



УГОЧС Александровского района ИНФОРМИРУЕТ

Безопасность пешеходов на скользкой дороге



Выбирайте обувь на микропористой основе, без каблуков и танкеток (для женщин). Если без них не обойтись, то выбирайте модели с более короткими, толстыми и устойчивыми каблуками. Сегодня продаются специальные насадки на обувь, которые улучшают сцепление с обледенелым асфальтом.

Не носите громоздкие капюшоны или шапки: в них вы не увидите ни того, что происходит по сторонам, ни того, что у вас под ногами.

Не носите тяжелые сумки, особенно с длинными ручками, так как ваш центр тяжести смещается вбок – при этом стоять или двигаться по обледеневшей поверхности намного сложнее.

Не переходите через обледеневшие отвалы снега, оставшиеся после расчистки тротуаров, выберите другой путь, пусть он и будет длиннее. Передвигаться нужно осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны и не в карманах – это увеличивает вероятность травмы при падении.

Выбирайте более безопасный путь: где меньше льда, где дорожки посыпаны песком, есть освещение. Если же на вашем пути сплошной лед и обойти его нельзя, передвигайтесь скользящим шагом, стараясь не отрывать ноги от земли. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с заостренным или резиновым наконечником. Не стоит догонять отходящий автобус или «маршрутку». Автотранспорт может неожиданно затормозить, и вы рискуете попасть под колеса. Если вы поскользнулись, постарайтесь сгруппироваться или хотя бы согнуть ноги, чтобы снизить высоту падения. Если чувствуете, что падаете, не выставляйте руки по направлению падения – можете сломать кости кисти и предплечья. Постарайтесь упасть на бок и распределить удар на всё тело. После падения не торопитесь вскакивать и бежать дальше по делам: аккуратно встаньте, погипайте руки и ноги – боль от травмы может проявиться не сразу. При появлении боли мы настоятельно рекомендуем обратиться за медицинской помощью в травматологический пункт.

В интересах собственной безопасности пешеходам рекомендуется использовать световозвращающие элементы. Кроме того, передвигаться следует только по тротуарам, переходить проезжую часть только по пешеходным переходам, предварительно убедившись в безопасности.

Напоминаем номера телефоны экстренных служб: 112 (49244) 2-34-12