

# БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИИ



Подготовлено Группой компаний ДАНА в целях информирования  
жильцов, носит рекомендательный характер

# **СОДЕРЖАНИЕ**

Опыт показал, что около 80% алматинцев не осведомлены о правилах поведения при возникновении чрезвычайной ситуации. Не знают как действовать, как себя вести, куда идти, что делать.

А ведь в случае ЧС самое главное - это именно спокойствие и адекватное поведение. Они передаются окружающим и позволяют избежать паники, деорганизованности.

В данной памятке мы собрали для вас основные рекомендации на случай землетрясения, но многие пункты будут актуальны и в других экстремальных обстоятельствах. Зафиксируем основные моменты о том:

## **1. КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ?**

## **2. КАК ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ?**

## **3. КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ ПОДЗЕМНЫХ ТОЛЧКОВ?**

# 1. КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ?

**А.** Организуйте **семейный совет** и **обсудите** вместе со всеми членами семьи (в том числе и с детьми) **порядок действий в случае ЧС:**

- Какие места в квартире безопасны и куда можно спрятаться;
- Где находятся вещи для каждого члена семьи;
- Как более старшие дети могут помочь младшим и пожилым членам семьи;
- Кто отвечает за домашних питомцев;
- Обсудите важность держаться вместе;
- Обсудите действия в том случае, если из школ и садов дети будут эвакуированы отдельно и т.д.



## **Б. Обезопасьте своё жилище и проверьте:**

- Чтобы в потенциальных местах укрытия не было рядом тяжёлых подвижных вещей (т.е. - если это ванная комната, то прикрутите к стене шкафы, уберите с полок утюги, вазы, коробки)
- Проверьте стеллажи, полки и бытовую технику, при необходимости прикрепите их к стенам так, чтобы они не перегородили проходы в случае падения

## **В. Найдите кратчайшие пути эвакуации, а так же:**

- Проверьте, что подъезды и лестничные марши не загромождены личными вещами и мусором;
- Что двери на лестницу свободно открываются на всех этажах.



## **Г. Соберите и поставьте наготове так называемый “Тревожный чемоданчик”**

## “Тревожный чемоданчик”

Отнеситесь разумно и дальновидно к подготовке вещей первой необходимости, учитывайте что вам (и ребенку) предстоит носить с собой весь этот объем и **лишнего не должно быть ничего**.

Удобнее всего подготовить небольшую сумку, которую возьмёт с собой взрослый. В ней, в герметичном пакете:

- деньги и карты банков;
- документы (свидетельства о рождении детей, удостоверение личности или паспорт для взрослых) и цифровые документы на флешке;
- аптечка первой помощи;



Разрешено, но не обязательно: антисептические средства, обезболивающие и спазмолитики, антигистаминные препараты, средства от кишечных расстройств, нашатырный спирт, пинцет, градусник.

А у **каждого** члена семьи должен быть при себе **собственный** небольшой рюкзак (НЕ громоздкий чемодан на колёсах, НЕ сумка, которая займёт руки, а именно рюкзак объемом до 30 литров удобными лямками) с:

- Небольшим набором вещей первой необходимости (НЕ одеяло);
- Powerbank и кнопочный телефон (способен работать до 10 дней без подзарядки);
- Средства личной гигиены;
- Мультитул, свисток, фонарик, спички/зажигалка;
- Питательные продукты с длительным сроком хранения (консервы, орехи, сухофрукты, шоколад, сухое печенье);
- Вода (но не слишком много, до 2-х л: всё-таки весь этот вес предстоит носить на плечах).



## 2. КАК ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ?

- Ощувив первые колебания, сохраняйте **спокойствие**;
- Если вы не успели покинуть здание - спрячьтесь в безопасном месте (хорошо подойдёт **ванна**, место под **несущими балками** здания, в **проёме** входной двери), держитесь подальше от окон, постарайтесь расположиться ближе к центру здания;
- Выключите электричество, газ, **приоткройте входную** дверь (во время толчков её может перекосить и она окажется заблокирована);



**НАЧИНАЙТЕ ЭВАКУАЦИЮ ТОЛЬКО ПОСЛЕ ПРЕКРАЩЕНИЯ КОЛЕБАНИЙ**



## ТОЛЬКО ПОСЛЕ ПРЕКРАЩЕНИЯ КОЛЕБАНИЙ:

- Оденьте себя и детей по погоде, в **удобную одежду**;
- Обязательно **закройте дверь** в квартиру на замок (если она не повреждена и позволяет это сделать). Во время ЧС активизируются мародёры и ваше имущество может быть под угрозой;
- Не пользуйтесь лифтом и лестницей ВО ВРЕМЯ точков, дождитесь паузы и только тогда быстро выйдите на улицу **избегая давки, не создавая панику**;
- Оказавшись на улице, держитесь **подальше от высотных домов**, покиньте двор ЖК, встаньте на открытом участке (футбольное поле, парк, большая парковочная площадка) или в точке сбора.

