



МЧС РОССИИ

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ
МИНИСТЕРСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ,
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ И ЛИКВИДАЦИИ
ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ
ПО ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
Отдел надзорной деятельности
и профилактической работы
Волосовского района

В администрации района

(по списку)

ул. Заводская, д.2, г. Волосово,
Ленинградская область, 188410
тел/факс: (8-813-73) 24-716
телефон «доверия» - (812) 579-99-99

19.07.2018 № _____
На _____ от _____

«Что делать, если вы находитесь под завалом после обрушения здания»

Если вас завалило после обрушения здания:

Дышите глубоко, не поддавайтесь панике и не падайте духом, сосредоточьтесь на самом важном, пытайтесь выжить любой ценой, верьте, что помощь придет обязательно. Не старайтесь самостоятельно выбраться. По возможности окажите себе первую медицинскую помощь. Постарайтесь укрепить "потолок" находящимися рядом обломками мебели и здания. Отодвиньте от себя острые предметы.

Если у Вас есть мобильный телефон, позвоните по телефону 112.

Закройте нос и рот носовым платком или одеждой, лучше влажными.

Поищите в карманах или поблизости предметы, которые могли бы помочь подать световые или звуковые сигналы (например, фонарик, зеркальце, а также металлические предметы, которыми можно постучать по трубе или стене и тем самым привлечь внимание).

Постарайтесь определить, где Вы находитесь, нет ли рядом других людей: прислушайтесь, подайте голос, постучите по трубам и батареям.

Кричите только тогда, когда услышали голоса спасателей - иначе есть риск задохнуться от пыли.

Ни в коем случае не разжигайте огонь.

Для защиты от холода используйте любые тряпки, бумаги, одежду и одеяла.

Инспектор ОНДиПР
Волосовского района
Ст. лейтенант внутренней службы

Т.В. Николаева