

## **О правилах поведения и технике безопасности на зимних каникулах УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Новый год и Рождество – долгожданные праздники, любимые всеми. Игры, забавы вокруг зеленой красавицы надолго остаются в памяти детей. Мы искренне надеемся, что они будут радостными. Но не стоит забывать, что именно в период праздничных дней дома, на прогулках и в гостях вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации. Чтобы избежать их или максимально сократить риск воспользуйтесь следующими правилами:

### I. Правила поведения на дороге.

1. Переходите дорогу только на зелёный сигнал светофора на пешеходном переходе, обозначенном специальным знаком и «зеброй». При переходе через дорогу на пешеходном переходе, не оборудованном светофором, следует не забывать сначала посмотреть направо, а затем налево.
2. Не следует перебегать дорогу перед приближающимся автомобилем. Нужно подождать, когда она проедет. Водитель может не успеть затормозить, а вы можете неожиданно упасть, создавая тем самым опасную ситуацию для вашей жизни и жизни водителя.
3. Не забывайте, что после выхода из автобуса, его следует обходить сзади.

### II. Правила поведения на общественном катке.

Коньки нужно подбирать точно по ноге: только в этом случае голеностопные суставы получают хорошую поддержку, а вывихи и растяжения будут практически исключены. Лучше всего надевать коньки на шерстяные носки. Шнуровать коньки нужно тщательно. Они должны сидеть плотно, но перетягивать шнуровку нельзя.

Во время нахождения на катке **запрещается**:

1. Бегать, прыгать, толкаться, баловаться, кататься на высокой скорости, играть в хоккей, совершать любые действия, мешающие остальным посетителям.
2. Выходить на лед с животными.
3. Применять пиротехнические изделия.
4. Во время катания на льду могут появляться трещины и выбоины. Во избежание неожиданных падений и травм будьте внимательными и аккуратными. В случае получения травмы незамедлительно сообщите об этом персоналу катка. Вам окажут помощь.

### III. Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников.

Во время новогодних праздников, помимо обычных правил пожарной безопасности следует соблюдать ещё несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

1. Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками, не обкладывайте подставку ёлки ватой.
3. Освещать ёлку следует только электрогирляндами промышленного производства.
4. Не зажигайте в помещении бенгальские огни, восковые свечи не применяйте хлопушки.
5. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете, как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства. Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.

### IV. Правила поведения зимой на открытых водоёмах.

Прежде чем сойти с берега на лед, необходимо внимательно осмотреться, наметить маршрут движения и возможного возвращения на берег. Следует остерегаться мест, где лед запорошен снегом, под снегом лед нарастает медленнее. Безопаснее всего переходить водоем по прозрачному с зеленоватым или синеватым оттенком льду при его толщине не менее 7 см. Прежде чем встать на лед нужно убедиться в его прочности, используя для этого палку. Во время движения палкой ударяют по льду впереди и по обе стороны от себя по несколько раз в одно и то же место. Для катания на санках, лыжах, коньках необходимо выбирать места с прочным ледяным покровом, предварительно обследованным взрослыми людьми. Необходимо соблюдать особую осторожность на льду в период оттепелей, когда даже зимний лед теряет свою прочность. В случае треска льда,

пригибания, появления воды на поверхности, немедленно вернитесь на берег. Не ходите по льду толпой или с тяжелым грузом.

**Помните:**

Если Вы провалились под лед, доберитесь до края полыньи, старайтесь как можно больше высунуться из воды, чтобы налечь грудью на закраину и забросить ногу на край льда. Если лед выдержал, осторожно перевернитесь на спину и медленно ползите к берегу. Выбравшись на сушу, поспешите как-нибудь согреться. Охлаждение может вызвать серьезные осложнения.

Если на Ваших глазах кто-то провалился под лед, возьмите любую палку и осторожно, ползком двигайтесь к полынье. Доползти следует до такого места, с которого легко можно кинуть ремень, сумку на ремне или протянуть лыжную палку. Когда находящийся в воде человек ухватится за протянутый предмет, аккуратно вытаскивайте его из воды. Выбравшись из полыньи, отползайте подальше от ее края.

В случае, когда по близости нет теплого помещения, **необходимо:**

1. раздеться и хорошо выжать одежду так, как переход в мокрой одежде более опасен.
2. развести костер (если есть возможность) или согреться движением.
3. растереться руками, сухой тканью, но **не снегом**.

V. Правила поведения во время пеших и лыжных прогулок.

Во время пеших или лыжных прогулок могут подстерегать такие опасности, как переохлаждение и обморожения. Морозы при сильном ветре, длительное воздействие низких температур вызывают обморожение. Обморожение возможно при небольшой температуре, но при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Чаще всего страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щеки.

Признаки переохлаждения:

1. Озноб и дрожь.
2. Нарушение сознания.
3. Посинение или побледнение губ.
4. Снижение температуры тела.

Признаки обморожения конечностей:

1. Потеря чувствительности;
2. Кожа бледная, твёрдая и холодная;
3. Нет пульса у лодыжек;
4. При постукивании пальцем слышен деревянный звук.

Первая помощь при переохлаждении и обморожении:

1. Как можно быстрее перенесите пострадавшего в теплое помещение.
2. Снимите с пострадавшего промерзшую или промокшую одежду и обувь.
3. При обморожении пальцев рук и ног вначале разотрите их смоченной спиртом салфеткой, затем обмороженные участки тела можно опустить в едва теплую воду, лишь **постепенно** доводя ее в течение 20-30 минут до температуры тела (36-37 °С), после чего вновь произведите несильное растирание до появления чувствительности кожи.
4. На обмороженный участок кожи наложите сухую стерильную повязку, пострадавшего тепло укутайте.
5. Обеспечьте неподвижность обмороженных участков тела, так как кровеносные сосуды в них становятся очень хрупкими и могут возникнуть кровоизлияния.

При обморожении **нельзя:**

1. Растирать обмороженные участки тела снегом;
2. Помещать обмороженные конечности сразу в тёплую воду или обкладывать тёплыми грелками;
3. Смазывать кожу маслами.

**При соблюдении всех этих несложных правил надеемся, что каникулы пройдут весело и интересно!**