

Наступає улюблена пора року для малюків - "Зимонька-зима". Чудова пора для забав на ко

ШАНОВНІ БАТЬКИ!!!

Звертаємо Вашу увагу на дотримання правил безпечної поведінки під час зимового періоду.

Як уникнути переохолодження і обмороження


ЯК УНИКНУТИ ОБМОРОЖЕННЯ
1
одягайтеся багатошарово
одяг та взуття не мають тиснути
обов'язково носіть шапку та шарф
2
харчуйтеся пожвено, але не переїдайте
перед виходом на вулицю пийте гарячий чай з лимоном
змащуйте обличчя і руки жирним кремом
3
на морозі не палiть та не вживайте алкоголь
при обмороженні не розтирайте та різко не зігрівайте ушкоджені місця
помітили серйозні зміни шкіри - мерщій до лікаря

Ожеледиця –
це шар щільного льоду, що утворюється на поверхні землі і на предметах, що оточують людину, при замерзанні переохолоджених крапель дощу або туману при невеликій мінусовій температурі навколишнього повітря.

Ожеледиця
представляє безпосередньо небезпеку життя і здоров'ю людей, безпечному руху транспортних засобів по дорогах.



Щоб уникнути надзвичайних ситуацій від ожеледиці необхідно:

1. Ходити потрібно правильно: кроки повинні бути дрібними і частими, коліна при цьому повинні бути трохи зігнутими.
2. Під час ожеледі руки не можна тримати в кишенях. При ході вони треба розмахувати, утримуючи рівновагу.
3. Відмовитися від підборів! Взуття має бути зручним на нековзкій рифленій підошві. Пам'ятай, що випадки в ожеледицю можуть стати причиною серйозної травми голови.
4. Потрібно носити шапку і капюшон. Вони можуть пом'якшити падіння, якщо ви будете падати на потилицю.
5. Падайте на бік, на передпліччя, амортизуючи таким чином удар. Не виставляйте лікті і не підставляйте долоню витягнутої руки, такі падіння можуть призвести до переломів.
6. Якщо ви посковзнулися, старайся згрупуватися, підтягнувши коліна до грудей, і падайте на бік.

[redacted]


СЛУЖБА ПОРЯТУНКУ ЗАСТЕРІГАЄ:
БУДЬТЕ ОБЕРЕЖНІ НА ЛЬОДУ !
В ЕКСТРЕНИХ СИТУАЦІЯХ ТЕЛЕФОНУЙ «101»!