



ПАМЯТКА «Осторожно: гололёд!»

ГОЛОЛЁД - 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°C до минус 3°C. 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 ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЁДА (ГОЛОЛЕДИЦЫ)

1. Надевайте обувь на низком каблуке или без него с рельефной подошвой из пористых материалов.
2. Передвигайтесь медленно.
3. Не занимайте руки хрупкой или тяжелой ношей.
4. Не держите руки в карманах.
5. Не проходите вблизи зданий, чтобы избежать падающей сосульки.
6. Соблюдайте особую осторожность при переходе дороги.
7. Старайтесь обходить опасные места (замёрзшие лужи, лестницы, склоны и т.п.)

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ТРАВМЫ

1. Наложите холодный компресс во избежание отека:

- ⇒ Заверните холодный предмет в полиэтилен, затем в ткань.
- ⇒ Приложите компресс на 20 минут к месту ушиба.
- ⇒ Во избежание переохлаждения делайте 5-минутные перерывы

2. Если на второй день отёк не спал, на место ушиба нанесите йодную сетку. Если через пару дней отёчность спала, но остались синяки, можете приложить к месту ушиба грелку или специальные мази.

Если после ушиба Вы чувствуете боли в области суставов, головокружение, резкую боль в травмированных конечностях - срочно обратитесь в больницу!



ПАМЯТКА «Осторожно: гололёд!»

ГОЛОЛЁД - 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°C до минус 3°C. 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 ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЁДА (ГОЛОЛЕДИЦЫ)

1. Надевайте обувь на низком каблуке или без него с рельефной подошвой из пористых материалов.
2. Передвигайтесь медленно.
3. Не занимайте руки хрупкой или тяжелой ношей.
4. Не держите руки в карманах.
5. Не проходите вблизи зданий, чтобы избежать падающей сосульки.
6. Соблюдайте особую осторожность при переходе дороги.
7. Старайтесь обходить опасные места (замёрзшие лужи, лестницы, склоны и т.п.)

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ТРАВМЫ

1. Наложите холодный компресс во избежание отека:

- ⇒ Заверните холодный предмет в полиэтилен, затем в ткань.
- ⇒ Приложите компресс на 20 минут к месту ушиба.
- ⇒ Во избежание переохлаждения делайте 5-минутные перерывы

2. Если на второй день отёк не спал, на место ушиба нанесите йодную сетку. Если через пару дней отёчность спала, но остались синяки, можете приложить к месту ушиба грелку или специальные мази.

Если после ушиба Вы чувствуете боли в области суставов, головокружение, резкую боль в травмированных конечностях - срочно обратитесь в больницу!



Правила личной безопасности на улице

1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!»
3. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
4. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих родителей много денег.
6. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
7. Не играй с наступлением темноты.



Правила дорожного движения

1. Проходи по тротуару только с правой стороны. Если нет тротуара, иди полевому краю дороги, навстречу движению транспорта.
2. Дорогу переходи в том месте, где указана пешеходная дорожка или установлен светофор. Дорогу переходи на

зелёный свет.

3. Когда переходишь дорогу, смотри сначала налево, потом направо.
4. Если нет светофора, переходи дорогу на перекрёстке. Пересекать улицу надо прямо, а не наискось.
5. Не переходи дорогу перед близко идущим транспортом.
6. На проезжей части игры строго запрещены.
7. Не выезжай на проезжую часть на велосипеде.

Правила личной безопасности на улице

1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!»
3. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
4. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих родителей много денег.
6. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
7. Не играй с наступлением темноты.



Правила дорожного движения

1. Проходи по тротуару только с правой стороны. Если нет тротуара, иди полевому краю дороги, навстречу движению транспорта.
2. Дорогу переходи в том месте, где указана пешеходная дорожка или установлен светофор. Дорогу переходи на

зелёный свет.

3. Когда переходишь дорогу, смотри сначала налево, потом направо.
4. Если нет светофора, переходи дорогу на перекрёстке. Пересекать улицу надо прямо, а не наискось.
5. Не переходи дорогу перед близко идущим транспортом.
6. На проезжей части игры строго запрещены.
7. Не выезжай на проезжую часть на велосипеде.

Правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами Запрещается:

1. Бросать горящие спички, окурки в помещениях.
2. Небрежно, беспечно обращаться с огнём.
3. Выбрасывать горящую золу вблизи строений.
4. Оставлять открытыми двери печей, каминов.
5. Включать в одну розетку большое количество приборов потребителей тока.
6. Использовать неисправную аппаратуру и приборы.
7. Пользоваться повреждёнными розетками. Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из негорючих материалов.
8. Пользоваться электрошнурами и проводами с нарушенной изоляцией.
9. Оставлять без присмотра топящиеся печи.
10. Ковырять в розетке ни пальцем, ни другими предметами.
11. Самим чинить и разбирать электроприборы.

Разрешается:

1. Защищать дом от пожара.
2. В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану.
3. Использовать все имеющиеся средства для тушения пожара.
4. Подавать сигналы тревоги.
5. Встречать пожарных и сообщать им об очаге пожара.
6. Знать план эвакуации на случай пожара.
7. Кричать и звать на помощь взрослых.
8. Двигаться ползком или пригнувшись, если помещение сильно задымлено.
9. Вынести из горящего помещения людей, детей.
10. Набросить покрывало на пострадавшего.



Правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами Запрещается:

1. Бросать горящие спички, окурки в помещениях.
2. Небрежно, беспечно обращаться с огнём.
3. Выбрасывать горящую золу вблизи строений.
4. Оставлять открытыми двери печей, каминов.
5. Включать в одну розетку большое количество приборов потребителей тока.
6. Использовать неисправную аппаратуру и приборы.
7. Пользоваться повреждёнными розетками. Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из негорючих материалов.
8. Пользоваться электрошнурами и проводами с нарушенной изоляцией.
9. Оставлять без присмотра топящиеся печи.
10. Ковырять в розетке ни пальцем, ни другими предметами.
11. Самим чинить и разбирать электроприборы.

Разрешается:

1. Защищать дом от пожара.
2. В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану.
3. Использовать все имеющиеся средства для тушения пожара.
4. Подавать сигналы тревоги.
5. Встречать пожарных и сообщать им об очаге пожара.
6. Знать план эвакуации на случай пожара.
7. Кричать и звать на помощь взрослых.
8. Двигаться ползком или пригнувшись, если помещение сильно задымлено.
9. Вынести из горящего помещения людей, детей.
10. Набросить покрывало на пострадавшего.

