**Зимние опасности**

Травмоопасные факторы зимой - гололед, сосульки, сход снега с крыш зданий 

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.

1. Обходите стороной места, обнесённые предупредительной лентой.

2. Не ходите под опасными карнизами.

3. Если услышите шум сверху, ускорьте шаг.

4. Не ходите по улице в наушниках, вы не услышите шума падающего снега с крыши.

5. Не подходите к домам со скатными крышами.

6. Избегайте нахождения вблизи линий электропередачи, карнизов зданий и других объектов, с которых возможен сход снега.

7. 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.

Гололед – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0°С до минус 3°С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

Гололедица – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ГОЛОЛЕДУ (ГОЛОЛЕДИЦЕ)

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы. Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту. Можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДА (ГОЛОЛЕДИЦЫ)

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 поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач, контактных сетей электротранспорта. Если Вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

 КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ТРАВМЫ

Обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи. Оформите бюллетень или справку о травме, которые могут быть использованы Вами при обращении в суд по месту жительства или по месту получения травмы с исковым заявлением о возмещении ущерба.

Опасный лед

С повышением температуры как следствие, на ледяной кромке  реки появляются  проталины. В связи с этим в очередной раз хочется напомнить Вам о том, что пренебрежение элементарными правилами поведения на водоемах может привести к нежелательным последствиям, а порой к трагедии. Зачастую жертвами льда становятся рыбаки – экстремалы до «последней льдинки» терпеливо ловящие и ждущие свою «золотую рыбку».

                            Особую тревогу вызывают дети, придумывающие совсем не безопасные игры.

УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ - ПОМНИТЕ! Для того, чтобы не случилось трагедии, необходимо регулярно проводить разъяснительные беседы с детьми об опасности, которую таит в себе лед, о правилах поведения при возникновении какой-либо ЧС. И не в коем случае нельзя оставлять детей дошкольного и младшего школьного возраста без присмотра.

Р.S. Если провалились под лед:

1. Не паникуйте, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь, попытайтесь сбросить тяжелые вещи.

2. Выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок, при этом наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда. Ногами упирайтесь в противоположный край полыньи, если это возможно.

3. Не прекращайте попытки выбраться, даже если лед проламывается.

4. После того, как основная часть туловища окажется на льду, отползите или откатитесь подальше от полыньи. Медленно и осторожно ползите до безопасного места, отталкиваясь руками и ногами.

5. Выбравшись на сушу, поспешите согреться.

Что делать если  кто-то провалился под лед?

Оказание помощи провалившемуся под лед человеку - чрезвычайно опасное занятие. Чтобы помочь пострадавшему и не пострадать самому, придерживайтесь следующих правил:

1. Подумайте, сможете ли вы оказать помощь самостоятельно или лучше позвать кого-нибудь еще. Позвоните в службу спасения по телефону «101».

2. Если поблизости никого нет, кто бы мог помочь,   вооружитесь палкой, шестом веревкой, доской, шарфом, ремнем  и осторожно ползите к полынье, равномерно распределяя вес вашего тела по поверхности, и толкая спасательное средство перед собой.

3. Приблизившись на максимально возможное безопасное расстояние от полыньи (3-4 метра), протяните пострадавшему палку, шест или бросьте веревку. Подавать руку опасно, так как, приближаясь к полынье, Вы увеличиваете нагрузку на лед и можете провалиться сами.

4. Когда начнете вытягивать пострадавшего, попросите его работать ногами - так будет легче вытащить его из полыньи.

5. После извлечения из воды пострадавшего нужно согреть: выжать мокрую одежду или переодеть в сухую, укутать в одеяло. Вызовите скорую помощь.