

**При гололеде человека подстерегают две опасности – или сами упадете, или на вас упадут.**



**ПОЭТОМУ:**

- Старайтесь обходить опасные места, желательно не по проезжей части;
- По опасному участку передвигайтесь имитируя движения при ходьбе на лыжах – небольшими скользящими шажками;
- Двигайтесь на слегка согнутых ногах – это придаст вам большую устойчивость;
- На опасной дороге будьте предельно внимательны, не торопитесь, а тем более не бегите;
- Старайтесь обходить места с наклонной поверхностью;
- Не занимайте руки хрупкой или тяжелой ношей;
- Обувь, желательно, должна быть на широкой платформе, с рельефной подошвой;
- Откажитесь от каблуков;
- Идите по снежной кромке вдоль дороги;

**Однако избежать падения удастся не всегда, поэтому если вы падаете –**

- постарайтесь поберечь руки;
- не пытайтесь спасти вещи. Которые вы несете в руках;
- упав, не торопитесь подняться, сначала осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих вам помочь;

***При получении травмы обязательно обратитесь в травмпункт.***



# ВНИМАНИЮ АВТОЛЮБИТЕЛЕЙ!



**При гололеде старайтесь придерживаться простых правил:**

- не обгоняйте;
- трогайтесь с места, по возможности, на высокой передаче;
- если попали на скользкий участок, не тормозите, не выключив сцепления;

- если вас занесло не теряйтесь и

не давите на тормоз резко;

- не забудьте пройти техосмотр, сменить летние шины на зимние, отрегулировать тормозные колодки, устранить люфт рулевого колеса.

**ПОМНИТЕ: даже с хорошими шинами в гололед нужно ездить осторожно!**