# Безопасность при гололёде и гололедице

**Гололёд**— это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 до минус 30 градусов. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

**Гололедица** — это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

**Как подготовиться к гололёду (гололедице)**

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы.

Основное условие движения для водителей – осмотрительность, низкая скорость и исключительная осторожность.

Пешехода при гололеде подстерегают две опасности – поскользнуться и упасть или попасть под машину.

С наступлением холодов растет количество дорожно-транспортных происшествий и уличных травм (ушибы, вывихи и переломы), в такие дни количество пострадавших увеличивается.

Чтобы уменьшить вероятность падения, необходимо соблюдать следующие правила поведения при гололеде:

* Подберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе, отказавшись от высоких каблуков.

***При отсутствии таковой прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком.***

* Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места.

***Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.***

* Будьте предельно внимательны 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 Вам.***

**Помните!** **Особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи.**

**Если падения не удалось избежать**

* Если вы чувствуете, что падение неизбежно, присядьте и наклонитесь в сторону, так как это делают хоккеисты.

***Неудачное падение на спину чревато травмой позвоночника, а на вытянутые вперед руки – переломом плеча или запястья, поэтому постарайтесь сгруппироваться: прижать локти к бокам, втянуть голову в плечи, напрячь мускулы.***

* Если в момент соприкосновения с землей, вам удастся перекатиться (такой перекат существенно снижает силу удара), то, скорее всего, максимум что вам грозит – это синяк или небольшой ушиб.
* Если травмирована конечность, то ее, прежде всего, нужно обездвижить, зафиксировать с помощью шины, на руку сделать поддерживающую повязку.

***Для этого могут быть использованы предметы, которые всегда есть рядом: доска, шарф, косынка.***

* Для того чтобы снять отек, уменьшить болевые ощущения к ушибу или перелому желательно приложить что-нибудь холодное, снег для этого вполне подойдет.

**Получив травму, не стоит заниматься самолечением, обязательно и безотлагательно обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи.**

**Как управлять автомобилем в гололёд (гололедицу)**

Именно в зимний период происходят многочисленные аварии. Особенно часто они случаются в начале зимы, когда не все автономисты успели переобуться, а также если температура воздуха вдруг повысилась, а потом подморозило. Для того, чтобы не стать участником аварии зимой, водителям необходимо быть особенно осторожными.

Чтобы избежать попадания в ДТП, важно придерживаться правил вождения в гололед:

1. Нужно заранее подготовить свой автомобиль к зиме: поставить зимнюю резину, проверить работоспособность фар, стеклоочистителей.
2. Золотое правило езды в гололед – это соблюдение трех постулатов: низкая скорость, выдерживание дистанции и сконцентрированность.

Не выезжайте в снег или гололед на летней резине и забудьте о «лихачестве» – чем ниже скорость машины, тем лучше вы будете контролировать ее ход. Обязательно соблюдайте дистанцию до впереди идущего автомобиля, чтобы иметь возможность для маневра в случае необходимости.

Никаких резких движений за рулем в гололед! Сбрасывайте и набирайте скорость плавно, чтобы свести риск попадания в занос к минимуму. Даже если вы уверены в своих навыках вождения, не забывайте о том, что некоторые водители могут игнорировать правила дорожного движения. **Будьте настороже, следите за обстановкой на дороге.**

**Как безопасно тормозить на скользкой дороге?**

Есть два способа торможения, чтобы справиться с заносом автомобиля:

1. **Прерывистое торможение**, нажимая на педаль несколько раз подряд быстро и сильно.
2. **Ступенчатое торможение**, когда тормоз не отпускается, но нажатие делается дозировано: при заносе давление на педаль уменьшается, а для сохранения траектории движения – усиливается.

***Ни в коем случае нельзя резко тормозить при заносе, поскольку вас может выбросить на встречную полосу движения или в кювет.***

**Важно:** ездить по глубокому снегу необходимо без остановок и переключения передач. Если застрянете в снегу, не допускайте, чтобы колёса длительное время буксовали. Маневрировать на льду возможно, но очень аккуратно, не совершая резких движений. Всякое резкое маневрирование, особенно вне наезженной колеи на дороге, грозит тем, что машину может начать крутить. Возникнет аварийная ситуация, которая в условиях городского движения нередко приводит к серьёзным ДТП.

На дороге, покрытой наледью, расстояние между автомобилями должно соответствовать скорости автомобиля, умноженной на два. **Соблюдайте дистанцию!**

Выбирая скорость, не забывайте, что на снегу тормозной путь увеличивается почти втрое. Возле остановок общественного транспорта и перед светофорами от частых торможений образуются наледи, будьте здесь особенно осторожны.

**Водителям при гололёде (гололедице) следует пользоваться следующими приемами безопасного вождения:**

* Следует ехать очень медленно, осмотрительно и исключительно плавно.
* Съезжая с крутого склона или подъезжая к повороту нужно заранее переключиться на пониженную передачу, чтобы не прибегать, по возможности, к торможению.
* Обледенелые подъемы старайтесь преодолевать на несколько повышенной скорости, чтобы на самом подъеме не пришлось переключать передачи, а можно было даже постепенно уменьшать нажатие на педаль газа.
* На перекрестках опасайтесь столкновения с машинами, следующими в поперечном направлении. Лучше повременить с выездом на перекресток, чем поставить себя под удар машины, которой управляет неосторожный водитель.
* На пешеходных переходах и в других местах возможного появления пешеходов на проезжей части, проявляйте повышенную осторожность.

***Помните, пешеход может идти по обледенелой дороге и у него не будет возможности быстро остановиться.***

* При движении по обледенелой дороге не следует повышать скорость, надеясь на противоскользящие материалы, которыми посыпают дороги
* Опасен при гололеде и свежевыпавший снег, который маскирует обледенелое покрытие.
* Для всех маневров автомобиля, связанных с поворотом, надо рассчитывать на темп движения замедленный (минимум на 10-15%) по сравнению с летними условиями.

***Об этом нужно помнить при перестроении из одного ряда в другой, до и после обгона или опережения.***

* Выезд на полосу встречного движения совершается с умеренной скоростью и, только после, увеличивается до пределов, необходимых для обгона автомобиля.
* Зазор между обгоняемым и обгоняющим автомобилями должен быть увеличен как минимум в два раза по сравнению с обычными условиями движения.
* В это же время не следует близко подъезжать к краю проезжей части, так как случайный заезд одним колесом на заснеженную обочину легко может вызвать боковой занос автомобиля.
* Возвращение на свою полосу движения также должно происходить после снижения скорости, но не ниже скорости обгоняемого автомобиля.

**Будьте бдительны, осторожны и внимательны!**

**В случае чрезвычайных ситуаций незамедлительно звоните по единому номеру эк экстренных оперативных служб**



