

Безопасный зимний отдых

05.12.2013

В Северном округе открыты места зимнего отдыха. В некоторых из них необходимо соблюдать особые меры предосторожности. Запрещено выходить на лед замерзших водоемов, опасно кататься на лыжах и санках в следующих местах зимнего отдыха: парк «Дружба», Большой Садовый пруд, Акватория Химкинского водохранилища, Ангарские пруды, Головинские пруды.

Комиссия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности Северного административного округа напоминает правила безопасности в местах зимнего активного отдыха:

1. Строго соблюдайте правила, указанные на информационных щитах и знаках безопасности в зонах отдыха;
 2. Одевайтесь соответственно погодным условиям, детей одевайте, используя правило «один +», - на один слой одежды больше, чем у взрослого человека. Используйте одежду из натуральных тканей - хлопковую и шерстяную. Носите шапку, шарф, варежки;
 3. Выбирайте зимнюю обувь на нескользящей подошве. Увеличьте коэффициент трения подошвы, наклеив на нее куски лейкопластыря или надев противоскользящие приспособления;
 4. В сильные морозы уменьшите время пребывания на улице, особенно на ветреных участках;
 5. Во время гололеда используйте для дополнительной устойчивости трость, лыжную палку, зонт с длинной ручкой. При движении держитесь за поручни лестниц, оград, изгородей. Передвигайтесь медленно, отдавая предпочтение самым безопасным маршрутам;
 6. Будьте предельно внимательны при пересечении дороги - тормозной путь автомобиля на покрытой льдом или снегом трассе увеличивается в несколько раз;
 7. При возникновении чувства замерзания - начинайте двигаться, попрыгайте на месте, постучите ногами - одна об другую. Нельзя растирать кожу снегом - это приводит к микротравмам и инфицированию. Согревание обмороженного человека должно проводиться медленно и под присмотром медицинского персонала;
 8. Будьте внимательны во время занятия зимними играми. На лыжах ходите только по специально проложенным трассам. Не катайтесь на санках и коньках вблизи или на водоемах. Не разрешайте детям кидаться снежками из мокрого снега и льда - это может привести к серьезному травмированию. Не ешьте снег и сосульки, не ложитесь на снег;
 9. Категорически запрещается пускать фейерверк и петарды не в местах, специально для этого отведенных. Также нельзя запускать в зонах отдыха китайские фонарики. Запретите детям без наблюдения взрослых зажигать бенгальские огни, свечи, петарды или играть в хлопушки;
 10. В случае опасности вызывайте спасателей по телефону «01», с мобильного - «112».
- Приятных и безопасных Вам Рождественских и новогодних праздников!

Адрес страницы: <http://koptevo.mos.ru/presscenter/news/detail/1162366.html>

[Управа района Коптево города Москвы](#)