

ПАМЯТКА

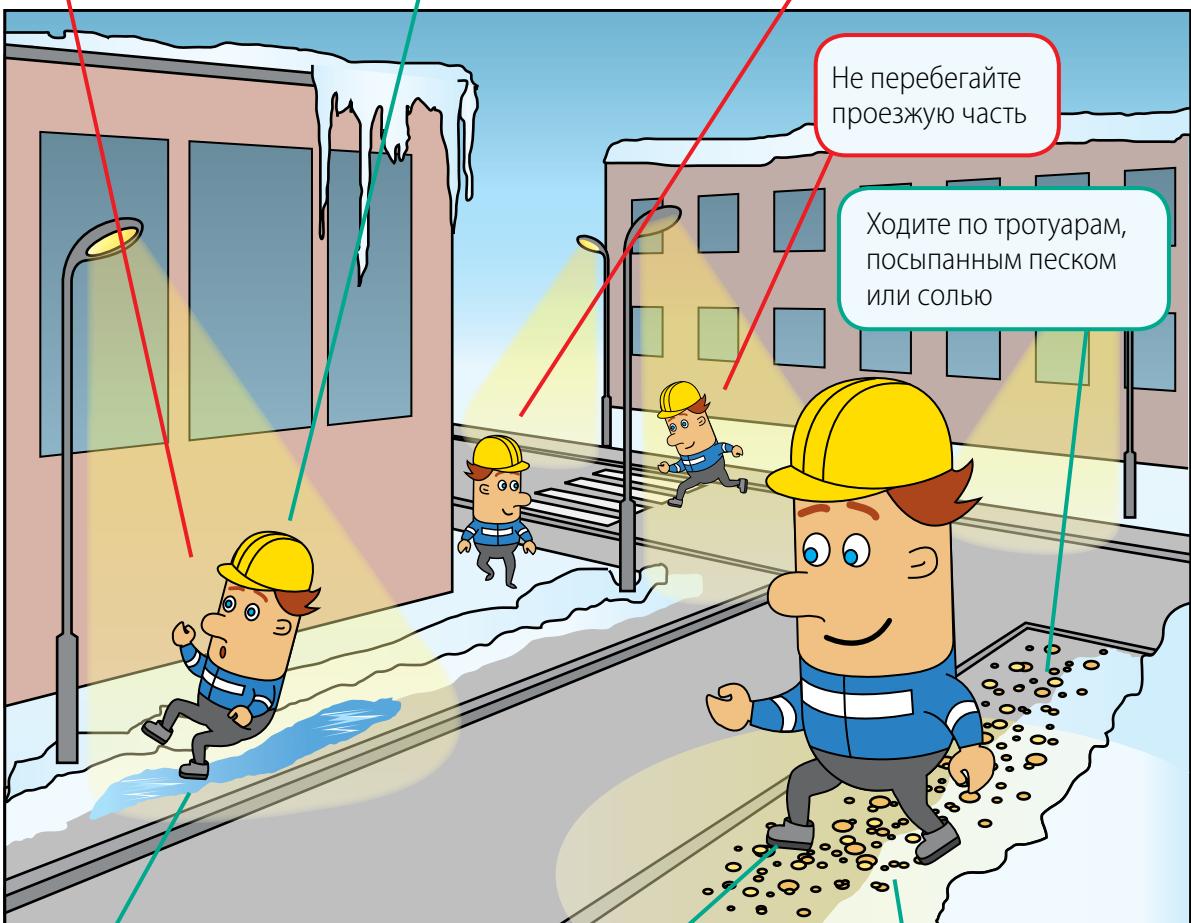
КАК НЕ ТРАВМИРОВАТЬСЯ В ГОЛОЛЕД



Не держите руки в карманах – так сложнее держать равновесие

Выбирайте освещенные участки дороги

Не ходите под стенами зданий – на вас могут упасть снег и сосульки



Не перебегайте проезжую часть

Ходите по тротуарам, посыпанным песком или солью

Ступая на лед, максимально нагружайте носок, а не пятку

Выбирайте обувь с глубоким протекторным рисунком на подошве

Ходите медленно, ноги слегка расслабьте. Выбирайте внутренний край тротуара с непротоптанным снегом