



București, 6 octombrie 2013

COMUNICAT

**REGULI DE PREGĂTIRE ANTISEISMICĂ, PROTECȚIE, COMPORTARE ȘI
ACȚIUNE A POPULAȚIEI ÎN CAZ DE CUTREMUR**

Inspectoratul General pentru Situații de Urgență reamintește următoarele **obligații legale** ce revin persoanelor fizice:

- a) să-și însușească metodele de protecție și regulile de comportare în cazul producerii unei situații de urgență specifice și să participe la activitățile organizate, potrivit legii, în acest scop;
- b) în situația producerii unei situații de urgență specifice, cetățenii sunt obligați să participe la acțiunile de intervenție pentru care sunt solicitați și să se conformeze măsurilor și dispozițiilor stabilite de autoritățile centrale și locale.

Totodată, prezentăm principalele **reguli de pregătire antiseismică, protecție, comportare și acțiune a populației în caz de cutremur:**

1) Protecția antiseismică în interiorul locuinței sau locului de muncă

Măsuri de pregătire a locului de muncă sau locuinței pentru prevenirea distrugerilor provocate de efectele unui seism:

- evitarea aglomerării spațiilor de la locul de muncă sau din locuință cu piese de mobilier sau aparatură instabile la seism și amplasate în vecinătatea locurilor în care se aglomerează de obicei familia, sau în spațiul de lucru;
- asigurarea pieselor de mobilier grele, zvelte, suprapuse și înalte, între ele și prin prindere de un perete, grindă solidă în locurile unde se aglomerează de obicei persoane la locul de muncă sau în familie;
- amplasarea echipamentelor tehnice și aparatelor casnice mai grele sau a celor pe roți - de exemplu: copiatoare, calculatoare mari, mașini de spălat, frigidere etc. -, astfel încât să nu se afle în vecinătatea ieșirilor din încăperi sau apartament spre a nu bloca prin deplasarea lor accesul în cazul unui seism;

- fixarea aparatelor în așa fel încât racordurile să nu sufere deteriorări în caz de cutremur;
- amplasarea obiectelor fragile și valoroase într-un loc mai jos și sigur;
- amplasarea vaselor cu chimicale, combustibili în dulapuri în care să nu se poată răsturna, în încăperi în care nu se locuiește și nu există pericolul de contaminare și de incendiu;
- asigurarea ușilor dulapurilor cu închizători eficiente la oscilații, astfel încât deplasarea veselei depozitate să nu producă accidente;
- procurarea în locuință a cel puțin unui extingtor și amplasarea acestuia într-un loc cunoscut și accesibil în orice moment, lângă sursele potențiale de incendiu; învățați utilizarea acestuia;
- reținerea locului de amplasare a comutatoarelor, siguranțelor, robinetelor generale și locale pentru apă, gaze și electricitate și a modului lor de manevrare, astfel încât, la nevoie, după seism, să puteți lua măsurile minime de intervenție de urgență - închidere/deschidere;
- păstrarea la îndemână o unei truse de scule adecvate.

2) Reguli de comportare rațională, individuale și de grup: loc de muncă, familie, pe stradă, în timpul producerii seismului

1. Păstrați-vă calmul, nu intrați în panică, liniștiți-i și pe ceilalți. protejați copiii, bătrânii și femeile. Nu vă speriați de zgomotele din jur.

2. Preveniți tendințele de a părăsi camera sau locuința, deoarece faza seismică inițială are o durată redusă, astfel încât tocmai faza puternică a mișcării seismice vă poate surprinde pe scări, holuri, paliere, în aglomerație și panică, conducând la accidente grave, nedorite.

Atenție!

Scările sunt elemente de construcții foarte sensibile la deplasările diferențiate ale etajelor și, chiar dacă ar rezista, deplasarea persoanelor pe scări sub efectul oscilației seismice este extrem de periculoasă. Chiar dacă ieșirea de la etajele inferioare sau dintr-o locuință parter ar fi în principiu posibilă și fezabilă în scurt timp, în special pentru persoane tinere, afară sunt multe alte riscuri: calcane și coșuri de fum, parapete, ornamente, vitraje etc.

