

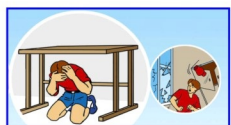
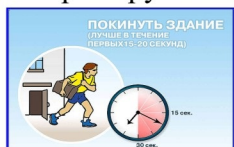
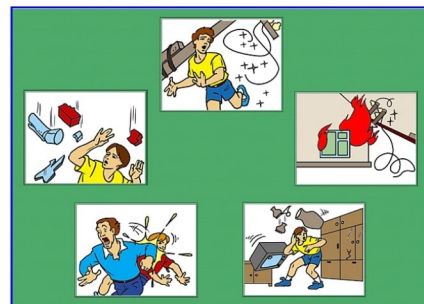
ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯХ

Как подготовиться к землетрясению

- Продумать пути эвакуации из здания, обозначить наиболее безопасные места;
- Проводить тренировки по действиям при землетрясении;
- Закрепить мебель, разместить её так, чтобы она не могла при падении нанести травму;
- Убрать тяжёлые вещи с полок и антресолей;
- Огнеопасные и ядовитые вещества вынести из квартиры;
- Знать места, где отключается электричество и водоснабжение;
- Приготовить и хранить в легкодоступном месте документы, медикаменты и другие необходимые для жизнеобеспечения вещи из расчёта на 3-5 дней.

Основными причинами травматизма и гибели людей при землетрясении являются:

- Разрушение зданий и сооружений;
- Падение обломков строительных конструкций и мебели, различных предметов и битых стекол;
- Зависание и падение на проезжую часть улицы разорванных электропроводов;
- Неконтролируемые действия людей в результате паники.

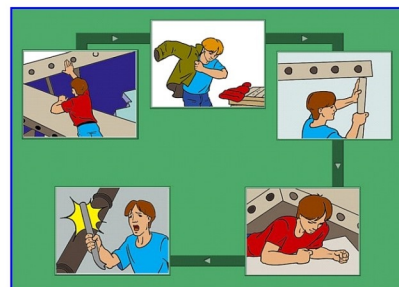


Если землетрясение застало вас в здании, необходимо:

- Если первые толчки застали вас на первом этаже нужно немедленно покинуть помещение, в вашем распоряжении не более 15-20 секунд;
- При нахождении выше первого этажа, занять безопасное место (углы, образованными капитальными стенами; места возле опорных колонн или в дверных проемах и т.д.). Не прыгайте из окон и балконов;
- Можно спрятаться под стол или кровать, закрыв лицо руками;
- Держитесь подальше от окон и стеклянных перегородок;
- Нельзя, выбегать на лестницу и пользоваться лифтом;
- Пресекайте панику.

Если первые толчки землетрясение застали вас на улице, необходимо:

- Отойти на открытое пространство, как можно дальше от зданий и сооружений, линий электропередач;
- В случае сильной давки не передвигайтесь против движения толпы, одежду застегните, выбросите мешающие вам предметы;
- В случае падения в толпе необходимо встать на одно колено и рывком подняться.



Если вы оказались в завале, необходимо:

- Сохранять самообладание не паниковать;
- Постараться определиться в пространстве;
- Подавайте сигналы о себе (стучите железом по батарее, трубам и т.п.)
- Помните, что вас обязательно спасут.

После землетрясения следует:

- Сохранять спокойствие и внимательно оценить обстановку, не распространяйте слухов;
- При необходимости оказать медицинскую помощь себе и другим пострадавшим;
- Освободить людей, попавших в завалы, которые можно легко устранить (разобрать);
- Не пользоваться водопроводом и электричеством;
- При наличии очагов загорания необходимо их ликвидировать;
- Спускаясь по лестнице, следует проверить ее прочность;
- Не заходите в поврежденные здания, без крайней необходимости;
- Не эксплуатировать личный автотранспорт;
- Содействуйте спасателям, пожарным, полиции и медицинским работникам.

О ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ СООБЩИТЬ : ☎ 112