

Как обезопасить себя на случай землетрясения?



Адрес: Кыргызская Республика,
Бульвар Эркиндик, 10, г.Бишкек, 720040,
Тел: +996 (312) 300-190, Факс: +996 (312) 300-319.
www.redcrescent.kg

Ошское Областное Представительство,
г. Ош, 714018, ул. Баялинова 3;
Тел: +996 (3222) 2 28 15,
south@redcrescent.kg



Обсудите план подготовки со своей семьей

- ❑ Определите контактное лицо за пределами города, которому вы и ваши близкие смогут позвонить и оставить информацию о себе в случае бедствия.
- ❑ Выберите места для встречи после землетрясения, на случай если вы не можете вернуться домой. Также необходимо знать места эвакуации на вашей работе, в школе, в детском саду.
- ❑ Продумайте, как вы будете себя вести в случае чрезвычайной ситуации: определите безопасные места в доме; согласуйте пути эвакуации из дома, научитесь, как отключать подачу электричества, газа, воды; определите место хранения "тревожного чемоданчика".

Соберите "тревожный чемоданчик" с запасами на случай чрезвычайной ситуации

Эти запасы необходимы вам для выживания в экстремальной ситуации. Минимум, который вам необходим, включает:

- ❑ Вода (рекомендуется 4 литра в день на человека)
- ❑ Нескорпортящиеся продукты питания,
- ❑ Фонарик, переносной радиоприемник,
- ❑ Аптечка первой помощи, медикаменты,
- ❑ Средства гигиены
- ❑ Необходимые предметы для детей, стариков, инвалидов.
- ❑ Копии документов, фотографии близких и список телефонов.



Сделайте свой дом безопаснее

Во избежание травм от падающих предметов закрепите тяжелую мебель и другие предметы интерьера к стенам и потолку. Также переместите тяжелые предметы вниз ниже роста самого маленького члена семьи, и отодвиньте кровати и мебель, на которых часто сидят члены семьи, подальше от окон.



ПРИСЯДЬ! ПРИКРОЙСЯ! ПЕРЕЖДИ!



Что делать во время землетрясения когда вы почувствовали первые толчки?

Если вы в помещении, незамедлительно ПРИСЯДЬТЕ на пол у внутренней стены, под прочный стол или другую мебель, прикройте голову, и ПЕРЕЖДИТЕ до прекращения толчков. Если во время землетрясения вы оказались на улице, то отойдите от зданий, электролиний, деревьев, и мостов, ПРИСЯДЬТЕ, ПРИКРОЙТЕСЬ, ПЕРЕЖДИТЕ.