3. Rămâneți în încăpere sau locuință, departe de ferestre care se pot sparge și vă pot accidenta, protejați-vă sub o grindă, toc de ușă solid, sub un birou sau masă care sunt suficient de rezistente spre a vă feri de căderea unor obiecte, mobile suprapuse, lămpi, tencuieli ornamentale etc. În lipsa unor astfel de posibilități vă puteți proteja stând la podea lângă un perete solid, pe genunchi și coate, cu fața în jos iar cu palmele împreunate vă veți proteja capul, ceafa, iar cu antebrațele pe lateral capul. Această recomandare implică o cunoaștere prealabilă a acelor elemente de construcție rezistente, prin consultarea unui specialist atestat.

4. Dacă este posibil, închideți sursele de foc cât puteți mai repede iar dacă a luat foc ceva interveniți imediat după ce a trecut șocul puternic.

5. Nu fugiți pe ușă, nu săriți pe fereastră, nu alergați pe scări, nu utilizați liftul, evitați aglomerația, îmbulzeala, iar dacă este posibil deschideți ușa locuinței spre exterior, spre a preveni blocarea acesteia, în vederea evacuării după terminarea mișcării seismice.

6. Nu alergați în stradă.

7. Dacă vă aflați în afara unei clădiri, deplasați-vă cât mai departe de clădire, feriți-vă de tencuieli, cărămizi, coșuri, parapete, cornișe, geamuri, ornamente care de obicei se pot prăbuși în stradă. Nu fugiți pe stradă, deplasați-vă calm spre un loc deschis și sigur.

8. Acordați prim ajutor persoanelor rănite.

9. În cazul în care sunteți surprinși de căderea unor tencuieli sau obiecte de mobilier răsturnate, căutați să vă protejați capul și membrele sau să vă asigurați supraviețuirea; ulterior veți căuta să alarmați prin diferite metode vecinii cât și echipele de salvare-intervenție de prezență dvs.

3) Comportarea după producerea unui cutremur:

1. Nu părăsiți imediat spațiul, camera, apartamentul, clădirea în care v-a surprins seismul. Acordați mai întâi primul ajutor celor afectați de seism. Calmați persoanele intrate în panică sau speriate, în special copiii de vârstă mai fragedă.

2. Ajuțați pe cei răniți sau prinși sub mobilier, obiecte sau elemente ușoare de construcții, să se degajeze. Nu mișcați răniții grav - dacă nu sunt în pericol imediat de a fi răniți suplimentar din alte cauze - până la acordarea unui ajutor sanitar-medical calificat.

3. Îngrijiți-vă de siguranța copiilor, bolnavilor, bătrânilor, asigurându-le îmbrăcăminte și încălțăminte corespunzătoare sezonului în care s-a declanșat seismul, în vederea unei eventuale evacuări din locuință sau clădire pentru o perioadă anume, de la câteva ore la câteva zile.

4. Nu utilizați telefonul decât pentru apeluri la salvare, pompieri sau de către organismul cu însărcinări oficiale în privința intervenției post-dezastru, în cazuri justificate, spre a nu bloca circuitele telefonice.

5. Dacă s-a declanșat un incendiu, căutați să-l stingeți prin forțe proprii.

6. Verificați preliminar starea instalațiilor electrice, gaze, apă, canal, verificați vizual starea construcției în interior. În cazul constatării de avarii, închideți alimentarea locală sau generală și anunțați unitatea pentru intervenție. Nu folosiți foc deschis.

7. Părăsiți cu calm clădirea, fără a lua cu dvs. lucruri inutile, dar verificați mai întâi scara și drumul spre ieșire spre a nu vă expune la pericole.

8. Pentru orice eventualitate, preveniți rănirea provocată de căderea unor tencuieli, cărămizi etc. la ieșirea din clădire utilizând o cască de protecție sau în lipsa acesteia un scaun/taburet ori alt obiect protector: geantă, ghiozdan, cărți groase etc.

9. Dacă la ieșire întâlniți uși blocate, acționați fără panică pentru deblocare. Dacă nu reușiți, iar acestea au vitraje, procedați cu calm la spargerea geamului și curățirea ramei și a zonei de cioburi, utilizând un scaun, o vază etc. Dacă se constată că în ascensor sunt persoane blocate, liniștiți-le, mai întâi, după care solicitați concursul persoanelor autorizate.

