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 лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
* Ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен па 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 плотах, 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**