

Что делать, если вы провалились в

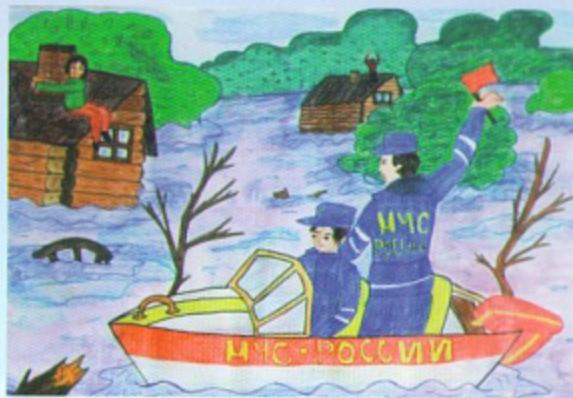
холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постараитесь 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 на прочность.



Телефон
для экстренного
реагирования

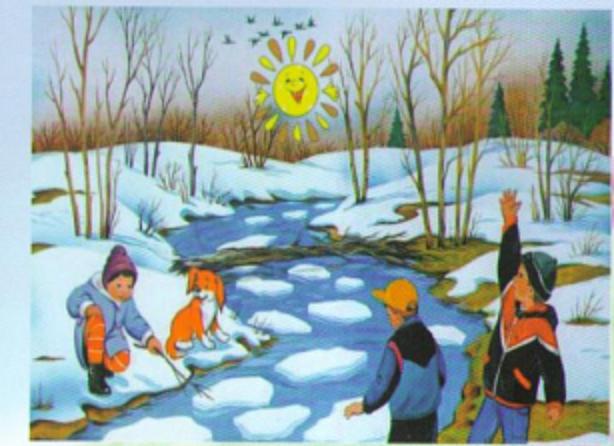
112



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»**

Уважаемые граждане!

В период весеннего паводка

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- выходить на водоемы, ходить по льдинам и кататься на них;
- переправляться через реку;
- подходить близко к реке в местах затора льда;
- стоять на обрывистом берегу, подвергающемуся обвалу;
- собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов.



Помните!

В экстремальных ситуациях
важно не паниковать!

Телефон
для экстренного
реагирования
112



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

Фото: ГКУ Республики Мордовия «МРАСС»
Тел. 8(8342)38-03-04

ПАМЯТКА

**Правила безопасного поведения
в период весеннего паводка**



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