

## **Действия при землетрясении**

**Землетрясения** - это специфические явления, происходящие в определенных участках земной коры. Они могут происходить как на суше, так и под водой. Землетрясения всегда поражали людей и своей разрушительной силой, и последствиями, выражающимися в опускании земной коры, активизации вулканической деятельности, образовании цунами и т. д.

Землетрясение может длиться от нескольких мгновений до нескольких суток (периодически повторяющимися подземными толчками).

### **Как подготовиться к землетрясению**

Каждый, живущий в сейсмоопасном районе, должен сознательно и систематически планировать свои действия во время возможного землетрясения. Значительно больше шансов сохранить спокойствие и способность к разумным действиям, если вы заранее продумаете свои действия в различных условиях и месте, днем, ночью, дома, на работе, в общественных местах (магазине, театре), в транспорте, в гостях и в других местах, где вы бываете.

#### **Дома**

Проводите в своей семье детальное обсуждение возможности землетрясения, составьте и попросите домашних хорошо запомнить план сбора всей семьи после землетрясения. Пункт сбора намечайте на открытом месте недалеко от дома.

Заранее наметьте наиболее экономный и безопасный путь выхода из помещения в случае землетрясения. Помните, что оно может произойти ночью при отключенном освещении, лестничные клетки, коридоры, двери будут забиты людьми. Дверь также может заклинить.

Заранее определите наиболее безопасные места в квартире (доме): внутренние углы капитальных стен и проемы входных дверей, места под балками каркаса здания (сейсмопояса).

Все членам семьи при возникновении толчков в максимально короткие сроки необходимо научиться занимать безопасные места в квартире.

Проверьте состояние вашего жилища - потолки, кровля, дымовая труба, состояние электропроводки и газовых труб. Определите, какие требуются меры по его укреплению.

Обеспечьте в квартире (доме), возможность быстрого выхода, уберите лишние, мешающие вещи из коридоров и проходов.

Прикрепите к стенам и полу громоздкую мебель и книжные шкафы, антресоли и другие тяжёлые предметы, надёжно закрепите люстры и другие осветительные приборы.

Помните, укреплять и ставить шкафы, полки, мебель надо так, чтобы они в случае падения не загораживали выход, не закрывали дверь.

Спальные места нужно располагать подальше от больших окон, стеклянных перегородок, зеркал и тяжелых предметов, могущих упасть. Над кроватями и диванами не держите полок, тяжелых картин.

Желательно не хранить в квартире легковоспламеняющиеся или ядовитые жидкости или храните их в надежном месте, где они не могут разлиться.

Имейте наготове аптечку первой помощи и владейте приемами ее оказания. Если вы постоянно принимаете какие-либо лекарства, имейте их запас.

Всегда имейте наготове радиоприемник на батарейках, карманный фонарь и запас батареек к ним, спички.

Выясните, как отключается газ, электричество и вода в вашей квартире (доме). Если для перекрытия магистрали нужен гаечный ключ, положите или привяжите его поблизости от перекрываемого вентиля.

Создавая запас консервированных продуктов и напитков, рассчитывайте на первые 3 - 5 дней. Все это можно уложить в рюкзак или сумку и хранить на видном месте.

Садовый домик или гараж также можно подготовить для временного проживания в первые дни после землетрясения. Для чего в них создается запас продовольствия, одежды, обуви, воды. Целесообразно иметь здесь спальные принадлежности, медицинскую аптечку, радиоприемник на батарейках для прослушивания сообщений органов ГОЧС.

#### **В дошкольных и школьных учреждениях администрация школы:**

Проводит инструктаж для преподавателей и технического персонала об их действиях при землетрясении.

Организует занятия и тренировки по эвакуации с подробным объяснением детям, что им делать, если землетрясение застанет их в школе.

Содержит в порядке коридоры и запасные выходы, окна первых этажей.

Проводит занятия и тренировки, тщательно оберегая детскую психику, вводя в правила поведения при землетрясении элементы игры в сочетании с воспитанием чувства ответственности. Не внушать детям страх перед землетрясением.

При землетрясении предложить детям немедленно и организованно занять наиболее безопасные места, по окончании толчков при возможности покинуть здание в соответствии с Планом эвакуации. Принять меры к возможной эвакуации маленьких детей через входные и запасные двери, окна первых этажей. Успокойте детей. Находясь во дворе, отведите их подальше от зданий на открытые места.

#### **Как вести себя детям во время землетрясения:**

Когда произойдет землетрясение, почва будет ощутимо колебаться относительно недолгое время - только несколько секунд, самое большее - минуту при очень сильном землетрясении. Эти колебания неприятны, могут вызвать испуг, но очень важно сохранить спокойствие и самообладание. Если вы будете действовать спокойно и сознательно, у вас больше шансов остаться невредимым. Более того, другие люди будут брать с вас пример и только выиграют от этого.

При землетрясении дома:

При возникновении толчков вы должны выбрать разумный для вас способ поведения - либо быстро покинуть здание, либо немедленно занять относительно

безопасное место. По возможности откройте входную дверь, чтобы она не заклинила. Берегитесь падающих предметов, треснутых стёкол, если вы не заняли безопасное место, то лучше забраться под стол или кровать.

Если вы решили покинуть здание, то делайте это быстро, но осторожно, берегитесь падавших предметов, кирпичей, обломков, оборванных проводов и других источников опасности. Рекомендуется покинуть одно - или двухэтажное здание. Не пользуйтесь лифтами, они часто обрушаются во время землетрясения, нельзя выбегать на лестницу с верхних этажей, прыгать из окон. Заранее продумайте, как можно покинуть здание через окна первых этажей.

