



ОСТОРОЖНО!
ГОЛОЛЁД!

A circular warning sign with a blue center and a white border. The text "ОСТОРОЖНО!" and "ГОЛОЛЁД!" is written in bold red letters with a white outline. The sign is slightly tilted to the right.



**Осторожно, гололёд,
можно ушибиться.
Прямо головой об лёд,
Можно приложиться...**



**Осторожно, гололёд,
Выгляжу невнятно.
До чего же скользкий лёд,
Падать не приятно.**



**Что может произойти, если вы
неправильно упали?**



Не нарушайте правила перехода через улицу!!!



КАК СПАСТИСЬ В ГОЛОЛЁД



Чтобы пройти по льду и не упасть, сохраняйте **центр тяжести над ногой, выставленной вперед**. Нога при этом должна находиться **под углом 90° к поверхности льда**.

Передвигаться следует осторожно, не торопясь, **наступая на всю поверхность подошвы**. Такая походка позволяет пингвинам свободно передвигаться по льду.



В гололед следует надевать **обувь на нескользкой подошве**. МЧС советует прикрепить на каблуки **металлические набойки** или поролон.

Пожилым людям стоит захватить с собой **трость с резиновым наконечником** или специальную палку с заостренными шипами. «Если вы поскользнулись, присядьте, чтобы **снизить высоту падения**», - рекомендует ведомство.



Если вы упали и получили травму, обратитесь в **травматологический пункт**. Там же вы сможете получить справку о травме или бюллетень, которые могут быть использованы при подаче в суд **искового заявления о возмещении ущерба**.

Иск подается к организации, ответственной за уборку территории.