**Инструкция по действиям при попадании под технологический завал.**

Оказаться в завале — это трагично, но совершенно не означает, что вы погребены навсегда. Главное — обуздать первый страх, не падать духом. Из любой, даже самой страшной ситуации, всегда есть выход. То, что произошло так быстро и неожиданно, надо понять и по возможности ра­зумно оценить. Вы вдруг оказались без пищи и воды. Но помните, что люди живут по 5-6 дней без корочки хлеба и глотка воды. Терпите и не расходуйте энергию даром.

Смиритесь и не нервничайте. Осмотритесь внимательно, есть ли пус­тоты, может откуда-то поступает воздух. Может быть, можно самому как-то выбраться наружу или подать сигнал рукой, палкой, свистком, голо­сом. Если отыскали узкий лаз между навалившимися плитами, попро­буйте проползти ужом, остерегаясь смещения нависшей груды кирпи­ча, кусков арматуры, поломанных плит. При малейшем сомнении отка­житесь от этой затеи. Ждите, помощь обязательно придёт. Например, в разрушенном землетрясением Нефтегорске из завалов было извлечено около тысячи человек. Сотни людей извлечены из-под обломков в Кас­пийске, Буйнакске, Москве.

Как привлечь внимание спасателей? Можно кричать, стучать облом­ком кирпича по плите, трубе, арматуре. Используйте любой предмет. В этих условиях всё пригодится. Прислушивайтесь. Как только машины и механизмы прекратят работу, наступит тишина, значит объявлена "минута молчания". В это время спасатели с приборами и собаками ве­дут усиленную разведку. Вас могут обнаружить по стону, крику и про­сто дыханию. Собака сразу почувствует, что где-то рядом живой чело­век. Для спасателей этого уже достаточно.

Если вам вдруг захотелось закурить, откажитесь от этой мысли. Дым окончательно уничтожит остатки кислорода, и вы задохнётесь.

У вас рана или ожог. В вашей ситуации поможет собственная моча. Другого выхода в завале просто нет.