ԹՈՒՇԱՌ

Է ԱՄԻՍՏԵՍՈՒՄ ԵՎ ՉԻՏԱՌԵՍՈՒՄ

ԻՆՉ ԱՆԵԼ ԵՐԿՐՇԱՐԺԻՑ ԱՌԱՋ

- Ընտանիքի անդամների միջև միասին կազմեք ատրակտիվ պլան և որոշեք որտեղ հանդիպում կունենաք ամենամոտ
- Պատուհանների անշարժ մասերում ճարմանդակները դարձրեք շարժական
- Տան մուտքի մոտ պահեք առաջին անհրաժեշտության պարագաներ կամ կոմպլեկտներ
- Ապատեք մոտքերն ու միջանցքները ավելորդ իրերից
- Ամրացրեք ծանր կահույքն ու պահարանները ուղղահայաց պատերին կամ պատին
- Բնակարանում մի՛ կատարեք շենքի սեյսմակայունությունը նվազեցնող ձևափոխություններ

ԻՆՉ ՊԵՏՔ ԵՐԿՐՇԱՐԺՄԱՆ ԺԱՄԱՆԱԿ

- Դասարանում կրող պատերի, հենասյուների միջև կամ սեղանի տակ, բռնվելով մոտ, դուրս եկեք շենքից
- Մի օգտվեք էլևատորներից, գազից, կրակայրիչից, լուցկուց
- Խուսափեք կիսդատարկ ու սառցամասակարաբերներից
- Տեղափոխվեք բաց տարածություն, հեռու մայրուղի ու ցածրաշինություններից, ջրատարներից
- Եթե գտնվում եք ընթացող տրանսպորտում, իջնեք և մի՛ դուրս եկեք ինքնաշարժից
- Եթե գտնվում եք ամբարձիչում, սեղմեք բոլոր հարկերի կոճակները

ԻՆՉ ԱՆԵԼ ԵՐԿՐՇԱՐԺԻՑ ՀԵՏՈ

- Եթե հնարավոր է, ապա ցնցումներից անմիջապես հետո դուրս եկեք շենքից
- Փոշուց պաշտպանվելու համար հագուստով փակեք բերանը և քիթը
- Եթե մնացել եք փլատակների տակ՝ հոգատարությամբ ինքներդ ձեզ առաջին օգնություն ցուցաբերեք
- Աշխատեք հանգիստ մնալ և մի՛ սրսրեք
- Եթե ունեք գազանք և ջուր, ապա դրանք բաժանեք հավասարաչափ
- Եթե ջրատարի խողովակի միջոցով Ձեզ հասել է մարտակոչ, ապա դրանք ամրացրեք ինքներդ ձեզ
- Մի՛ կորցրեք հիշողությունը, հիշե՛ք, որ ձեզ փնտրում են