ПАМЯТКА

Что делать, если произошел взрыв

1. Помогите коллегам, если после взрыва вы не попали в завал, находитесь в стабильном состоянии, можете передвигаться

2. Покиньте здание по возможности, если начался пожар или продолжается обрушение конструкций

3. Если попали в завал, ищите просветы, лазы, проемы. Выберитесь из завала, если это возможно. Выйдите на открытое место и сообщите о себе спасателям, волонтерам или любым работникам спецслужб

4. Если нет возможности выбраться, постарайтесь укрепить завал: установите подпорки под конструкцию над вами. Постарайтесь перевернуться на живот, уберите острые, твердые и колющие предметы, укройтесь руками. Голосом и стуком периодически привлекайте внимание спасателей

5. Если тяжелым предметом придавило какую-либо часть тела, массируйте ее для поддержания циркуляции крови