Если вы находитесь в высокоэтажном здании, не бросайтесь сразу к лестницам и лифтам. Входы будут забиты людьми, а лифты могут быть отключены или повреждены. Ищите спасения там, где вы находитесь.

При землетрясении в школе:

1) при первых толчках занять по указанию учителя безопасное место накрыв голову руками;

2) по окончании толчков под руководством учителя в соответствии с Планом эвакуации образовательной организации организованно покинуть помещение;

3) после выхода из здания постройтесь в отведённом безопасном месте, пройдите перекличку;

4) если покинуть здание невозможно, то оставайтесь в безопасном месте в соответствии с указанием учителей и Планом эвакуации школы (углы, образованными капитальными внутренними стенами; проемы в капитальных внутренних стенах, места у колонн и под балками каркаса; места под прочными столами, при нахождении выше первого этажах можно воспользоваться углами, образованными капитальными стенами, узкими коридорами внутри здания или же встать возле опорных колонн или в дверных проемах, распахнув двери);

5) по указанию учителя (учитывая особенности планировки здания школы) можно спрятаться под столом, закрыв лицо руками, чтобы не пораниться кусками отлетающей штукатурки, стекла и др. Во всех случаях – держитесь подальше от окон, чтобы не пораниться осколками;

6) помните, что первые толчки самые сильные (от 5 до 40 секунд). После чего может наступить временное затишье, а потом может быть новый толчок;

7) при необходимости эвакуации из зоны бедствия и отсутствии телефонной связи не уходите домой и в другие места, пройдите перекличку и выполняйте дальнейшие указания руководителей и учителей школы, осуществляющих массовую эвакуацию обучающихся из школы;

8) помните, что ваши родители будут эвакуироваться из зоны бедствия на своих предприятиях и своими силами;

9) после прибытия на место эвакуации пройдите регистрацию, для того чтобы родители и родственники могли отыскать вас;

10) запрещается прыгать в окно, находясь выше первого этажа, создавать давку и пробки в дверях, зажигать спички, зажигалки.

При землетрясении на улице:

Если вы находитесь на улице - оставайтесь там, быстро отойдите на открытое место, удалившись, по меньшей мере, на 10 - 20 метров от зданий или линий электропередачи. Немедленно уйдите с мостов, от предприятий и мест, где находятся пожароопасные, взрывчатые и химически опасные и другие опасные вещества. Не бегайте и не мечитесь по улице. При очень сильных колебаниях почвы лучше сесть на землю.

Особую осторожность проявляйте в общественных местах (магазине, кинотеатре, вокзале, ресторане, поликлинике и др.). Строго и точно выполняйте распоряжения их администраций.

Не пугайтесь, если выйдет из строя электричество или зазвонят сигналы пожарной и охранной тревоги. Будьте готовы услышать звон бьющегося стекла, посуды, трескающихся стен, грохот падающих обломков и предметов и крики людей. Старайтесь не реагировать на все это.

Не забывайте оказать помощь маленьким детям, престарелым и больным родителям, родственникам. Помните, что они не всегда в состоянии позаботиться о себе.

Не удивляйтесь, ощутив повторные толчки. После первого сотрясения обычно наступает пауза, после которой может последовать повторный толчок. Это вызвано приходом различных сейсмических волн от одного и того же землетрясения. Кроме того, может иметь место и так называемый афтершок - новый толчок, следующий за основным.

При землетрясении в транспорте:

В общественном транспорте не создавайте паники, не бейте окна, не рвитесь к дверям. Пассажирам безопаснее всего оставаться на своих местах до конца колебаний почвы. Водители транспортных средств сами остановятся и откроют двери. Выходить из транспортных средств после окончания толчков надо быстро, не создавая толкучки и давки и остерегаясь оборванных проводов.

### **Что делать после землетрясения**

Когда сотрясение почвы прекратятся, вы, возможно, обнаружите существенные разрушения и пострадавших.

Сохраняйте спокойствие и внимательно оцените обстановку. Ни в коем случае не выдумывайте и не передавайте никаких сведений, прогнозов, рассуждений о возможных толчках. Ждите официальных сообщений по этому поводу.

Вызовите по возможности скорую помощь для раненых.

Перед тем, как войти в любое здание, убедитесь, не угрожает ли оно обвалом лестниц, стен, перекрытий, не подходите к явно повреждённым зданиям.

Осторожно открывайте двери и дверцы шкафов, тяжелые предметы могут свалиться на вас.

Будьте осторожны рядом с оборванными и оголенными электропроводами, не подпускайте к ним детей.

Не занимайте телефон для обмена впечатлениями, им можно пользоваться

для вызова помощи, сообщений о серьезных происшествиях, ранениях и преступлениях. Перегрузка телефонных линий снижает эффективность работы аварийных служб, тем более что часть этих линий может быть повреждена. Когда опасность будет позади, сообщите о себе родным и близким. Старайтесь собраться всей семьей в намеченном заранее пункте сбора.

Будьте предельно осторожными, проходя мимо поврежденных зданий, сооружений, мостов и других опасных мест. Не пейте воду из поврежденных (затопленных) колодцев до проверки ее пригодности санэпидслужбой.

При разрушении вашего дома следуйте на сборный пункт вашего микрорайона для получения медицинской и материальной помощи.

Внимательно слушайте сообщения по радио - и телевизионной сети.