

# Памятка по безопасности на **новогодних** каникулах

## Встреча Нового года

1. Закрепите ёлку на устойчивой подставке, подальше от отопительных приборов.
2. Проверьте, чтобы все электрические гирлянды были заводского изготовления и исправны.
3. Не украшайте ёлку свечами, ватой, игрушками из бумаги. Не зажигайте вблизи дерева бенгальские огни и т.п.
4. Ни в коем случае не используйте пиротехнику в помещении.
5. Покупайте пиротехнику только в официальных местах продаж и проверяйте сертификаты безопасности и сроки годности.
6. Соблюдайте инструкции на упаковке пиротехники.
7. Детям запрещается использовать пиротехнику без взрослых.

## Безопасность на холоде

1. Одевайтесь тепло, но так, чтобы сохранять подвижность.
2. Выбирайте натуральные материалы (исключение — специальные утеплители и термоткани).
3. Чем холоднее — тем больше слоёв. Слои могут быть тонкие: две лёгкие кофты теплее толстого свитера.
4. Учитывайте влажность на улице. Если выйти под мокрый снег в промокаемой обуви или шапке, они быстро начнут отнимать тепло, а не сохранять.
5. Используйте защитный крем для открытых участков кожи и гигиеническую помаду. Это важно и девочкам, и мальчикам.
6. Двигайтесь на улице. Активно ходить вблизи остановки гораздо теплее, чем ждать автобус просто стоя.
7. Дышите только носом.

## Правила безопасности на катках

1. Если вы катаетесь часто, купите собственные удобные коньки. Они должны быть утеплёнными либо надеваться на тёплый носок.
2. Коньки должны быть хорошо и своевременно наточены.
3. Одежда должна быть тёплой, но не тяжёлой. Для первого опыта выберите штаны потолще. Длинные волосы соберите. Не забудьте шапку на открытый каток.
4. Убедитесь, что на льду нет ямок и бугорков. Они могут привести к падениям и травмам.
5. При выходе на лёд придерживайтесь бортика.
6. Не спешите. Избегайте столкновений с другими людьми.
7. Если чувствуете, что сейчас упадёте, постарайтесь падать на бок или вперёд «рыбкой». Голова должна быть направлена в противоположную падению сторону (если падаете на левый бок, голова должна быть отклонена вправо).

## Правила безопасности при катании с горок

1. Если горка вызывает опасения, сначала спуск должен испытать взрослый и принять решение, можно ли здесь кататься.
2. Ни в коем случае нельзя кататься с железнодорожных насыпей и горок вблизи проезжей части.
3. Желательно, чтобы на детской горке было минимум двое взрослых. Один наверху, чтобы соблюдать достаточные интервалы между катающимися. Другой внизу, чтобы помогать скатившимся уйти с пути.
4. Нельзя спускаться с горки, пока не отошёл в сторону предыдущий человек.
5. Нельзя кататься стоя на ногах и на корточках, съезжать спиной или головой вперёд (лёжа на животе).
6. Если уйти от столкновения нельзя (на пути дерево, человек и т.д.), надо постараться завалиться на бок на снег.
7. Правильно выбирайте, на чём кататься. Ледянки и ватрушки не предназначены для горок с трамплинами. Они менее управляемы, чем классические санки. Ледянка в форме тарелки абсолютно неуправляема, если сесть в неё с ногами.