



МЧС России

#МЧС_памятка

- Спускаясь вниз или поднимаясь вверх по лестнице, приподнимайте полы длинной одежды



- **Не торопитесь**
Никогда не переступайте ступеньки
Внимательно смотрите, куда ступаете,
особенно у основания лестницы





МЧС России

#МЧС_памятка

- Поднимаясь или спускаясь по лестнице, не закрывайте себе обзор предметами, старайтесь смотреть, куда наступаете
- Держитесь за перила – это поможет вам удержаться, если нога случайно соскользнет со ступеньки

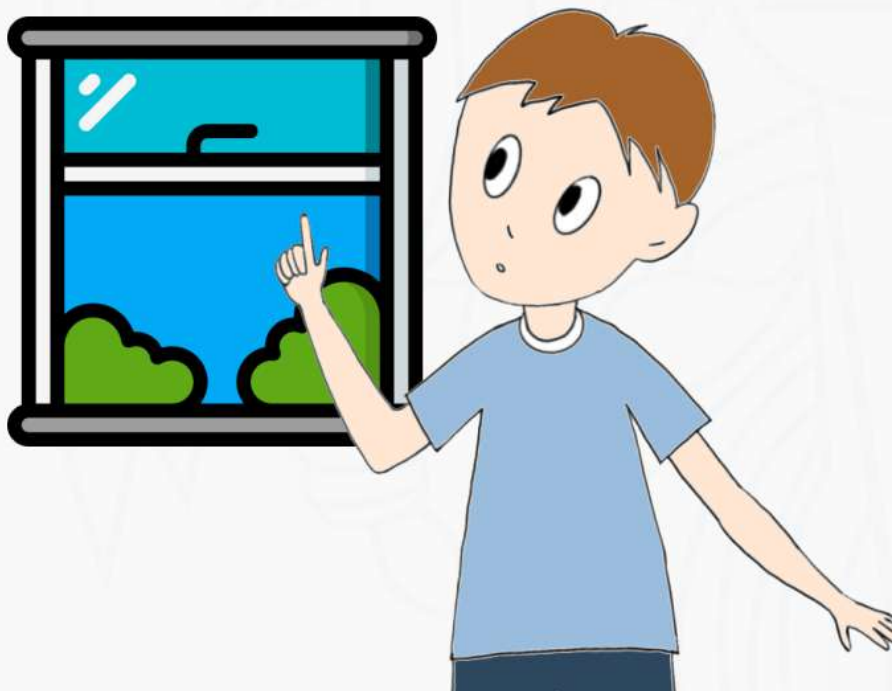




МЧС России

#МЧС_памятка

- Обращайте внимание на устойчивость стульев, на которые вы садитесь, не раскачивайтесь на них
- Не садитесь на высокие стулья перед открытым окном
- Не сидите на подоконнике





МЧС России

#МЧС_памятка

- Не оставляйте на полу предметы, о которые можно споткнуться
- Следите за тем, чтобы полы и ступени лестниц, куда вы наступаете, были сухими
- Не прыгайте с лестницы или табурета

