

Зима — одно из самых чудесных времен года, которое так любят и взрослые, и малыши. Однако несоблюдение правил поведения зимой для детей может привести к серьезным травмам и даже к летальному исходу.

**Рассмотрим главные правила поведения на дороге зимой!**

1.Удвоенное внимание и повышенная осторожность!

2.  Переходите только по регулируемым переводам. А в случае их отсутствия — при переходе увеличьте безопасное расстояние до автомобиля.

3. Яркое солнце и белый снег создают эффект бликов, человек как бы «ослепляется». Поэтому нужно быть крайне внимательным.  
4. В гололед повышается вероятность заноса автомобиля и удлиняется тормозной путь. Поэтому безопасное для перехода расстояние до машины нужно увеличить в несколько раз.  
5. В оттепель дорога становится очень скользкой! Поэтому при переходе через проезжую часть лучше подождать, пока не будет проезжающих машин. Ни в коем случае не бежать через проезжую часть, даже на переходе!   
6. Количество мест закрытого обзора зимой становится больше. Мешают увидеть приближающийся транспорт:

— сугробы на обочине;

— сужение дороги из-за неубранного снега:

— стоящая заснеженная машина.

7. Стараться одевать в зимний период яркую одежду со светоотражающими

аксессуарами.

Кататься на коньках, санках и лыжах необходимо в специально отведенных для этого местах. Как правило, именно эти зимние забавы приносят больше всего травм. Ушибы, растяжения и вывихи чаще всего случаются при катании на коньках и с горок. Во избежание несчастных случаев стоит помнить:

На катке, лыжне или горке нельзя толкаться и драться.

Не следует кататься на санках стоя.

Нельзя кататься на горке, которая находится около проезжей части, деревьев и у забора.



При лепке снежков и снеговиков следует помнить о возможном наличии в снегу осколков стекла, палочек, камушков и прочих опасных предметов, которые могут поранить руки. По этой же причине нельзя брать в рот сосульки и есть снег. Грязь и возможные токсичные вещества могут навредить организму, а также привести к простуде.

Следите за тем, чтобы дети не играли около зданий, с крыш которых возможен сход снега или падение сосулек.

**Как вести себя в экстренных ситуациях.**

Научись падать правильно: когда поскользнулся, немного присядь, так уменьшится высота падения и смягчится удар. В момент приседания сгруппируйся и падай не на попу, а на бок.

Сумка с длинными ручками - причиной падения. Она не позволяет сохранить баланс, когда человек поскользнулся, и тянет его вниз.

**Упал и болит?**

Если падение произошло, главное — без паники. Определи, где и что болит. Если чувствуешь боль или шум в ушах, позови на помощь и отправляйся в травмпункт. Черепно-мозговая травма или сотрясение мозга чреваты опасными последствиями, а **первыми симптомами** большинство пренебрегает. Когда тебя позвали на помощь, никогда не отказывай. Ты тоже можешь оказаться в подобной ситуации.

В случае **падения ребенка** действуй по следующей схеме: первое — успокоить и отвести в безопасное место. Попроси показать, чем ударился, где сильнее болит. Если был удар головой или болит живот, вызывай скорую помощь. В этих случаях отправляйся в травмпункт, даже если ребенок хорошо себя чувствует.

Когда подозреваешь сильный ушиб или вероятный перелом, не снимай одежду и не накладывай шину. Наблюдай за ребенком в течение дня после травмы. Если боль сохраняется, появилась тошнота или рвота, это

повод обратиться к врачу.

**Лизнул железо?**

Несмотря на всем известный факт, приклеиваться на морозе **к металлическим столбам** популярно в любом возрасте. Не смейся над пострадавшим, а успокой и помоги освободиться. Ни в коем случае не дергай ни металлический предмет, ни пострадавшего!

Полей теплой жидкостью язык, и он отклеится. Если ничего подходящего нет, приложи ладони ко рту и максимально близко к месту соприкосновения выдыхай теплый воздух. Попроси приклеенного делать так же.

Если человек дернулся и образовался надрыв, первое, останови кровотечение. Наклони голову вниз, чтобы кровь не текла в горло. Кусочком ткани или рукой слегка прижми место раны. Если кровь не останавливается — немедленно в больницу!

**Обморожение** может произойти даже при температуре, близкой к нулю. Влажный воздух и холодный ветер способны нанести ощутимый вред открытым частям тела. Чаще всего страдают нос, руки, уши.