

## Правила поведения во время зимних каникул

Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги; соблюдать правила дорожного движения;

Соблюдать правила техники безопасности при прогулках в лесу, на реке;

Запрещается разжигать костры на территории села и территории лесного массива;

Быть осторожным на льду. При недостаточной толщине до 15 см. не выходить на лёд. Необходимо осторожно обращаться с лыжами, коньками, санками.

При очень низкой температуре воздуха не выходить на прогулку во избежание обморожения кожи.

Необходимо заботиться о своем здоровье; проводить профилактические мероприятия против гриппа и простуды;

Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами;

Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере;

Запрещается посещать тракторные бригады, гаражи, фермы без сопровождения взрослых;

Быть осторожным в обращении с домашними животными;

Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 часов.

### Правила поведения зимой на открытых водоёмах:

Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.

При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп.

При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

Если **Вы провалились под лед**, старайтесь передвигаться к тому краю полыньи, откуда идет течение. Это гарантия, что Вас не затянет под лед. Добравшись до края полыньи, старайтесь побольше высунуться из воды, чтобы налечь грудью на закраину и забросить ногу на край льда. Если лед выдержал, осторожно перевернитесь на спину и медленно ползите к берегу. Выбравшись на сушу, поспешите согреться: охлаждение может вызвать серьезные осложнения.

Если **на Ваших глазах кто-то провалился под лед**, вооружитесь любой палкой, шестом или доской и осторожно, ползком двигайтесь к полынье. Доползти следует до такого места, с которого легко можно кинуть ремень, сумку на ремне или протянуть лыжную палку. Когда находящийся в воде человек ухватится за протянутый предмет, аккуратно вытаскивайте его из воды. Выбравшись из полыньи, отползите подальше от ее края.

Первое, что надо сделать при **обморожении**, - доставить пострадавшего в тепло. Затем освободить обмороженные части тела от мерзлой одежды, снять все металлические предметы: браслеты, цепочки, часы и кольца. Это улучшит циркуляцию крови. Приготовьте теплую воду, температурой 20 - 30 градусов, и поместите в нее обмороженную руку или ногу. Подержите ее там примерно полчаса, стараясь при этом шевелить пальцами. Как только чувствительность восстановится, осторожно протрите руку (ногу). Убедившись, что на обмороженных участках не осталось влаги, наложите сухую чистую повязку. Однако ни в коем случае не стягивайте кожу и обязательно

проложите бинт между пальцев. Затем на первые слои бинта для дополнительного согревания положите слой ваты и продолжайте накладывать повязку.

Если у пострадавшего обморожены **щеки или уши**, приложите к ним кусочек теплой ткани (ткань надо предварительно прогладить утюгом). И, наконец, необходимо вызвать врача

### **Если вы собрались в лес**

- Перед тем как отправиться в лес, для начала предупредите своих родных, куда именно вы собираетесь.

- Если вы будете двигаться туда на машине, рассчитайте, какое количество бензина вам потребуется.

- Запаситесь спичками в сухом коробке, часами и компасом. Не забудьте взять нож, желательно, чтобы он находился не в сумке, а у вас в кармане.

- Еду берите с запасом, так же как и воду, на всякий случай, если вы задержитесь.

### **Правила безопасности в лесу**

Ваша одежда должна быть яркой, если вдруг вы потеряетесь, вас не заметят в камуфляже. Наденьте куртки желтого, красного или белого цветов, желательно приклеить к ним светоотражающие рисунки или полосы.

Если ваш родственник или друг потеряется, немедленно вызовите спасательную группу. Не пытайтесь искать только самостоятельно, вы можете затоптать следы, по которым спасатели будут искать пропавшего человека.

Чтобы найти человека, который потерялся, вы можете попробовать докричаться до него или догудеться сигналом из машины. Только помните, вы должны ждать его достаточно продолжительное время на одном и том же месте. По рассказам людей, которым приходилось теряться, часто получается так, что они идут на сигнал, а когда доходят до нужного места, видят, что машина уже уехала.

Обязательно возьмите с собой медикаменты. В лесу может стать плохо тем, кто не имеет хорошей физической подготовки, так же могут обостриться какие-то хронические заболевания, если они у вас есть.

Внимательно смотрите под ноги в лесу, чтобы не заработать вывих.