

**Памятка для родителей дошкольников**  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**ДЕТЕЙ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД»**

Чтобы не оказаться беспомощным перед могуществом стихии необходимо обладать элементарными знаниями по действиям в чрезвычайных ситуациях. В данной памятке даются

практические рекомендации о том, как правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях природного характера

(гололед, снежный занос, метель).

Оказавшись в районе ЧС, Вы должны проявлять выдержку и самообладание, не поддаваться панике.

Помните: все аварийные силы уже действуют, чтобы спасти Вас.

**ГОЛОЛЕД** - это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т. д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (*тумана*). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 00 С до минус 30 С. Корка намерзшего льда может

достигать нескольких сантиметров.

**ГОЛОЛЕДИЦА** - это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели

или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

**КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДА**

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны

быть слегка расслаблены, руки свободны. Пожилым людям

рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В

момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайтесь

на провода линий электропередач, контактных сетей

электротранспорта. Если Вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

**КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ТРАВМЫ**

Обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи.

Оформите бюллетень или справку о травме, которые могут быть

использованы Вами при обращении в суд по месту жительства или по месту получения травмы с исковым заявлением о возмещении ущерба.

**ЗАНОС СНЕЖНЫЙ**— это гидрометеорологическое бедствие, связанное с обильным выпадением снега, при скорости ветра свыше 15 м/с и продолжительности снегопада более 12

часов.

**МЕТЕЛЬ** — перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Различают поземок, низовую и

общую метель. При поземке и низовой метели происходит перераспределение ранее

выпавшего снега, при общей метели, наряду с перераспределением, происходит выпадение

снега из облаков.

При снежных заносах и метелях опасность для населения заключается в заносах дорог,

населенных пунктов и отдельных зданий. Высота заноса может быть более 1 м. Возможно снижение видимости на дорогах до 20-50 м, а также частичное разрушение легких зданий и

крыш, обрыв воздушных линий электропередачи и связи.

#### КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К МЕТЕЛЯМ И ЗАНОСАМ

Если Вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Подготовьте двухсуточный запас воды и пищи, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи, походную плитку, радиоприемник на батарейках. Уберите с балконов и подоконников вещи,

которые могут быть захвачены воздушным потоком.

Включите радиоприемники и телевизоры - по ним может поступить новая важная информация.

Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии. Перейдите из легких построек в

более прочные здания. Подготовьте инструмент для уборки снега.

#### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку.

Сообщите членам семьи или соседям, куда Вы идете и когда вернетесь. В автомобиле можно

двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за

пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле.

При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции

и предотвращения отравления угарным газом. Если Вы потеряли ориентацию, передвигаясь

пешком вне населенного пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место Вашего

нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели. Если Вас покидают силы, ищите

укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми

Вам людьми, так как во время стихийных бедствий резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

#### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

В отапливаемом помещении согрейте обмороженную часть тела, растерев сухой мягкой тканью, затем поместите ее в теплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40-45

градусов. Если боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите руку (*ногу*) насухо,

наденьте носки (*перчатки*) и, по возможности, обратитесь к хирургу.