

Телефон пожарных и спасателей

**01**

Единый «телефон доверия» МЧС России

**(495) 449-99-99**

Телефон «горячей линии» Центра экстренной  
психологической помощи МЧС России:

в Москве **(495) 626-37-07**

в Санкт-Петербурге **(812) 718-25-16**

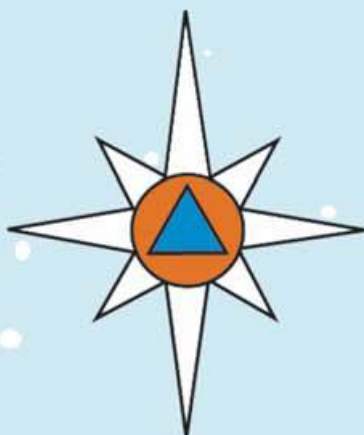
Сайт детской безопасности

**[www.spas-extreme.ru](http://www.spas-extreme.ru)**

Сайт МЧС России

**[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)**





# Добрые советы от МЧС для детей и их друзей

(ЗИМА)



## ЗИМА – СОСУЛЬКИ, ГОЛОЛЕД



На улице держись подальше от домов. С крыши может упасть сосулька или обвалиться снег.

Не входи в огражденные зоны.

На скользком тротуаре передвигайся небольшими шагами, ступая на всю подошву.



Когда идешь по двору, будь осторожен, здесь тоже ездят машины. Помни, ни один автомобиль не может остановиться сразу!



В момент падения старайся сгруппироваться, чтобы не удариться головой.

Падай не на спину, а на бок.

Старайся при падении не опираться на руку.



Выходить на тонкий лед нельзя!

Не пытайся определить прочность льда,  
наступая на него.

Но если ты оказался на льду,  
передвигайся мелким  
скользящим шагом.



Если лед начал потрескивать, немедленно отойди назад  
скользящим шагом, не отрывая ступней ото льда.

Если лед проломился, и ты попал в воду, кричи, зови на  
помощь!



## НА ЛЬДУ



Постарайся самостоятельно выбраться на лед.

Без резких движений наползай грудью или накатывайся боком на край льда.

Поочередно вытаски на поверхность ноги.

Выбравшись из полыньи, откатись или отползи от нее.

Знай, даже мокрая одежда на морозе некоторое время сохранит тепло твоего тела. У тебя есть время добраться до теплого помещения.



# САНКИ, ЛЫЖИ И КОНЬКИ



Даже опытные хоккеисты надевают шлемы, наколенники и налокотники. Бери с них пример.

Играть в хоккей и кататься на коньках нужно на специально оборудованных катках.

Нельзя кататься с горок, которые расположены рядом с проезжей частью.



Не катайся на санках стоя, –  
упадешь и ушибешься.



Если у тебя промокли ноги, немедленно иди домой,  
а то простудишься.





# ПРАЗДНИК БЕЗ НЕПРИЯТНОСТЕЙ

Запускать фейерверк – занятие для взрослых.

Когда взрослые запускают фейерверк или петарды, стой в стороне.



Бенгальские огни держи подальше от лица.

Если ты потерялся в праздничной толпе, обратись к любому человеку в форме (милиционеру, охраннику). Он поможет тебе найти родителей.



Ты должен знать свою фамилию и домашний адрес.



Если человека в форме рядом нет, обратись за помощью к любому взрослому, например, к женщине с детьми. Тебе обязательно помогут.

Помни, твои родители уже ищут тебя.