10. Evitați clădirile grav avariate, cu excepția unor cazuri de ajutor sau salvare, măsuri ce trebuie întreprinse cu un minimum de măsuri de securitate și fără riscuri inutile. Evitați să fiți confundat cu răufăcătorii pătrunși în astfel de clădiri, nu aglomerați fără rost zonele calamitate.

11. Ajuțați echipele de intervenție pentru ajutor sau salvare.

12. Ascultați numai anunțurile posturilor de radioteleviziune naționale și recomandările de acțiune imediată ale organelor în drept.

13. Fiți pregătiți psihic și fizic pentru eventualitatea unor șocuri ulterioare primei mișcări seismice - așa numitele replici -, fără a intra în panică. Nu dați crezare zvonurilor care apar frecvent imediat după seisme, chiar dacă aparent sunt vehiculate de așa-ziși specialiști!

14. La evacuare dați prioritate celor răniți sau copiilor, bătrânilor, femeilor și ascultați întocmai recomandările salvatorilor.

15. Experiența cutremurelor precedente a dovedit că este util să aveți cunoștințe necesare supraviețuirii până la intervenția echipelor de salvare în cazul unei situații extreme în care, de exemplu, ați fi surprinși sub niște dărâmături, mobilier răsturnat sau într-o cameră, incintă, ascensor etc. blocată, prin înțepenirea ușilor sau din alte cauze.

16. În primul rând trebuie să fiți calmi, să îi liniștiți pe cei șocați, să nu permiteți reacții de panică, să acordați primul-ajutor celor răniți iar dacă dumneavoastră sau altă persoană din grup are posibilitatea de mișcare să faceți un mic plan de salvare. Deblocarea căii de acces se poate încerca numai dacă prin aceasta nu se înrăutățește situația - de exemplu prin mișcarea dărâmăturilor sau a mobilierului.

O variantă clasică de comunicare cu cei din afară, este să bateți la intervale regulate cu un obiect tare în conducte învecinate sau în pereții incintei, iar dacă ați stabilit contactul verbal, furnizați informațiile cerute și cereți primul ajutor necesar. Inspectoratul județean/local pentru Situații de Urgență va concentra personal specializat și aparate de ascultare ca să identifice locurile cu persoane blocate.

Nu vă preocupați de durata timpului scurs până la salvare, deoarece în astfel de condiții, deși timpul pare nesfârșit, corpul uman își mobilizează resurse nebanuite pentru a trece peste o perioadă critică. În acest mod se explică durate extreme de rezistență de sute de ore în condiții de blocare la cutremur a unor persoane aparent fragile, înregistrate în țara noastră în 1977 și în mod similar în întreaga lume.

4) Măsurile de verificare a stării clădirii / locuinței după producerea seismului:

- Dați concursul dvs. organizațiilor de intervenție post-seismică pentru analiza stării construcțiilor, precum și pentru celelalte activități întreprinse de organele în drept.

- Verificați mai întâi afară și apoi cu precauții și în interior starea locuinței, a clădirii pentru a vedea avariile. După primele observații proprii, este bine să vă adresați unui specialist-expert autorizat în construcții pe care îl cunoașteți din timp, sau cu care aveți o înțelegere sau un contract pentru astfel de situații - în cazul instituțiilor sau firmelor.

Dacă starea structurii construcției prezintă avarii evidente iar echipele autorizate nu au sosit încă, solicitați instituțiilor abilitate evaluarea de către specialiști a stării post-seismice a structurii clădirii și aveți în vedere continuarea ulterioară a operațiunilor de proiectare și execuție a reparațiilor și consolidărilor, cu concursul asociației de proprietari sau locatari.

- În cazul în care clădirea în care locuiți este într-o stare de avariere a structurii evaluată de specialiștii abilitați legal ca fiind grav afectată de cutremur, va trebui să respectați dispozițiile legale și să vă adaptați la condițiile de sinistru. În acest sens organele administrației publice locale vor lua măsurile de relocare.

- Dacă ați contractat o asigurare la o societate de profil, informați-vă cum trebuie să procedați pentru înregistrarea în termen legal a daunelor complete produse de cutremur, în vederea solicitării despăgubirilor.

