

ГОЛОЛЕД. СКОЛЬЗКАЯ ДОРОГА

В ГОЛОЛЕД СОБЛЮДАЙ УВЕЛИЧЕННУЮ ДИСТАНЦИЮ

СКОРОСТЬ КМ/Ч	20	30	40	50	60	70	80
ДИСТАНЦИЯ В НОРМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ, М	10	15	20	25	30	35	40
ДИСТАНЦИЯ В ГОЛОЛЕД, М	40	60	80	100	120	140	160



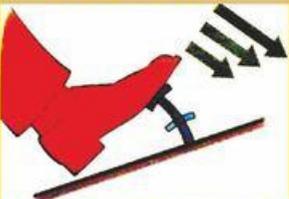
СПОСОБЫ ЭКСТРЕННОГО ТОРМОЖЕНИЯ НА СКОЛЬЗКОЙ ДОРОГЕ

ТОРМОЗ С ГАЗОМ



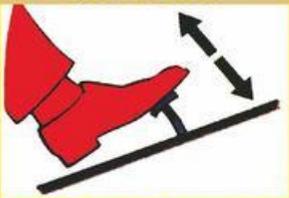
Плвно, но уверенно нажать на тормоз и газ одновременно. Крутящий момент от двигателя будет препятствовать блокировке колес.

ПРЕРЫВИСТЫЙ



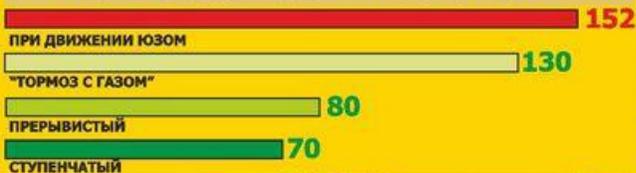
Нажать на тормоз. Почувствовав юз, отпустить педаль тормоза и снова нажать - и так до полной остановки автомобиля, каждый раз ослабляя нажатие.

СТУПЕНЧАТЫЙ



Нажать на тормоз. Почувствовав юз, отпустить педаль, но не полностью. Нога постоянно находится на педали, готовая чуть ослабить давление при юзе и снова придавить педаль.

ОСТАНОВОЧНЫЙ ПУТЬ (м) ПРИ СКОРОСТИ 60 км/ч И РАЗНЫХ СПОСОБАХ ЭКСТРЕННОГО ТОРМОЖЕНИЯ



При поворотах на скользкой дороге снижай скорость по сравнению с ездой в нормальных условиях

ПОМНИ!
лед наиболее опасен при температуре 0 C и выше из-за наличия слоя воды

НЕЛЬЗЯ ОДНОВРЕМЕННО ТОРМОЗИТЬ И ПОВОРАЧИВАТЬ ПЕРЕДНИЕ КОЛЕСА НА СКОЛЬЗКОМ ПОКРЫТИИ. АВТОМОБИЛЬ ПОЙДЕТ В ПРЕЖНЕМ НАПРАВЛЕНИИ

ВЫВЕДЕНИЕ ИЗ ЗАНОСА

VI
К моменту полного выравнивания автомобиля передние колеса должны занять прямое положение. Мелко нажать на педаль газа. Быстрым поворотом рулевого колеса туда и обратно прекратить боковые перемещения задней части автомобиля.

V
Если автомобиль все-таки начал заносить в другую сторону, предпринять те же действия (II-IV).

IV
Без паузы, не дожидаясь полного выравнивания автомобиля, начать вращать рулевое колесо в обратную сторону. Это предотвратит занос в противоположном направлении.

