Внимание! Низкие температуры воздуха!

Государственные учреждения МЧС России

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийныхбедствий |
| 02.03.201820:03 |
| **Внимание! Низкие температуры воздуха!** |
|  |
| По данным Филиала ФГБУ Северное УГМС «Вологодский центр погидрометеорологии и мониторингу окружающей среды» от 2 марта 2018года: в период с 3 марта по 4 марта в городе Вологда и местами поВологодской области сохранится аномально - холодная погода сосреднесуточной температурой воздуха ниже климатической нормы на 7градусов и более. Спасатели рекомендуют: - В сильные морозыстарайтесь лишний раз не выходить из дому. Особенно это касаетсядетей. Если всё же выйти необходимо, то никогда не идите в холод наголодный желудок — съешьте что-нибудь горячее, выпейте чашку чаяили кофе. Надо чтобы организм тратил на обогрев энергию пищи, а несвою собственную. Лицо и руки желательно смазать защитным жирнымкремом, но, ни в коем случае не увлажняющим, который содержит всвоём составе много воды.  - Обувь всегда должна быть сухой исвободной, чтобы не нарушалось кровообращение ступней ног.Желательно надевать шерстяные носки, если таких нет, то можноиспользовать две пары хлопчатобумажных носков. Очень хорошопомогает „дедушкин способ“ — оборачивание ступней ног в два-трислоя сухой газетой. Благодаря ей, тепло от ваших ног долго неулетучится через обувь.  - На морозе старайтесь не стоять, апостоянно потихоньку двигаться, особенно, когда ждёте на остановкеобщественный транспорт. Если чувствуете, что холод совсемневыносим, а идти надо, то передвигайтесь перебежками с остановкамив кафе, магазинах, подъездах».  - напоминаем, что обмороженныеконечности нельзя растирать снегом и под горячей водой, и питьгорячий чай сразу после пребывания на морозе. |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий© 2025 |