**Меры безопасности при гололеде**

Комиссия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности при администрации Пугачевского муниципального района предупреждает население, что с перепадом температуры увеличивается количество уличных травм и чрезвычайных ситуаций, связанных с гололёдом.

Чтобы не попасть в число пострадавших, надо выполнять следующие правила.

Будьте предельно внимательным на проезжей части дороге: не торопитесь, и тем более не бегите.

Пешеходам, переходить дорогу, только убедившись в полной безопасности своих действий и в строго установленных местах, так как тормозной путь автомобилей в данных погодных условиях значительно удлиняется.

Выходить на улицу следует в обуви на низком каблуке и с нескользящей подошвой. Используйте противоскользящие приспособления промышленного производства, в крайнем случае, на подошву наклейте поролон, лейкопластырь или изоляционную ленту, также можно натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

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.

При падении чаще страдают руки – лучевые кости от локтя до кисти. Падая, человек инстинктивно выставляет вперед руку и всем весом своего тела обрушивается на нее. При неловком падении на бок может пострадать предплечье. Ноги ломаются, как правило, в области голени. У женщин этому нередко способствует обувь на высоком каблуке. Пожилые люди чаще, чем молодые, ломают позвоночник, шейку бедра. Перелом бедренной кости – особенно тяжкая травма. Даже небольшой удар может вызвать перелом этой хрупкой, тонкой косточки. В 95 % случаев – это удел женщин.

Необходимо помнить, что чем быстрее будет оказана медицинская помощь, тем меньше осложнений можно ожидать после травмы.

При передвижении, старайтесь избегать опасных участков, выбирая более безопасный путь, идите там, где меньше льда, где дорожки посыпаны песком, где есть освещение.

Если обойти лед невозможно, передвигайтесь на полусогнутых ногах, стараясь не отрывать их от земли. Это поможет вам преодолеть опасный участок без падений. И конечно не стоит  догонять отходящий общественный транспорт.

Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач. Если Вы увидели оборванные провода ЛЭП, сообщите о месте обрыва в соответствующие инстанции.

При получении травмы обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи.

Всегда помните об осторожности, так как из-за перепада температур и не устойчивой зимней погоды возможность образования гололеда на проезжей части, существенно увеличивает риск создания аварийных ситуаций.

**Советы автомобилистам:**

Наличие гололедных явлений на дорогах существенно увеличивает риск создания аварийных ситуаций, поэтому по возможности откажитесь от управления личным транспортом, а при отсутствии такой возможности предпримите меры дополнительной предосторожности.

В условиях гололеда, при управлении личным транспортом, следует двигаться с максимально низкой скоростью.

Необходимо увеличить дистанцию до движущегося впереди транспорта. Боковые интервалы между автомобилями, движущимися попутно и во встречном направлении, также должны быть увеличены.

Будьте особо осторожны при движении по мостам, пересечениям проезжих частей и развязкам, где дорожное полотно промерзает быстрее всего.

Заранее снижайте скорость движения, приближаясь к остановкам общественного транспорта и пешеходным переходам.

Основное условие движения для водителей – осмотрительность, предельное внимание, низкая скорость и исключительная осторожность.

**Будьте осторожны и внимательны на дорогах!**

*М.В.Садчиков*

*Глава Пугачевского*

*муниципального* *района,*

*председатель КЧС и ОПБ*