

## Уважаемые юные граждане!

Что делать, если вы провалились в  
холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лёд.
- Если лёд выдержал, перекачиваясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.



## Помните!

### Телефон для экстренного реагирования

# 112



Составитель: Учебно-методический центр  
ГКУ Республики Мордовия «СУГЗ»  
Тел. 8(8342)39-19-10

## ПАМЯТКА для детей

### ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО

### ПОВЕДЕНИЯ

### В ПЕРИОД ВЕСЕННЕГО ПАВОДКА



Система обеспечения вызова  
экстренных оперативных служб  
по единому номеру «112»



## ВНИМАНИЕ!

Будьте осторожны во время весеннего паводка и ледохода. Не подвергайте свою жизнь опасности! Соблюдайте правила поведения на водоемах во время таяния льда, разлива рек и озер.



## БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ!

Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной, причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.

Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь — взрослые услышат и выручат из беды.

- Не выходите на лед во время весеннего паводка.

- Не переправляйтесь через реку.

- Не стойте на обрывистых и подмытых берегах - они могут обвалиться.

- Не приближайтесь к ледяным заторам, не отталкивайте льдины от берегов.

- Не катайтесь на самодельных плотках, досках, бревнах и плавающих льдинах, не прыгайте с одной льдины на другую.

## В экстремальных ситуациях

важно не паниковать!



## БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И

ОСТОРОЖНЫ!  
ЛЕД ВЕСНОЙ ОПАСЕН!

## ВЗРОСЛЫЕ! Не оставляйте детей без присмотра!

Не допускайте детей к реке без надзора взрослых, предупредите их об опасности нахождения на льду при вскрытии реки.

Помните, что в период паводка несчастные случаи чаще всего происходят с детьми.

Разъясняйте им правила поведения, запрещайте им шалить у воды, пресекайте лихачество. Оторванная льдина, холодная вода, быстрое течение грозят гибелью!

Разъясните детям меры предосторожности в период ледохода и весеннего паводка.



ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН  
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ - 112