INSTRUCTIUNI IN TIMPUL UNUI CUTREMUR

1.Încetați lucrul adăpostiți-vă și aștețați.Limitați vă deplasările în timpul unui cutremur la câțiva pași,pînă la un loc sigur.

2.Dacă vă aflați în interiorul unei clădiri,adăpostiți vă sub o masă rezistentă sau stați aproape de un perete interior.Stați departe de ferestre,uși sau pereți,orice obiecte care ar putea cădea.

3.Dacă în apropiere nu se află nici o masă sau un birou,acoperiți vă fața și capul cu mâinile încrucișate și așezați vă într un colț ferit al încăperii.

4 .Dacă nu vă aflați în vreo cladire,rămîneți afară.Îndepărtați vă de clădiri,semafoare și de firele electrice.

5.Dacă locuiți într un bloc sau în orice clădire cu multe nivele luați în considerare următoarele:

- deconectați de la curent aparatele electrocasnice,stingeți aragazul.
- adăpostiți-vă sub o masă si stați departe de fereastre și pereții exteriori.
- stați în interiorul clădirii.
- nu folosiți lifturile și nici scările pînă nu se potolește cutremurul.

6.Dacă vă aflați într-o încăpere publică aglomerată.

- rămîneți unde vă aflați.Nu intrați în panică.Nu vă înghesuiți la ieșire.
- luați ceva care să vă acoperiți capul și fața de posibilele geamuri sparte.

7.Dacă simțiți cutremurul aflîndu-vă într-un vehicul în mișcare,opriți cît de repede puteți în condiții sigure și rămîneți în interior.Evitați staționarea în apropierea clădirilor,a copacilor,a pasajelor superioare sau afirelor electrice.Apoi,acționați în mod prudent,ținînd cont de posibila deteriorare a drumurilor și a podurilor.

8.Dacă ați ajuns blocat sub dărîmături .

- nu aprindeți nici un chibrit sau ceva asemănător.
- mișcati-vă cît mai puțin și nu faceți gălăgie.
- acoperiți-vă gura cu o batistă sau o haină.
- loviți ritmic o țevă pentru a fi localizat de persoanele care participă la operațiunile de salvare, strigați numai dacă este absolut necesar-în urma strigătului puteți inhala cantități mari praf.

MĂSURI DE URMAT ÎN CAZ DE

CUTREMUR



ÎN TIMPUL CUTREMURULUI:

DACĂ SUNTEȚI ÎN INTERIORUL UNEI CLĂDIRI:

-POZIȚIONAȚI-VĂ LĂNGĂ UN PERETE, UN STÂLP DE SUSȚINERE SAU SUB UN MOBILIER SOLID, PROTEJÂNDU-VĂ CAPUL

-NU STAȚIONAȚI LĂNGĂ FERESTRE

DACĂ SUNTEȚI ÎN EXTERIOR:

-ÎNDEPĂRTAȚI-VĂ DE CLĂDIRI

-NU STAȚIONAȚI SUB FIRE ELECTRICE SAU ELEMENTE CARE SE POT DESPRINDE



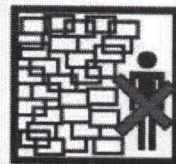
DUPĂ CUTREMUR:

-ÎNTRERUPEȚI SISTEMUL DE ÎNCĂLZIRE, AERUL CONDIȚIONAT, ALIMENTAREA CU GAZE ȘI CURENTUL ELECTRIC

-DEPLASAȚI-VĂ LA PUNCTUL DE ADUNARE ÎN CAZ DE URGENȚĂ

-NU UTILIZAȚI ASCENSORUL

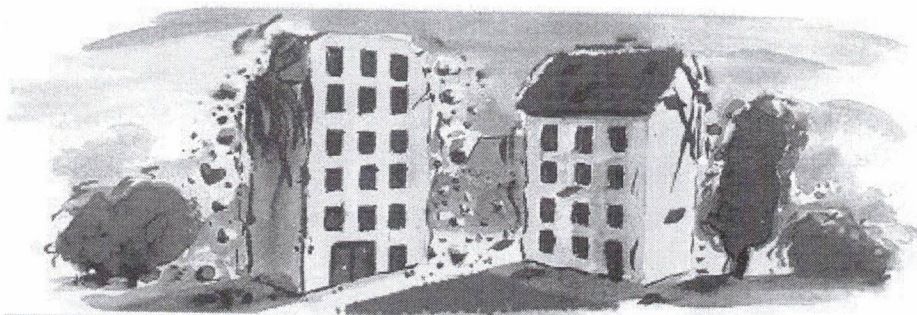
-NU INTRAȚI ÎN CLĂDIRILE DETERIORATE



POLIȚIA
AMBULANȚA
POMPIERI

112

CUTREMUR



La prima mișcare a pământului, va trebui să:

