

## 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 удается не всегда, поэтому если вы падаете:**

- Постарайтесь побережь 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!**