкую тропинку, лучше обойти.

- **ПРАВИЛО ПЯТОЕ: НАУЧИТЕСЬ ПРАВИЛЬНО ПАДАТЬ.**

Не всегда человеку удается удержать равновесие. «Падайте без последствий», — советуют врачи. Поэтому следует научиться падать без риска.

Для этого:

1. Присядьте, меньше будет высота падения.

2. При падении сгруппируйтесь. Если падаете на спину, постарайтесь прижать подбородок к телу. Нельзя падать на вытянутые руки, можно сломать кисти рук. Чтобы не было сотрясения мозга, избегайте удара затылком.

3. Падая, старайтесь завалиться на бок, так будет меньше травм. Поскользнувшись и упав, человек стремиться побыстрее подняться. Но не стоит торопиться. Сначала надо осмотреть себя, пошевелить руками и ногами. Если боли нет, можно вставать. Ну а если появились болезненные ощущения, надо постараться определить, чем они вызваны - ушибом, повреждением связок или переломом кости.

ПОМНИТЕ!

Помните и не забывайте, что под снегом может быть лед.

Особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

Переходя через дорогу, соблюдайте правила дорожного движения, не переходите улицу и не перебегайте перед близко идущим транспортом. Проезжая часть скользкая и торможение транспорта затруднено, возможны заносы. В зимний период темнеет рано, и водители могут не увидеть ребенка. С осторожностью относитесь к варежкам, когда переходите дорогу с ребёнком. Лучше придерживайте малыша за запястье.

На зимней дороге тормозной путь автомобиля увеличивается в 3 раза.

Из-за сокращения светового дня видимость ухудшается в 2 раза.

При наличии светофора - переходите только на зеленый свет, так как ребенок в дальнейшем копирует все ваши действия.

В гололед выбирайте более безопасный маршрут и выходите из дома заблаговременно.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ – БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ, СОБЛЮДАЙТЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ!

ОСТОРОЖНО: СОСУЛЬКИ!

Каждый должен знать, как опасны сосульки! При наступлении тёплых дней гроздья сосулек бывают развешены по крышам и балконам. Помните, в это время приходит опасность, имя которой – травматизм.

1. Будьте внимательны, сосулька хрупка и может упасть вам на голову.

2. Увидев сосульки на крыше, перейдите на другую сторону, где их нет.

3. Не стойте под балконом, где висят сосульки.

4. Помните об опасности от падения сосулек. С наступлением зимы на крышах образуются ледяные глыбы, наледи и снег. Всё это может скатиться с крыши и нанести серьезные травмы человеку.

- Обходите стороной места, обнесённые предупредительной лентой.
- Не ходите под опасными карнизами.
- Если услышите шум сверху, ускорьте шаг.
- Не ходите по улице в наушниках, вы не услышите шума падающего снега с крыши.
- Не подходите к домам со скатными крышами.
- Избегайте нахождения вблизи линий электропередачи, карнизов зданий и других объектов, с которых возможен сход снега.

Берегитесь сосулек и схода снега с крыш! Берегите свою жизнь! Беспечность может обернуться смертью, поэтому нужно обойти стороной опасное место – перейти на другую сторону улицы или обойти здание со стороны двора, где не висит грозная опасность в виде сосулек и снега.

Необходимо разъяснить детям опасность игр во время оттепели под карнизами крыш домов, исключить их пребывание в этих местах. Во время прогулок на свежем воздухе с маленькими детьми, находящимися в санках, детских колясках, не оставляйте их без присмотра и не находитесь с ними в местах возможного падения с крыш глыб льда, снега, крупных сосулек. Если вы заметили, что на какой-то крыше