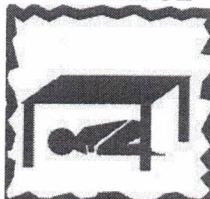
- Dacă sunteți într-o clădire, adăpostiți-vă sub o grinda, masă, un pat, etc. **Nu părăsiți clădirea pe timpul cutremurului.** *Pentru a vă proteja de căderile de obiecte (televizor, etajere, geamuri sparte....)*
- Dacă sunteți pe stradă, îndepărtați-vă de clădiri și cabluri electrice; dacă nu puteți, adăpostiți-vă sub un paravan *Pentru a vă proteja de căderile unor părți de construcție*
- Nu coborâți pe scări *Pentru a vă proteja de căderile unor părți de construcție*
- Dacă sunteți în mașină, opriți la distanță de construcții și cabluri electrice. **Rămâneți în vehicul.**

După prima replică, trebuie să:

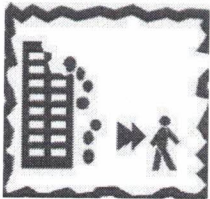
- Ascultați posturile de radio *Pentru a cunoaște instrucțiunile de urmat*
- Opriți gazul și electricitatea. Să nu existe nici o flacără sau țigară aprinsă. *Pentru a evita orice risc de explozie sau incendiu*
- Evacuați locul luând cu dumneavoastră actele de identitate, un radio cu baterii, o lanternă și baterii de schimb, îmbrăcăminte caldă, medicamentele personale *Pentru a aștepta forțele de intervenție*
- Nu folosiți liftul *Pentru a evita să rămâneți blocați în lift*
- Nu intrați într-o clădire afectată *Pentru a evita accidentele determinate de căderea unor părți de construcție*
- Nu mergeți la școală să vă căutați copii *Școala se ocupă de ei*

Reflexe care salvează

IN TIMPUL



Adăpostiți-vă sub o mobilă solidă



Îndepărtați-vă de clădire

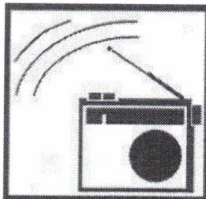
DUPĂ



Opriți electricitatea și gazul



Evacuați clădirea



Ascultați posturile de radio pentru a cunoaște instrucțiunile de urmat



Nu vă duceți la școală să vă luați copii: școala se ocupă de ei

Pentru a cunoaște mai bine riscurile și cum pot fi ele prevenite, întrebați specialiștii

CADRU TEHNIC SITUATII DE URGENTA
SING. ION DRAGHICI

CUTREMURE

Aflați de unde se oprește apa, electricitatea și gazul și cum se face aceasta.

Fixați ferm, de pereți, etajerele și rafturile de cărți

Plasați obiectele grele cât mai jos posibil

DUPĂ CUTREMUR

Dacă sunteți în interior

Nu vă repeziți să ieșiți afară. Sunteți mai în siguranță în interior

Adăpostiți-vă în cadrul unei uși, sub o masă, sub o bancă, sub un birou și țineți-vă de el pentru a-i urma mișcările

Dacă nu există mobilier solid stați lângă un perete interior și protejați-vă capul și viața

Depărtați-vă de surse de foc, ferestre și balcoane

Nu folosiți lifturile

Dacă sunteți afară:

Deplasați-vă repede spre un teren deschis

Îndepărtați-vă de structuri, clădiri, pereți înalți, cabluri suspendate, cabluri electrice și alte structuri care se pot prăbuși

PE TIMPUL CUTREMURULUI

Dacă sunteți prins de cutremur lângă o clădire înaltă sau pe o stradă îngustă adăpostiți-vă sub verandă sau în cadrul unei uși astfel încât să vă protejați de căderea obiectelor.

Dacă sunteți în autovehicul:

Opriți autovehiculul și rămâneți în el.

