

График активировки (отмены) занятий в общеобразовательных учебных заведениях

t, Co	Скорость ветра в, м/с																				
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
-14																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-15																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-16																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-17																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-18																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-19																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-20																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-21																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-22																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-23																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-24																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-25																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-26																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-27																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-28																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-29																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-30																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-31																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-32																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-33																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-34																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-35																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-36																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-37																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-38																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-39																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-40																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-41																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8
-42																1.4	1.4	1.5	1.5	1.7	1.8

ПАМЯТКА
Как вести себя в сильный мороз на улице?

Выход на улицу желательно отложить до вечера. При сильном ветре лучше находиться в закрытых помещениях, вдали от сквозняков, вдали от оголенных проводов.

Помните, что в сильный мороз лучше не выходить на улицу, если вы чувствуете недомогание. Если вы чувствуете недомогание, лучше обратиться к врачу. В сильный мороз лучше не выходить на улицу, если вы чувствуете недомогание. Если вы чувствуете недомогание, лучше обратиться к врачу.

При сильном ветре лучше находиться в закрытых помещениях, вдали от оголенных проводов. При сильном ветре лучше находиться в закрытых помещениях, вдали от оголенных проводов.



В СИЛЬНЫЕ МОРОЗЫ:

- Постарайтесь не выходить из дому без особой на то необходимости, а также ограничьте выход на улицу детей и престарелых людей.
- Сократите время пребывания на холоде, периодически заходите в магазины, учреждения, общественный транспорт.
- Помните: длительное пребывание на холоде может вызвать переохлаждение или обморожение.

ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ И ОБМОРОЖЕНИЙ:

- не выходите на улицу без варежек, шапки и шарфа;
- надевайте свободную и сухую одежду и обувь, шерстяные вещи;
- активно двигайтесь;
- не употребляйте алкоголь, не курите на морозе;
- не пользуйтесь увлажняющим кремом для лица и рук;
- не носите на морозе металлических (в том числе золотых, серебряных) украшений;
- старайтесь избежать контакта голой кожи с металлом. Особенно это касается детей.



МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ В МОРОЗЫ

Памятка по безопасности на дороге в морозную погоду

Когда на улице холодно, то стекла автомобиля покрываются инеем, и водителю очень трудно управлять им.

Перед выходом из дома проверьте, чтобы стекла были чистыми, а в морозную погоду лучше использовать антиобледенитель.

Перед выходом из дома проверьте, чтобы стекла были чистыми, а в морозную погоду лучше использовать антиобледенитель.



ПРОФИЛАКТИКА ОБМОРОЖЕНИЯ

Признаки и симптомы ОБМОРОЖЕНИЯ:

- Потеря чувствительности обмороженных участков тела
- Ощущение покалывания или пощипывания, покраснения кожи

ОДЕЖДУ И ОБУВЬ НАДЕВАЙТЕ ПО ПОГОДЕ:

- теплую и сухую
- из натуральных материалов, желательны из шерсти и кожи
- шляпку, шарф и варежки
- обувь - с теплыми стельками
- несколько легких слоев одежды вместо одного плотного

Что ДЕЛАТЬ при обморожении:

- Наложите на обмороженные участки теплоизолирующую сухую повязку
- При наличии симптомов обморожения - незамедлительно обратитесь за медицинской помощью
- Если начали замерзать, согрейтесь в помещении или горячим напитком

Что НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ при обморожении:

- Растирать сильно обмороженные участки
- Пытаться согреть обмороженные участки тела огнем или горячей водой
- Применять масляные средства
- Употреблять алкоголь