**Будь осторожен, гололед!**

Вот и наступила долгожданная зима, которая не обойдет нас снегом и морозами. К неблагоприятным погодным условиям всем субъектам хозяйствования на территории Гомельского района нужно готовиться заранее. Необходимо иметь в достаточном количестве запас песчано-солевой смеси, инвентарь для расчистки от снега.

С наступлением холодов значительно увеличивается количество травм, связанных с гололёдом: ушибы, вывихи и переломы. По данным медиков, в такие дни количество пострадавших увеличивается в 2 раза.        Чтобы не быть пострадавшим, нужно выполнять следующие правила:

- обратите внимание на обувь: подберите ту, подошва которой не будет скользить по снегу. Не рекомендуется ходить на высоких каблуках;

      - обязательно смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками;

      - будьте предельно внимательным на проезжей части дороги: не торопитесь, и тем более не бегите;

       - старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью;

       - наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях;

       - руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.

        Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь тебе.

   Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

Для исключения травматизма, необходимо обеспечить необходимый комплекс противогололедных мероприятий. На всех территориях жилищного фонда, возле торговли и социальной сферы, а также на всех остальных объектах, необходимо очищать все пешеходные зоны от снежных образований, производить своевременную посыпку противогололедными средствами.

Следите за погодой и будьте здоровы!