

КАК НЕ ЗАМЕРЗНУТЬ НА УЛИЦЕ ЗИМОЙ?

КАК ОДЕТЬСЯ?

Наденьте головной убор, закрывающий уши



В морозы лучше отдать предпочтение варежкам, а не перчаткам



Надевайте обувь из натуральных материалов. Она должна быть просторной, чтобы в ступнях не нарушалось кровообращение



Лучше надеть многослойную одежду, которая создаёт воздушную прослойку, способную удерживать тепло



Надевайте термобелье. Оно препятствует проникновению холодного воздуха и удерживает тепло



Наденьте шерстяные носки, при условии, если обувь не слишком тесная

