

## "Безопасная зима" консультация для родителей

### Безопасность зимой.

Наступила зима – пора интересных дел, новых впечатлений. Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми в зимнее время, убедительно просим вас позаботиться о безопасности ваших детей. Помните, что в это время значительно увеличивается риск уличного и бытового травматизма.

#### Основные правила передвижения в гололед.

1. Старайтесь обходить скользкие участки дороги. Лучше потратить лишние пять минут, чем рисковать своим здоровьем. Если такой возможности нет, идите по льду очень осторожно и медленно, ступая на всю подошву.
2. Если вы все-таки поскользнулись, постарайтесь присесть. Так высота падения будет меньше, а удар слабее.
3. Падение на спину может привести к различным травмам позвоночника. Во время такого падения нужно как можно быстрее сгруппироваться (округлить спину и подвести колени к груди) и постараться упасть на бок.
4. Носить нужно малоскользящую обувь. Для дополнительной безопасности подошву обуви можно потереть наждачной бумагой или наклеить на подошву пластырь. Предварительно обувь помыть и высушить.
5. При переходе через проезжую часть будьте особенно внимательны. Автомобили не могут быстро остановиться в гололед, даже если водитель видит вас. Убедитесь, что транспорт остановился и только тогда начинай движение. Переходи дорогу по пешеходному переходу.



#### Обморожение. Первые действия при обморожении.

Обморожение можно запросто получить в любое время года. Особенно, если находиться длительное время на морозе, под холодным ливнем или попасть под холодный ветер. Также важную роль играет влажность воздуха: чем она ниже, тем больше шансов обморозиться.

В основном страдают уши, нос, щеки, кисти рук и стоп, пальцы на руках и ногах. Наш организм, прежде всего, старается защитить от переохлаждения жизненно важные органы, и только потом щеки и уши. Чтобы не допустить переохлаждение, можно носить специальное термобелье, которое не даст замерзнуть в зимнюю стужу.

Придерживайтесь следующих правил:

- Запрещено надевать на улицу промокшую насквозь обувь и сырую одежду.

- Ребёнку полезно быть на свежем воздухе, но только не во время болезни. Лучше полечиться некоторое время дома, чтобы не получить осложнение.
- Активно двигаться, если чувствуете, что начинаете замерзать. Постарайтесь расслабиться и унять дрожь.



- Продолжайте двигаться, даже когда согреетесь. Иначе можно снова замерзнуть.

### Первые действия при обморожении.

1. При несильном обморожении (сопровождается покалыванием, жжением) замершие конечности растирайте ладонями или сухим шарфом, дыханием, пока они не согреются. Дома снимите с себя всю холодную одежду. Руки можно слегка помассировать, а стопы растереть. Также рекомендуется делать ванны с чуть теплой водой, постепенно повышая ее температуру тела. После такой процедуры нужно хорошенько вытереться полотенцем.
2. При более серьезном обморожении (бледнота, онемение конечностей) оберните пораженные участки теплыми вещами или повязками (марля, вата, пакеты). Вызовите врача и не снимайте пакеты.
3. Если замерзли руки, засуньте их подмышки или растирайте ладони одну об другую. Ноги таким способом не согреешь. Нужно активно двигаться: приседать, бегать, шевелить пальцами ног.
4. Выпейте горячий напиток : чай, молоко, какао и т. п.

### Безопасность на водоемах.

Каждую зиму реки, пруды и озера покрываются «ледяной корочкой».



Эти места так и манят детей поиграть в хоккей, покататься на коньках или просто погулять. Кажется, что лед очень толстый и безопасный и ни за что не сломается. Но на самом деле это вовсе не так, ведь вода замерзает неравномерно. В местах, где в водоем впадают ручьи, реки, и в середине лед еще тонкий и хрупкий, а по краям – гораздо толще. Может случиться такое, что даже толстый лед не выдержит веса группы людей. В итоге можно оказаться в ледяной воде или ещё хуже – попасть под лёд.

## **Правила поведения на замерших водоемах.**

- Для зимних игр есть специально отведенные места (каток, горки). Заледенелые водоемы лучше обходить стороной.
- Если наступить на тонкий лед, он непременно затрещит. В такой ситуации соблюдайте спокойствие и делайте только плавные движения. Необходимо спокойно и как можно быстрее добраться до берега, быстрым шагом. Если лёд под ногами продолжает трескаться, аккуратно ляг на живот и ползи к берегу.
- Соблюдайте особую осторожность на льду в период оттепелей, когда даже зимний лед теряет свою прочность.

### **Что делать, если вы все-таки провалились под лед.**

1. Без паники. Позови на помощь. Даже, если чувствуете, что можете выбраться самостоятельно, не нужно пренебрегать чужой помощью.
2. Раскиньте руки, чтобы зацепиться за лёд. Не барахтайся, старайся удержаться на поверхности и не погружайся глубоко в воду.
3. Аккуратно передвинься к тому краю, где течение не затаскивает тебя под лед.
4. Попытайся выбраться на лёд без резких движений, не обламывая его края. Нужно двигаться в ту сторону, откуда ты пришел.
5. Если лёд выдержал вас, не спешите сразу же вставать. Лягте на живот, чтобы равномерно распределить массу своего тела, и ползком добирайтесь до берега.
6. Оказавшись в безопасной зоне, поспешите вернуться домой как можно быстрее. В первую очередь нужно согреться, чтобы не получить серьезные осложнения.

Если под лед провалился другой человек. Позовите на помощь взрослых. Не подходить к опасной зоне слишком близко иначе можно провалиться самому. Из безопасного места помогаем пострадавшему любыми подручными средствами: протяни длинную палку или шест, кинь ремень от сумки, шест. Когда пострадавший ухватится за него помогаем ему выбраться из воды. Далее пострадавшего отведи в безопасное место.

***Единый телефон спасения 112.***

### **Пожарная безопасность.**

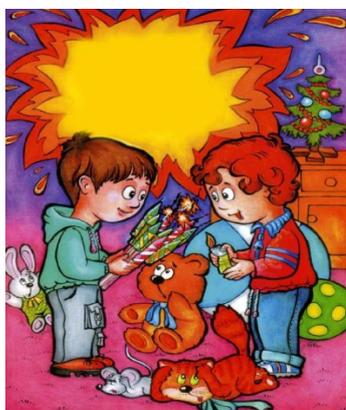
При проведении новогодних и рождественских праздников каждому из нас необходимо уделить большое внимание вопросам соблюдения правил пожарной безопасности. Практика показывает, что несоблюдение и нарушение правил пожарной

безопасности порой приводит к самым трагическим последствиям, связанных с гибелью людей, уничтожением материальных ценностей в огне пожаров.

### Что необходимо знать и выполнять:



1. Ёлка должна устанавливаться на устойчивом основании, ветки и верхушка ёлки не должна касаться стен и домашних вещей.
2. Запрещено устанавливать елку вблизи отопительных приборов, обкладывать ёлку ватой, зажигать на елке свечи, зажигать в помещениях бенгальские огни, хлопушки и пользоваться открытым огнём вблизи ёлки;
3. Запрещено надевать маскарадные костюмы из марли, ваты и бумаги, не пропитанные огнезащитным составом;
4. Электрические гирлянды должны быть заводского производства и полностью исправными.



**Берегите детей!**