



# МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИИ

**ВНИМАНИЕ!** Реагировать на землетрясение нужно сразу, в течение 10-15 секунд после первой сейсмической волны!





## В ЗДАНИИ

- **На первом этаже – немедленно покиньте помещение.**
- **Выше первого этажа – немедленно встаньте в ближайшее безопасное место: под несущей балкой или в углу капитальных стен, возле опорных колонн или в дверных проемах, распахнув двери. Можно спрятаться под стол или кровать, закрыв лицо руками от кусков от падающей штукатурки, стекла и др.**





- Немедленно отойдите как можно дальше от зданий и сооружений, высоких столбов и заборов, вывесок, стёкол и др.
- В местах большого скопления людей (рынок, стадион, парк, площадь) держитесь подальше от конструкций, выйдите на открытое пространство, не поддавайтесь панике.
- В давке не передвигайтесь против движения толпы, одежду застегните, согнутые руки прижмите к груди крестообразно; выбросьте мешающие предметы. В случае падения необходимо встать на одно колено и рывком подняться.





## В АВТОМОБИЛЕ

- **остановитесь в месте, где не будут созданы помехи другому транспорту, откройте двери, чтобы при возможном повреждении автомобиля их не заклинило. Оставайтесь в машине, т.к. есть опасность получения травмы от падающих предметов.**



**ВАЖНО:**



- не паникуйте сами и пресекайте панику у других
- не пользуйтесь лифтом и лестницей во время землетрясения
- держитесь подальше от окон и стеклянных перегородок
- не прыгайте из окон или с балконов, если вы живете выше первого этажа
- покиньте помещение после прекращения подземных толчков, прикрыв голову и остерегаясь оголенных электропроводов и других последствий разрушения
- будьте готовы к новым подземным толчкам

После прекращения подземных толчков отключите электроприборы, газ, воду. Не пользуйтесь открытым огнем! Окажите первую помощь пострадавшим, не занимайте телефон.





Unit Sektas (Reuters)

## Если вы оказались в завале:

- не поддавайтесь панике, помните о действиях спасательных служб
- постарайтесь определиться в пространстве
- при длительном пребывании в завале не зажигайте огонь, чтобы избежать взрыва или воспламенения от возможной утечки газа
- постарайтесь найти воду
- подавайте сигналы (стучите железом о железо: по батарее, трубам и т.п.).

