

## Безопасность детей и взрослых в весенне-зимний период

Весна – время года, которое мы все с нетерпением ждем. Дни становятся заметно длиннее и теплее, настроение лучше, одежда легче. Однако в г. Стрежевом зима не собирается так быстро отступать, и именно весной увеличивается количество не только детского, но и взрослого травматизма. В данный период времени родителям необходимо быть наиболее бдительными и не только проводить беседы о безопасном поведении с детьми и подростками весной, особенно в каникулярный период, но и следить за собственной безопасностью.

### 1. Сосульки и сход снега с крыш



В этот период за счет перепада температур идет процесс образования сосулек, наледи, схода снежных глыб с крыш, что может привести к получению травм. Знание простых правил в этой ситуации позволит не стать жертвой упавшей сосульки – необходимо соблюдать дистанцию от крыш и балконов домов, не заходить

на территорию, огражденную ограничительными лентами. Ледяная сосулька и тяжелый подтаявший снег могут причинить огромный и зачастую непоправимый вред здоровью.

Помните, идя по тротуару и услышав наверху подозрительный шум, нельзя останавливаться, поднимать голову и пытаться рассмотреть, что там происходит. Бежать от здания тоже нельзя. Наоборот, необходимо как можно быстрее прижаться к стене, чтобы укрытием послужил козырек крыши.

### 2. Гололед

Днем снег начал подтаивать, ночью снова замерз, затем образовавшуюся наледь припорошило снегом. Правила перемещения по скользкой улице помогут вам и вашему ребенку избежать получения травм:

- Не нужно спешить, избегайте резких движений, постоянно смотрите себе под ноги.
- Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед.

- Держать руки в карманах в гололед опасно, при падении не будет времени их достать и ухватиться за что-нибудь.
- Огромную опасность в гололед представляют ступеньки, по возможности избегайте их, если это невозможно, то ногу при спуске по лестнице необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция смягчит падение.

**Весной возрастает число дорожно-транспортного травматизма.** Повторите с ребенком правила дорожного движения, что пересекать проезжую часть дороги необходимо исключительно по пешеходному переходу, ни в коем случае не перебегать, следует быть предельно внимательными. На скользкой дороге водитель не успевает быстро затормозить, поскольку увеличивается тормозной путь автомобиля.

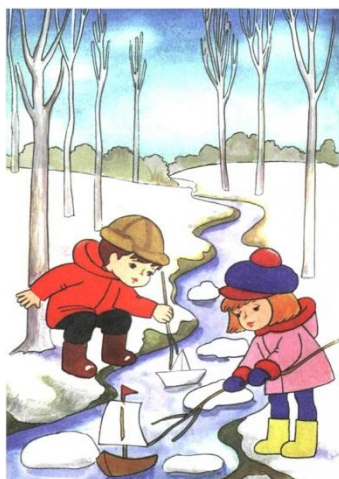
### 3. Тонкий лед

В весенний период серьезную опасность представляют водоемы, так как под лучами солнца лед становится рыхлым, теряет свою прочность, и выход на его поверхность становится опасным. Ежегодно многие взрослые и дети пренебрегают этими мерами безопасности.



Так же есть опасность обвала берега. Замерзшая на зиму земля дает глубокие трещины, поэтому если подойти близко к берегу можно обвалиться и упасть в ледяную воду. За ледоходом лучше наблюдать с безопасного расстояния — подальше от берега и только в сопровождении взрослых.

### 4. Лужи



Весной во многих районах города разливаются огромные лужи. Вода в них очень холодная. Пуская кораблики, кидая камушки и просто играя рядом с водой, можно легко простудиться.

Также необходимо объяснить ребенку, что если он промочил ноги, или все же упал в лужу, ему необходимо срочно идти домой и переодеться. Не нужно ругать ребенка, иначе в следующий раз, велика вероятность, что испугавшись

Вашей реакции, он попытается скрыть произошедшее, а это может привести к гораздо более тяжелым последствиям, чем испачканные вещи.

## **5. Обморожение**

К сожалению, в весенне- зимний период обморожение является одной из самых распространенных травм. Повреждение тканей под действием холода может наступить не только при низких температурах воздуха, но и при температуре выше нуля, особенно во время обильного снегопада, при сырой погоде, влажной одежде, тесной обуви. Тем более именно при повышении температуры выше нуля дети на прогулках без родителей начинают пренебрегать перчатками, варежками и даже шапками. Обморожению подвергаются чаще всего пальцы рук и ног, щеки, нос, уши.

## **6. Простудные заболевания и авитаминоз**

В весенние дни солнце может быть обманчивым, перепады температур днём и ночью способствуют простудным заболеваниям. Высокая влажность и тепло представляют идеальные условия для патогенных микроорганизмов, они выходят из «спячки» и возобновляют свою деятельность. В весенний период организмы не только детей, но и взрослых испытывают авитаминоз и не могут в полную силу бороться против микробов. Если Вы или Ваш ребенок испытывает в течение дня вялость, рассеянность, раздражительность, общее снижение иммунитета, необходимо задуматься о пополнении организма витаминами. Для этого рекомендуется употреблять в пищу фрукты, овощи, соки, а также принимать витамины, не забывать о закаливании и физических упражнениях.

## **7. Бродячие животные и незнакомые люди**

Обходите стороной бродячих животных — весной они особенно активны и могут представлять угрозу.

Также повторите с ребенком правила общения с незнакомыми людьми, что с незнакомыми взрослыми разговаривать нельзя, нельзя соглашаться на их просьбы о помощи, принимать от них угощения и подарки.

**Соблюдение правил безопасного поведения помогут Вам и Вашим детям встретить весну с радостью и без неожиданных неприятностей.**