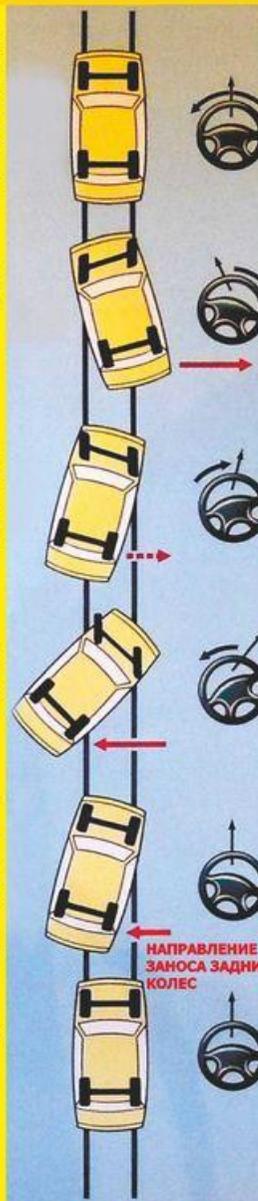
III
Быстро, но плавно повернуть рулевое колесо в сторону заноса. Автомобиль начинает выравниваться.

II
Занос задней части автомобиля:
- не трогать тормоз и сцепление;
- очень плавно сбросить газ (на переднеприводном автомобиле, наоборот, добавить газ);
- включить пониженную передачу с глубокой перегазовкой.

I
Прямолнейное движение автомобиля до начала заноса.

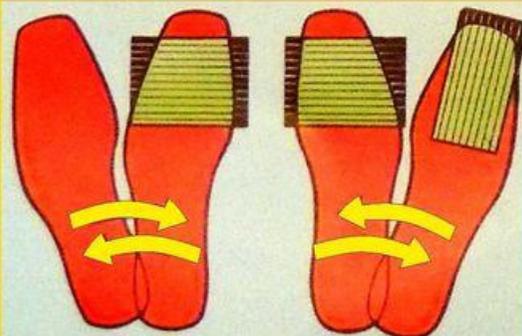
ОБЩИЕ ПРАВИЛА

Не делай резких движений рулевым колесом и педалями. Старайся придать передним колесам то же направление, в каком они двигались до заноса.

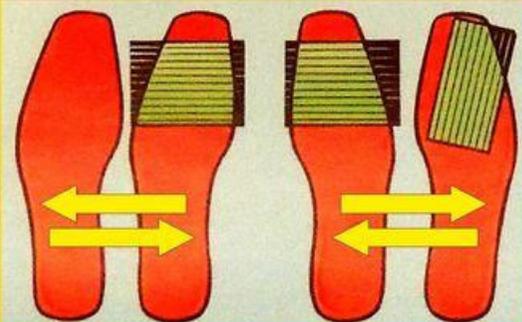


ПЕРЕНОС СТУПНЕЙ С ПЕДАЛИ НА ПЕДАЛЬ

ПРАВИЛЬНО СЦЕПЛЕНИЕ ТОРМОЗ ГАЗ



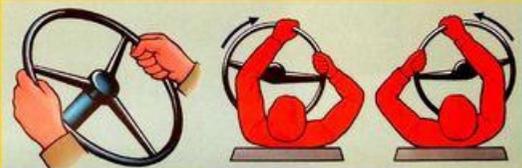
НЕПРАВИЛЬНО СЦЕПЛЕНИЕ ТОРМОЗ ГАЗ



РАСПОЛОЖЕНИЕ РУК НА РУЛЕВОМ КОЛЕСЕ

Большие пальцы должны крепко обхватывать обод рулевого колеса

Положение рук, допускаемое экстренных действиях рулевым колесом



ПОВОРОТ НАПРАВО

ПОВОРОТ НАЛЕВО

Информационный листок «ЗИМНИЕ ОПАСНОСТИ»

Падения на скользкой поверхности



Падения из-за **гололеда** могут привести к серьезным травмам. Характер травм - от простых (растяжения, ушибы, ссадины) до тяжелых, требующих стационарного лечения.

