

Декілька простих правил, які допомагають врятувати життя у разі загрози обвалу будівлі, а також якщо завал у зруйнованому будинку вже трапився.

Важливо! Якщо ви почули сильний вибух та перебуваєте у будівлі або відчули, що будівля втрачає стійкість, деформується — **тікайте якомога швидше!**

1. Не користуйтеся ліфтом, **спускайтесь сходами**;
2. **Візьміть із собою гроші та документи**, якщо це не затримає Вас у приміщенні;
3. **Повідомте інших мешканців**, які перебувають у будівлі про загрозу обвалу;
4. Уникайте створення тисняви у дверях під час евакуації;

Якщо руйнування застало Вас на вулиці — негайно відійдіть на безпечну відстань;

Зупиняйте тих, хто намагається стрибнути з вікон і балконів вище першого поверху!

Важливо! Якщо можливості залишити будівлю немає, то намагайтеся **зайняти найбільш вигідну позицію**, що допоможе вам зменшити небезпеку. Це можуть бути **отвори дверей, кути** (якщо у куті стоїть стіл, то можна сховатися під ним), **місце під балками та каркасами**.

Тримайтеся якомога далі від вікон та не виходьте на балкон.

За можливості **перекрийте газ, воду та знеструмте приміщення.**

Якщо обвал у зруйнованому будинку вже трапився:

1. **Кличте на допомогу та повідомте де ви знаходитесь** (якщо є можливість скористайтеся засобами зв'язку, стукайте по трубах та батареях опалення)
2. **Спокійно чекайте, поки розберуть завал**

Важливо! Поки Ви чекаєте на допомогу:

Роздивіться якими предметами Вас завалило: якщо вони не надто важкі, то спробуйте **обережно розібрати завал**.

Якщо предмети, що на вас впали дуже важкі та Ви не можете їх прибрати самотужки — продовжуйте **голосно кликати на допомогу** впродовж кількох годин;

Якщо Вас ніхто не чує:

1. Уникайте паніки;
2. Спробуйте **вивільнити кінцівки**.
3. Якщо вдалося вивільнитися самостійно, огляньте себе. Якщо це необхідно, **надайте собі першу допомогу**, зупиніть кровотечу, зафіксуйте пошкоджені кінцівки.
4. Почніть дужче розбирати завал
5. В очікуванні допомоги **намагайтеся уникнути переохолодження**

Нагадуємо телефони рятувальних та аварійних служб:

991, 112 — Єдиний номер виклику всіх служб екстреної допомоги (диспетчер викличе бригаду потрібної служби);