

ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ

В доме

- Прочно прикрепите к стенам полки и книжные шкафы. Отодвиньте от дверей высокую мебель, которая может опрокинуться и препятствовать выходу из помещения.
- Прочно прикрепите к стене водонагреватель, топливный и водяной баки.
- Поместите тяжелые предметы на нижние полки.
- Не вешайте над кроватями и диванами тяжелые предметы.
- Надежно закрепите светильники и потолочные вентиляторы.
- Определите безопасные места в каждой комнате дома:
 - - под прочными шкафами или столами.
 - - подальше от стеклянных поверхностей и книжных шкафов.
 - - подальше от внешних стен.
- Проверьте правильность работы системы электропитания и газоснабжения.
- Проинструктируйте членов семьи о том, как отключать главный электрический щиток, перекрывать подачу воды и газа, а также как звонить в экстренные службы (112, 199, 166, 100 и т. д.)
- Приготовьте заранее портативный радиоприемник с батарейками, фонарик и аптечку первой помощи.

На улице

- Выберите безопасное место после землетрясения, которое расположено:
 - - подальше от зданий и деревьев
 - - подальше от телефонных кабелей и линий электропередач.

ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Если вы находитесь дома

- Сохраняйте спокойствие.
- Укройтесь под прочной мебелью (обеденный или письменный стол, парта), встаньте на колени и держитесь за ножки мебели.
- Если прочной мебели нет, сгруппируйтесь на коленях в середине комнаты и защитите голову и шею руками. Держитесь подальше от больших стеклянных поверхностей (окон, стеклянных перегородок), от мебели и предметов, которые могут вас травмировать.
- Не пытайтесь выйти из дома.
- Не выходите на балкон.

Если вы находитесь в многоэтажном здании

- Держитесь подальше от окон и внешних стен.

Если вы находитесь в торгово-развлекательном центре или в крупном магазине

- Сохраняйте спокойствие.
- Оставайтесь в помещении, пока не прекратятся подземные толчки.
- Избегайте охваченной паникой толпы, беспорядочно движущейся к выходам, иначе вы рискуете оказаться в давке.

Если вы находитесь на открытой местности

- Держитесь подальше от зданий, телефонных кабелей и линий электропередач.
- Если у вас есть сумка или рюкзак, прикройте ими голову.

Если вы находитесь в автомобиле

- Осторожно остановитесь на открытом месте, не создавая препятствий дорожному движению.
- Избегайте туннелей, мостов и надземных переходов.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПОСЛЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Если вы находитесь дома

- Будьте готовы к повторным подземным толчкам.
- Внимательно осмотрите себя и окружающих на предмет возможных травм.
- Не пытайтесь сами сдвинуть тяжело раненых с места.
- Покиньте здание по лестнице (не пользуйтесь лифтом), предварительно отключив электропитание, газ и воду.
- Укройтесь в открытом и безопасном месте.
- Следуйте указаниям властей и не обращайтесь на слухи.
- Не пользуйтесь автомобилем без необходимости, чтобы не мешать спасательным работам.
- Не пользуйтесь стационарным и мобильным телефоном, за исключением крайней необходимости, поскольку это может вызвать перегрузку телефонных линий.
- Не входите в ваш дом, если вы заметили повреждения, оборванные провода, утечку углеводородного или природного газа.

ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ПРИБЛИЖЕНИИ ЦУНАМИ

Если вы находитесь в приморской зоне на небольшой высоте над уровнем моря

- Хотя не все землетрясения вызывают цунами, будьте начеку.
- Обратите внимание на значительное повышение или понижение уровня воды, что является естественным признаком приближения цунами.
- Покиньте прибрежный район и направляйтесь в районы внутренней части страны, расположенные на возвышенности. Небольшое цунами в одной точке побережья может превратиться в большое цунами, на расстоянии нескольких километров.
- Держитесь подальше от берега. Цунами - это не одна волна, а целая серия волн, поэтому возвращаться обратно стоит только после официальной отмены тревоги компетентными органами.
- Не подходите к берегу, чтобы наблюдать за приближающимся цунами. При виде волны с низменных мест спастись поздно.