Рекомендации:

- Передвигайтесь по скользкой поверхности не спеша, чуть согнув ноги.
- Наступайте на всю подошву, учитывая неровности поверхности.
- Пользуйтесь мало скользкой обувью, специальными накладками для подошв, препятствующими скольжению.
- Старайтесь выбирать безопасные участки дороги – там, где есть рыхлый снег или из-под льда выглядывает твердая поверхность асфальта или тротуарной плитки.

Переохлаждение

Общее состояние человека, при котором нормальная температура тела падает до отметок $+35^{\circ}\text{C}$ и ниже.

Основной причиной переохлаждения является воздействие на организм **холода**, т.е. пребывание человека или животного в холодной среде без **защитных средств**, например, теплой одежды.



Первая помощь

- Поместите пострадавшего в теплое помещение
- Переодеть в сухую одежду
- Укутайте одеялом и напоите горячим сладким чаем
- При необходимости вызвать медицинскую помощь

Обморожение



Обморожение частей тела обычно начинается с воздействия на организм температуры окружающей среды -10°C ... -20°C , однако, в регионах с повышенной влажностью, или же в осенне-весеннее время оно может наступить и при -5°C , и даже 0°C . Ускорить процесс обморожения может пронизывающий сильный холодный ветер или наличие влаги (пот) под одеждой, в обуви.

Первая помощь

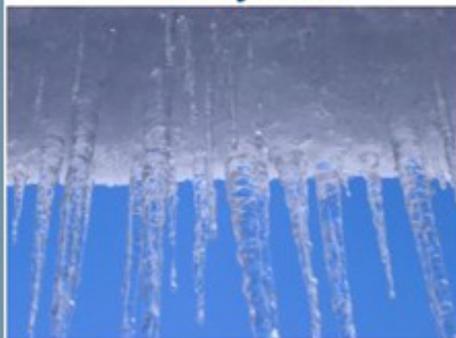
- Вызвать медицинскую помощь
- В течении 40-60 минут согревать обмороженные участки теплой водой.
- Промокнуть кожу и укутать пострадавшего теплой одеждой.

Вождение зимой

1. Подготовить транспортное средство к условиям эксплуатации в зимнее время.
2. Дополнительно укомплектовать ТС вспомогательным оборудованием и приспособлениями (зимние шины, зимняя жидкость омывателя, трос и т.д).
3. Соблюдать дистанцию при передвижении на ТС, избегать резких торможений и ускорений.



Сосульки



Сосульки формируются когда температура воздуха в течение дня колеблется от отрицательных к положительным значениям.

Будьте предельно осторожны когда находитесь вблизи мест формирования сосулек - зданий, временных сооружений и т.д.

Растущая температура или постоянная вибрация, вызванная работающими механизмами, строительными работами, периодически открываемые и закрываемые двери и окна здания в результате могут вызвать падение сосулек.

Будьте внимательны к своему здоровью и здоровью окружающих вас людей, помните о ценности жизни и о долге каждого человека по её сохранению.

ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

С наступлением осенне-зимнего периода особую остроту приобретает вопрос предупреждения травматизма и пожаров. Это связано прежде всего с пренебрежением требованиями правил дорожного движения, нормативных правовых актов по охране труда, электро- и пожарной безопасности со стороны должностных лиц и работников организации.

С наступлением осенне-зимнего периода и сокращением светового дня увеличивается количество дорожно-транспортных происшествий.

Поэтому обращаем ваше внимание, что применение светоотражающих элементов (фликеров) в темное время суток, особенно в условиях недостаточной освещенности, является обязательным требованием и распространяется на всех и каждого, вне зависимости от места нахождения.

В осенне-зимний период основными причинами пожаров являются:

- нарушение технологического процесса, правил эксплуатации теплогенерирующих агрегатов и устройств;
- нарушение правил эксплуатации электросетей и электрооборудования;
- нарушение правил пожарной безопасности при проведении работ;
- неосторожное обращение с огнем неустановленных лиц и поджоги.