## 3. КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ ПОДЗЕМНЫХ ТОЛЧКОВ?

### 1. Помощь.

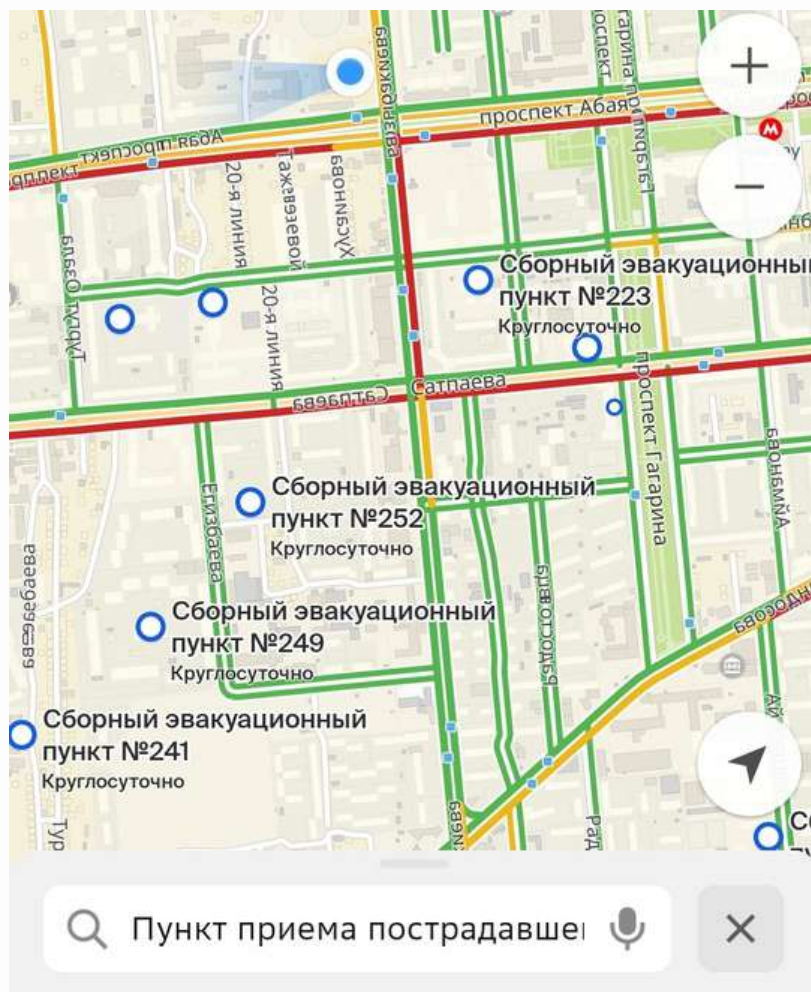
Если вы оказались под завалами, спокойно **оцените обстановку**, по возможности окажите себе **первую помощь**. Постарайтесь **установить связь** с людьми. Трубы, батареи и любые металлические предметы можно использовать для **подачи сигнала**, стуча по ним. Максимально экономьте силы и не зажигать огонь.

Окажите первую помощь нуждающимся в ней, обеспечьте безопасность детей, пожилых людей, инвалидов.

### 2. Связь.

Без крайней нужды **не занимайте телефон**, не доверяйте **массовым рассылкам** в мессенджерах, подчиняйтесь указаниям местных властей и оперативного штаба по ликвидации последствий стихийного бедствия





### 3. Пункты сбора.

В Алматы расположены **384 пункта** для приёма пострадавшего населения оставшегося без крова. Эти пункты служат местом для сбора, регистрации, временного размещения пострадавших, обеспечения людей предметами первой необходимости (вода, питание, продовольствие), посадки на транспорт и эвакуации в безопасные районы.

Пункты сбора можно найти в 2ГИС, если ввести в поисковике приложения "**Пункт приёма пострадавшего населения**", а также на официальных сайтах ДЧС города Алматы и районных акиматов города.

## **ОСНОВНЫЕ ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ:**

**112** – единый номер вызова экстренных оперативных служб;

**102** – полиция;

**103** – скорая медицинская помощь;

**110** – антитеррористическая служба;

**+7 (727) 372-15-60** Республиканский спасательный отряд МЧС РК;

**+7 (727) 292-31-39** – Центр медицины катастроф

