

При гололеде человека подстерегают две опасности – или сами упадете, или на вас упадут.

### **ПОЭТОМУ:**

- \*Старайтесь обходить опасные места, желательно не по проезжей части.
- \*По опасному участку передвигайтесь имитируя движения при ходьбе на лыжах - небольшими скользящими шажками.
- \*Двигайтесь на слегка согнутых ногах – это придаст вам большую устойчивость.
- \*На опасной дороге будьте предельно внимательны, не торопитесь, а тем более не бегите.
- \*Старайтесь обходить места с наклонной поверхностью.
- \*Обувь, желательно, должна быть на широкой платформе, с рельефной подошвой.
- \*Идите по снежной кромке вдоль дороги.

Поэтому избежать падения удастся не всегда, поэтому если вы падаете –

- \*постарайтесь поберечь руки
- \*не пытайтесь спасти вещи, которые вы несете в руках
- \*упав, не торопитесь подняться, сначала осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих вам помочь.

При получении травмы обязательно обратитесь в травмпункт.

### **ВНИМАНИЮ АВТОЛЮБИТЕЛЕЙ!**

**ПРИ ГОЛОЛЕДЕ СТАРАЙТЕСЬ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ ПРОСТЫХ ПРАВИЛ:**

- \*не обгоняйте
- \*трогайтесь с места, по возможности, на высокой передаче
- \*если попали на скользкий участок, не тормозите, не выключив сцепления
- \*если вас занесло не теряйтесь и не давите на тормоз резко
- \*не забудьте пройти техосмотр, сменить летние шины на зимние, отрегулировать тормозные колодки, устранить люфт рулевого колеса.

**ПОМНИТЕ:** даже с хорошими шинами в гололед нужно ездить осторожно!