**Специалисты призывают к безопасному горнолыжному отдыху**

**Наступает время активного зимнего отдыха, который предпочитают многие жители и гости Хакасии. Катания на ватрушках, горных лыжах, сноубордах и даже пешие прогулки требуют большой осторожности.**

Отправляясь на **прогулку на лыжах или пешком**, обязательно учитывайте погодные условия и время суток. Лучше гулять вместе с родственниками или друзьями. Надевайте теплую и удобную одежду, возьмите с собой мобильный телефон, термос с чаем и бутерброды. Сообщите родным о планируемых маршрутах и времени возвращения домой.

Не уходите далеко в лес, ориентируйтесь по звукам автодороги и запоминайте маршрут. Если вы заблудились, двигайтесь в одном направлении, постарайтесь найти просеку. Любая дорога обязательно выведет к населенному пункту. В случаях беды, с**пасателям нужно звонить с сотового телефона по номеру «112».**

**Катание на «ватрушках»** требует повышенного внимания. В отличие от санок, они способны развивать большую скорость, закручиваться и становиться почти неуправляемыми. Не перегружайте «ватрушку», не ложитесь головой вперед, не цепляйтесь друга за друга «паровозиком», иначе можно перевернуться. Выбирайте только проверенные трассы, на которых нет резких склонов, съездов или косогоров. Перед началом спуска убедитесь, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей. Ни в коем случае не зацепляйте «ватрушку» к машинам – это крайне опасно!

**Лыжникам и сноубордистам** перед выходом на трассу нужно тщательно проверить экипировку. Она должна соответствовать росту и весу, крепления должны быть хорошо зафиксированы. Наденьте защитный шлем и очки.

Трассу нужно выбирать, опираясь на личный опыт и профессионализм. Учитывайте сложность трассы, видимость на склоне, а также погодные условия. Соблюдайте дистанцию с другими катающимися, особенно осторожно – с начинающими и детьми. **Категорически запрещается выходить на трассу в состоянии алкогольного опьянения!**

Если вы стали свидетелем несчастного случая, окажите первую помощь пострадавшему и сообщите о происшествии по номеру «112».

**Взрослые! Обязательно напомните детям о правилах безопасности в снежный сезон. Не отпускайте малышей играть и кататься одних, ребятишки должны всегда быть под контролем и присмотром.**

**Дополнительная информация для СМИ 8 (3902) 305-682**

**Управление по ГО, ЧС и ПБ Хакасии**

**22.11.2018**