

A photograph of a winter landscape. A snow-covered road with tire tracks leads into the distance. The trees are covered in snow, and the sky is a mix of blue and orange, suggesting a sunset or sunrise. The text "Зимние опасности и" is overlaid on the image in a large, bold, blue font, rotated diagonally.

**Зимние  
опасности  
и**







# Переохлаждение, обморожение.





A winter landscape with a snow-covered road and trees under a colorful sky. The road is in the foreground, leading into the distance. The trees are covered in snow, and the sky is a mix of blue and orange. The text is overlaid on the image.

# **Правила поведения на морозе.**

# Чтобы избежать обморожения и переохлаждения.

















# ОСТОРОЖНО: МОРОЗ!

В СИЛЬНЫЙ МОРОЗ НЕ ВЫХОДИ ИЗ ДОМА  
БЕЗ НЕОБХОДИМОСТИ!

## КАК ОДЕТЬСЯ?

Носи шапку,  
закрывающую  
уши.



Не выходи  
на мороз  
без варежек.



Используй  
просторную  
обувь.  
В сапоги  
или ботинки  
положи теплые  
стельки.



Носи  
свободную  
одежду.  
Одевайся  
в несколько  
слоёв одежды.



Защити щёки  
и подбородок  
шарфом.



Надень  
шерстяные  
носки.



## КАК СОГРЕВАТЬСЯ?




Смажь лицо жирным кремом.  
Прячься от ветра.



Если ты замёрз,  
скорее дойди до теплого помещения.  
Каждые 15-20 минут  
возвращайся в тепло и согревайся.





 MySh





# ВНИМАНИЕ, ГОЛОЛЕД!

Как не травмироваться на скользкой дороге



во время таяния льда и снега берегитесь сосулек – не ходите под стенами домов



не держите руки в карманах – это увеличивает вероятность падения и получения травм



не перебегайте проезжую часть

обувь должна иметь глубокий протекторный рисунок на подошве

ходите по тротуарам, посыпанным песком или солью

ступая на лед, максимально нагружайте носок, а не пятку

выбирайте освещенные участки дороги

ходите медленно, ноги слегка расслабьте в коленях

выбирайте внутренний край тротуара с непротопанным снегом







**Спасибо  
за  
внимание!**

