***Профилактика травматизма в весеннее время***

Наступающая весна приносит с собой не только радость солнца, тепла и свежести. С весной приходят и погодные катаклизмы. Днем тепло, ночью мороз, а утром - гололед. И дети, выходя на улицу, могут упасть…

**Как уберечься от таких опасностей весны?**

Правильно подберите ребенку обувь: предпочтение лучше отдать обуви с ребристой подошвой, произведенной из мягкой резины или термоэластопластов, без каблуков.

Научите ребенка перемещаться по скользкой улице: нужно не спешить, избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги.

Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед.

Держать руки в карманах в гололед опасно, при падении едва ли будет время их вынуть и ухватиться за что-нибудь.

Огромную опасность в гололед представляют ступеньки, по возможности избегайте их, если это невозможно, то ногу при спуске по лестнице необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция смягчит падение.

От того, чтобы поскользнуться и упасть на гладком твердом льду, не застрахован никто, да и вероятность получения травмы в результате такого падения довольно высока.

Весной возрастает число дорожно-транспортных травм. Часто ребенок видит, что машина приближается, но надеется проскочить, но на скользкой дороге водитель не успевает затормозить, поскольку увеличивается тормозной путь автомобиля.

Во время передвижения в темное время суток ребенку следует носить на одежде специальные отражающие знаки!

Пересекать проезжую часть дороги необходимо исключительно по пешеходному переходу ни в коем случае не перебегать, следует быть предельно внимательными.

Обязательно соблюдать правила дорожного движения.

**Правила безопасности для детей весной**

Чтобы долгожданный приход весны не был омрачен проблемами, стоит напомнить детям правила безопасности, актуальные для этого периода.

* Не ходи под козырьками и крышами домов — может сойти снег или упасть сосулька.
* Не снимай раньше времени шапку. Весеннее солнце пока только светит, а не греет.
* Не отказывайся от заботы мамы: помажь нос оксолиновой мазью и не забывай пить витамины.
* Внимательнее переходи дорогу, убедись, что машина затормозила.

Готовимся к весне!

* Обходи стороной бродячих животных – весной они особенно активны и могут представлять угрозу.
* Не общайся с незнакомыми людьми, не соглашайся на просьбы о помощи.
* Не ходи по льду! В это время года он особенно тонкий, и такая прогулка может закончиться трагедией.
* За ледоходом лучше наблюдать с безопасного расстояния — подальше от берега.

Эти простые правила помогут вашему ребенку избежать и простуды, и опасных ситуаций.

***Берегите себя и своих детей!***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Врач по гигиене детей и подростков филиала Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, городе Полевской и Сысертском районе» |   | Нестерова И.В. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласованно:И.О. Главного государственного санитарного врачав Чкаловском районе города Екатеринбурга,в городе Полевской и в Сысертском районеи.о. начальника территориального отделаУправления Роспотребнадзорапо Свердловской областив Чкаловском районе города Екатеринбурга,в городе Полевской и в Сысертском районе |   | Шатова Н.В. |