

НА УЛИЦЕ ГОЛОЛЕД:



В гололёд надевайте обувь на низком каблуке с рельефной подошвой.

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю ступню.

Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренным шипом.

В момент падения постарайтесь сгруппироваться и перекатиться, тем самым смягчив удар о землю.

В случае получения травмы обратитесь в пункт неотложной медицинской помощи (травмпункт).

Источник и подробная информация о действиях в учебном пособии: Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова. Основы безопасности жизнедеятельности. Министерство образования и науки РФ. 2011г. Учебное пособие. Стр. 34.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ: 112