

Памятка «Если вас завалило обломками»

- Постарайтесь не падать духом, дышите глубоко, ровно, не торопясь. Приготовьтесь терпеть голод и жажду.
- Голосом и стуком привлечите внимание людей. Если вы находитесь глубоко от поверхности земли, перемещайте влево вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи, кусок трубы и т.п.) для обнаружения вас металлоискателем.
- Если пространство около вас относительно свободно, не зажигайте спички, берегите кислород.
- Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи.
- Если у вас есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпича и т.п.) укрепите обвисающие балки и потолок от обрушения.
- При сильной жажде положите в рот небольшой лоскут ткани (гладкий камушек) и сосите его, дыша носом.
- При прослушивании появившихся вблизи людей стуком и голосом сигнализируйте о себе.

