

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ЦЕНТР „ОКЕАН“»



ИНСТРУКЦИЯ № 24/ОО
о мерах безопасности при передвижении пешком
во время снегопадов и гололёдных явлений

Разработал:

Руководитель службы ОТ

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, overlapping loops and lines.

М. Т. Жоржолиани

Во время снегопадов и гололедных явлений значительно увеличивается количество уличных травм: ушибы, вывихи и переломы.

Во избежание получения травм необходимо соблюдать меры безопасности при передвижении.

1. Общие требования безопасности

- 1.1. Необходимо выбрать правильную обувь. Во избежание падений обувь должна быть с нескользкой подошвой на микропористой основе. Исключить ношение обуви с каблуком более 3 см.
- 1.2. Сделать обувь нескользкой можно прикрепив на сухую подошву лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

2. Меры безопасности при передвижении

- 2.1. Во время ходьбы необходимо смотреть себе под ноги, обходить опасные места.
- 2.2. В случае если невозможно обойти ледяную «лужу», то необходимо передвигаться по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.
- 2.3. Быть предельно внимательным на проезжей части дороге: не торопиться, и тем более не бегать.
- 2.4. При переходе дороги даже по регулируемому переходу нужно быть внимательными и соблюдать осторожность. Необходимо убедиться, что автомобиль остановился, и только после этого переходить дорогу.
- 2.5. При ожидании транспорта запрещается стоять на остановке близко к краю проезжей части. Осуществляя посадку (высадку), необходимо обращать внимание на ступеньки – на них может быть снег или лёд.
- 2.6. По возможности выбирать путь таким образом, чтобы постараться обойти все места с наклонной поверхностью.
- 2.7. Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях.
- 2.8. Руки по возможности должны быть свободны (желательно не носить тяжёлые сумки, не держать руки в карманах – это увеличивает вероятность падения).
- 2.9. В случае проскальзывания необходимо присесть, чтобы снизить высоту падения. В момент падения нужно постараться сгруппироваться и, перекатившись, смягчить удар о землю. Перед тем как подняться, необходимо осмотреть себя на наличие травм, а затем попросить прохожих людей помочь.
- 2.10. Необходимо помнить, что особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как при этом можно получить сотрясение мозга.
- 2.11. При получении травмы необходимо сообщить о случившемся своему водителю и обратиться в медицинскую службу Центра.