**Памятка**

**по профилактике подросткового травматизма в зимний период**

Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги; соблюдать правила дорожного движения;

1. Соблюдать правила техники безопасности при прогулках в лесу, на реке.

2. Запрещается разведение костров в населенных пунктах и за их пределами.

3. Быть осторожным на льду. При недостаточной толщине до 15 см. не выходить на лёд. Необходимо осторожно обращаться с лыжами, коньками, санками. При очень низкой температуре воздуха не выходить на прогулку во избежание обморожения кожи.

4. Необходимо заботиться о своем здоровье; проводить профилактические мероприятия против гриппа и простуды: мыть руки, обрабатывать руки антисептиком, носить маски в общественных местах и транспорте.

5. Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

6. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами;

7. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере;

8. Запрещается посещать недостроенные, заброшенные строительные объекты, промышленные зоны, складские помещения и т.п.

9. Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 часов.