

КОГДА ПРОИСХОДИТ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ

ОПУСТИТЕСЬ



СПРЯЧЬТЕСЬ



ДЕРЖИТЕСЬ



WWW.CIVILDEFENCE.GOV.T.NZ



Когда происходит землетрясение

ОПУСТИТЕСЬ, СПРЯЧЬТЕСЬ, ДЕРЖИТЕСЬ

Вся территория Новой Зеландии подвержена риску землетрясений. Знание того, какие правильные действия нужно незамедлительно предпринять, может предотвратить травмы и спасти жизнь.

В случае землетрясения Опуститесь на четвереньки, Спрячьтесь под стол и Держитесь. Это предохранит Вас от падения, уменьшит вероятность получения травм от падающих и летящих предметов и защитит Вашу голову, шею и жизненно важные органы.

- **ОПУСТИТЕСЬ** на четвереньки. Такое положение предохранит Вас от падения и позволит Вам передвигаться в случае необходимости.
- **СПРЯЧЬТЕ** голову и шею (или все тело, если это возможно), переместившись под прочный обеденный или письменный стол (если Вы оказались в нескольких шагах от него). Если рядом с Вами нет укрытия, закройте голову и шею руками.
- **ДЕРЖИТЕСЬ** за Ваше укрытие (или продолжайте закрывать голову и шею руками) до тех пор, пока толчки не прекратятся. Если при толчках Ваше укрытие сдвигается, перемещайтесь вместе с ним.

Если поблизости нет укрытия, отползите во внутренний угол комнаты и закройте голову и шею руками. Не выбегайте из помещения и не стойте в дверном проёме. Многие люди получают травмы, когда пытаются передвигаться **ВО ВРЕМЯ** землетрясения. Безопаснее Опуститься на четвереньки, Спрятаться под стол и Держаться до тех пор, пока толчки не прекратятся.

Составьте план сегодня. Выясните, кто сможет Вам помочь и кому может потребоваться Ваша помощь. Информацию по своему региону Вы можете получить в местном органе управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям.

