

ОСТОРОЖНО, СОСУЛЬКИ!

При обнаружении сосулек, висящих на крыше вашего дома, необходимо обратиться в обслуживающую организацию. Работники коммунальных служб должны отреагировать на ваше сообщение.

Также необходимо помнить, что чаще всего сосульки образуются над водостоками, поэтому эти места фасадов домов бывают особенно опасны. Их необходимо обходить стороной. Кроме того, обращайте внимание на обледенение тротуаров. Обычно более толстый слой наледи образуется под сосульками.



Стоит соблюдать осторожность и по возможности не подходить близко к стенам зданий. Если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Бежать от здания тоже нельзя. Нужно как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием.

ОДЕЖДА ДЛЯ ЗИМНЕЙ ПРОГУЛКИ

Важно не перегреть! 🧤

Помните, что перегрев так же вреден, как и переохлаждение. Ищите золотую середину! Зимняя одежда должна быть теплой, легкой, удобной и не сковывать движения.

Главные правила:

Не кутайте ребенка в много слоев одной и той же одежды. Лучше выбрать качественные теплые вещи, чем надевать несколько пар рубашек или колготок. Одежда должна сидеть по размеру, чтобы сохранять тепло и не мешать двигаться.

Не укутывайте их слишком сильно. Удобны шерстяные шапочки. Идеально: термобелье, легкая теплая одежда и непродуваемая, влагонепроницаемая куртка. Выбирайте теплые, удобные сапожки с рельефной подошвой, куда можно заправить штанины, чтобы снег не попадал внутрь.

Варежки или перчатки: Пришейте к ним резинку, чтобы не потерять.



ОСТОРОЖНО, ГОЛОЛЕД!

Гололёд – коварен и очень опасен! Чтобы избежать падений и травм, соблюдайте эти простые правила:

- **Правильная обувь:** Носите обувь с нескользящей, рельефной подошвой.
- **Смотрите под ноги:** Внимательно осматривайте дорогу. Остерегайтесь затемнённых и мокрых участков – там часто бывает лёд.
- **Мелкие шаги:** Идите медленно, небольшими шагами, чуть согнув колени. Не торопитесь!
- **Руки свободны:** Держите руки свободными (не в карманах!). Это поможет сохранить равновесие.
- **Используйте поручни:** При подъёме или спуске по лестнице обязательно держитесь за перила.
- **Особая осторожность:** Будьте предельно внимательны на ступеньках, склонах и возле водосточных труб.

Будьте внимательны и осторожны! Берегите себя!



МОРОЗ

Зимние прогулки – это радость, но в морозную погоду важно помнить о безопасности ребёнка!

- Ограничивайте время: При сильном морозе (-15°C и ниже) или сильном ветре сокращайте время прогулки до 15-20 минут, а для малышей лучше остаться дома.
- Следите за активностью: Ребёнок должен двигаться, чтобы не замёрзнуть. Если малыш в коляске – чаще проверяйте его.
- Защита кожи: Открытые участки лица (щёки, нос) смажьте специальным детским защитным кремом (не на водной основе!) за 20-30 минут до выхода.
- Не облизывайте губы! Научите ребёнка не облизывать губы и не трогать лицо мокрыми руками на морозе.



ПОВЕДЕНИЕ НА ДОРОГЕ

- Быть видимым – быть в безопасности!
- Одевайте себя и ребёнка в яркую одежду. Обязательно используйте фликеры (светоотражатели) на куртках, шапках, рюкзаках, колясках. В темноте и сумерках это многократно увеличивает вашу заметность для водителей.
- Прежде чем перейти дорогу, остановитесь, внимательно посмотрите налево, направо и еще раз налево. Послушайте, нет ли приближающегося транспорта.
- Переходите дорогу только по пешеходному переходу и на разрешающий сигнал светофора. Убедитесь, что все автомобили остановились и пропускают вас.
- Крепко держите ребёнка за руку и ни в коем случае не отпускайте его на проезжей части.
- Объясните ребёнку, что зимой машине требуется гораздо больше времени и расстояния, чтобы остановиться. Нельзя выбегать на дорогу даже если машина кажется далеко.
- Переходя дорогу, уберите телефон, снимите наушники. Все ваше внимание – дороге и ребёнку.



ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ И БЕЗОПАСНОСТЬ

Катание на санках/ватрушках:

- Только безопасные склоны: Без деревьев, камней, дорог.
- Проверьте трассу: Убедитесь, что никто не мешает спуску.
- По очереди: Избегайте столкновений.
- НИКОГДА на дорогах и замёрзших реках!

Катание на коньках:

- Только на оборудованных катках.
- Остерегайтесь тонкого льда! На водоёмах – безопасный лёд от 10-12 см.
- Используйте защиту: Шлем, наколенники (особенно новичкам).

Снежки и снежные крепости:

- Только мягкие снежки: Без льда, камней!
- Цельтесь безопасно: Не бросайте в лицо и голову.
- Подальше от дорог: Играйте и стройте крепости в безопасных местах.

