

# ПАМ'ЯТКА

## Що робити, коли опинилися під завалами будинку

Під час війни кожен українець ризикує опинитися під завалами будівлі. Останні ворожі атаки є доказом цього.

**Але правильна поведінка в такому разі може врятувати ваше життя.**

- Зберігайте спокій, не панікуйте. До вас уже прямують екстрені служби.
- Якщо поряд є мобільний телефон, зателефонуйте рідним або на номер 101, 102, 103, 112, щоб повідомити, де перебуваєте.
- За можливості подавайте рятувальникам сигнали про допомогу. Це може бути стукіт по трубах або музика в телефоні, промінь світла від ліхтарика, свист у свисток, особливо у хвилини тиші, які періодично влаштовують рятувальники.
- **Не використовуйте сірники чи запальнички – це може призвести до вибуху.**
- Якщо вас ніхто не чує, оцініть обстановку, щоб спробувати самостійно вивільнити руки та ноги.
- Якщо ж не виходить і частину тіла притиснуло, тоді масажуйте ділянку тіла, яка розташована вище за затиснуту. Це допоможе підтримати циркуляцію крові та дасть можливість урятувати руку чи ногу.
- **Важливо не зрушити перекриття та балки, на яких все тримається.** Тому не розбирайте самотужки завали навколо себе.
- Якщо вас помітили, то пам'ятайте, що рятувальникам потрібен час, щоб вас визволити з-під завалів. Заспокойтеся та чекайте допомоги.

**Важливо!** Якщо ви самі почули людину, яка опинилася під завалами, ні в якому разі не лізьте до неї на допомогу, не намагайтеся розібрати завал. Такий «героїзм» може коштувати життя вам і постраждалій людині. Замість цього викличте аварійно-рятувальну службу.

**Аби унеможливити шанси опинитися під завалами, не ігноруйте сигнал «Повітряна тривога». Негайно прямуйте до укриття. Якщо такої можливості немає, скористайтеся правилом 2-х стін.**

Інженер з охорони праці

Зоя ПЕТРІЙ