В целях предупреждения пожаров и в связи с наступлением отопительного сезона необходимо:

- запретить эксплуатацию зданий и помещений с неисправной электропроводкой;
- огневые работы проводить строго соблюдая правила пожарной безопасности;
- провести утепление водопроводных трубопроводов;
- запретить отопление труб открытым огнем;
- запретить использование самодельных нагревательных приборов;
- не допускать нахождения посторонних лиц на производственных территориях;
- проверить наличие первичных средств пожаротушения в производственных помещениях и их комплектацию.

ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Зима – это не только пушистый снег, веселые детские игры во дворе, зимние виды спорта. Это еще и переменчивая погода: то снегопад, то оттепель, то метель, то гололед. И все это зачастую способствует получению гололедных травм.

Чтобы уменьшить риск падения, нужно соблюдать ряд правил:

- желательно носить обувь на плоской подошве или на низком квадратном каблуке;
- можно прикрепить к подошве обуви полоску наждачной бумаги или обычного лейкопластыря, лучше подойдет обувь с рифленой подошвой;
- в гололедицу ходить нужно по-особому – как бы немного скользя, словно на маленьких лыжах, наступать на всю подошву;
- внимательно смотреть под ноги (в спешке можно не заметить даже открытого льда);
- желательно идти как можно медленнее. Важно помнить: чем быстрее вы идете, тем больше риск упасть;
- девушкам на время гололеда не стоит ходить на высоких, тонких каблуках;
- если вы носите длинное пальто или шубу, обязательно приподнимайте полы одежды, когда выходите из транспорта или спускаетесь по лестнице;
- не ходить очень близко к стенам зданий – с крыши может упасть сосулька или кусок затвердевшего снега;
- желательно избегать ношения сумок на длинных ручках, которые, свисая с плеча, перемещают центр тяжести и тянут вниз. Опасны в плане получения травм и капюшоны, которые сужают обзор и мешают при переходе улицы своевременно оценить ситуацию на дороге;
- особенно внимательными нужно быть на крыльце магазинов, ЖЭСов, аптек и многих других организаций, при строительстве которых использовалась плитка.

ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Важный навык в период зимнего травматизма – умение правильно падать. В основном причиной перелома конечностей становится неумение человека правильно сгруппироваться и выбрать удачную позу для падения. Мы на инстинктивном уровне выбрасываем прямую руку вперед при падении, а для удержания равновесия, пытаемся выставить ногу вперед или в сторону. При этом вся масса тела приходится на «выброшенные» конечности, это и приводит к перелому.



Если вы чувствуете, что падения уже не избежать, постарайтесь присесть – так уменьшится высота, с которой вы упадете. Кроме того, в момент падения надо попытаться сгруппироваться – втянуть голову и прижать локти к бокам. Если, поскользнувшись, вы теряете равновесие, ни в коем случае не падайте на выпрямленные руки. Падать обязательно надо на бок, ведь если человек падает на спину, то угрозе травмирования подвергаются его позвоночник и голова. А если вы все-таки падаете на спину, прижмите подбородок к груди, а руки раскиньте как можно шире. Это застрахует вас от черепно-мозговой травмы.

При падении со скользкой лестницы очень важно защитить лицо и голову: постарайтесь прикрыть их руками. Не пытайтесь затормозить падение, растопырив руки и ноги, – это только увеличит количество переломов.

Во время новогодних праздников хочется предостеречь от вероятности получения травм в результате использования различных пиротехнических изделий, которые нередко становятся причиной очень тяжелого ожога или даже смертельного случая.

При получении травмы необходимо вызвать бригаду скорой медицинской помощи или при возможности самостоятельно обратиться в ближайшее медицинское учреждение. Самостоятельно или с помощью окружающих создать условия неподвижности для поврежденной конечности при помощи подручных средств. Обойтись без консультации врача можно только в случае легкого ушиба, за исключением ушиба головы. Достаточно к больному месту приложить «холод» и обработать место ушиба мазью или гелем, рассасывающим синяки.