Опасность гололеда: рекомендации пешеходам

Неустойчивая погода зимой, когда периоды плюсовых температур и оттепели сменяет резкое похолодание, создает благоприятные условия для обледенения дорог. Это, в свою очередь, приводит к многочисленным падениям и травмам.

Отдел надзорной деятельности по г.Железногорску и Железногорскому району напоминает, что снизить риск падений и травм во время перемещения по обледеневшей дороге можно, соблюдая следующие правила:

- Подготовьте удобную обувь: выходить на улицу следует в обуви на низком каблуке (или на невысоком широком каблуке) с нескользящей подошвой.

- 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.

- Будьте предельно осторожны, спускаясь по уличным лестницам. По возможности— держитесь за перила.

- Если вы поскользнулись, и падение неизбежно, постарайтесь сгруппироваться и упасть набок так, чтобы рука не оказалась под туловищем. Во избежание удара головой о землю напрягите мышцы шеи.

- При получении травмы немедленно обратитесь в травматологический пункт.

В случае необходимости обратиться за помощью можно по номеру «01»— со стационарного телефона, «101» или «112» — с мобильного.

ОНД и ПР по г.Железногорску и Железногорскому району.