

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«Управление по защите населения и территории»**  
**г. Новокузнецка**

**Осторожно, гололед!**

**Гололед** — это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы, на деревьях, проводах и т.д. при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Гололеду обычно сопутствуют близкая к нулю температура воздуха, высокая влажность, ветер. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

Гололёд — редкое явление природы по сравнению с гололедицей.

**Гололедица** - скользкая дорога - это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

**При гололеде значительно повышается риск получения уличных травм: ушибов, вывихов, переломов. По данным медиков, в такие дни количество пострадавших увеличивается в 2 раза.**

**Как подготовиться к гололеду (гололедице)**

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы.

**Обратите внимание на свою обувь:**

- подберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе;
- если таковой не имеется, наклейте на подошву лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой);
- откажитесь в гололедицу от высоких каблуков.

**Как действовать при гололеде (гололедице)**

- ✓ Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.
- ✓ Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях.
- ✓ Руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.
- ✓ Будьте предельно внимательным на проезжей части дороги: не торопитесь, и тем более не бегите.
- ✓ Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью.
- ✓ 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, перекачившись, смягчить удар о землю. Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь вам.
- ✓ Гололед зачастую сопровождается обледенением проводов линий электропередач, контактных сетей электротранспорта. Если вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.



**Помните**

**Особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи**

**ЗАПИШИТЕ!**

**Телефоны**

- оперативный дежурный Управления по защите населения и территории города Новокузнецка 32-15-15, 32-16-16
- поисково – спасательная служба 350-911
- единая дежурно-диспетчерская служба (для абонентов мобильной связи) 112

***Берегите себя!***