Evitați podurile, viaductele și alte structuri care se pot prăbuși.

Dacă sunteți rănit

Nu intrați în panică, stați calm.

Atrageți atenția prin toate mijloacele (folosiți un fluier, ciocăniți pereții etc.)

Dacă nu sunteți rănit

Opriți orice sursă de incendiu

Opriți toate sursele de încălzire.

În cazul producerii unor avarii, închideți aprovizionarea cu electricitate, apă și gaze.

Nu folosiți chibrituri sau brichete din cauza riscului unor scurgeri de gaze.

Ascultați la radio și urmați instrucțiunile celor însărcinați cu operațiunile de salvare.

Acordați primul ajutor celor care au nevoie (trusa de prim ajutor medical)

Folosiți telefonul numai dacă sunteți în pericol. Aceasta pentru a nu supraîncărca rețeaua telefonică care este foarte importantă pentru serviciile de salvare și medicale.

Nu intrați în clădirile avariate, chiar dacă credeți să sunt sigure.

În caz unor replici la cutremur rămâneți unde sunteți și protejați-vă singur.

Raționalizați-vă stocurile de hrană și apă de băut.

Cutremurele de pământ. Măsuri de protecție.

Pentru a preveni urmările dezastruoase ale cutremurelor, un rol important revine instruirii tuturor oamenilor cu reguli de comportare pe timpul cutremurelor și cu perioadele următoare ale acestuia.

Întrucât mișcarea seismică este un eveniment imprevizibil, apărut de regulă prin surprindere, este necesar să cunoaștem bine modul și locurile care pot asigura protecție în toate împrejurările : casă la serviciu, în locurile publice, cu mijloacele de transport etc. Acestea, cu atât mai mult cu cât timpul la dispoziție pentru realizarea unei oarecare protecții este foarte scăzut.

Regulile de comportare și măsurile de protecție în caz de cutremur, trebuie să le realizăm înainte de producere , pe timpul producerii cutremurului și după ce mișcarea seismică a trecut.

Pentru protecție înainte de cutremur este necesar să se realizeze măsuri de protecție a locuinței și în afara acesteia.

In cadrul măsurilor de protecție a locuinței este necesar :

- Recunoașterea locurilor în care ne putem proteja : **grinda, tocul ușii, birou sau sub masa rezistentă, etc.**
- Identificarea și consolidarea unor obiecte care pot cădea sau deplasa în timpul seismului.
- Asigurarea măsurilor de înlăturare a pericolelor de incendiu : protecția și evitarea distrugerilor la instalațiile de alimentare cu electricitate, apă și gaze.
- Cunoașterea locurilor de întrerupere a alimentării cu aceste surse.
- Asigurarea stării de rezistență a locuinței. La nevoie se consultă organele de protecție civilă locale sau alți specialiști.
- Asigurarea, în locuri cunoscute și ușor accesibile, a îmbrăcămintei pentru timp rece, a unei rezerve de elemente uscate și conserve, a unor materiale și obiecte necesare realizării unei truse de prim ajutor familial.
- Asigurarea unei lanterne, a unui aparat de radio cu tranzistoare și a bateriilor necesare.

In cadrul măsurilor de protecție în afara locuinței este necesar :

- Cunoașterea locurilor celor mai apropiate unități medicale, sediile inspectoratelor de protecție civilă, de pompieri, de poliție, de cruce roșie, precum și alte adrese utile.
- Cunoașterea bine a drumului pe care vă deplasați zilnic la școală, cumpărături, având în vedere pericolele care pot apărea spargeri de geamuri, căderea unor obiecte de pe balcoane, conducte de gaze, abur, apă etc.

Măsurile ce trebuie luate în timpul producerii unui cutremur puternic, sunt următoarele :

- Păstrarea calmului, să nu se intre în panică și să liniștiți pe ceilalți membri a familiei : copii, bătrâni, femei.
- Prevenirea tendințelor de a părăsi locuința : putem fi surprinși de faza puternică a mișcării seismice în holuri, scări, etc. Nu se folosește în nici un caz ascensorul.
- Dacă suntem în interiorul unei locuințe – rămânem acolo, departe de ferestre care se pot sparge, să se stea înspre centrul locuinței (clădirii), lângă un perete.
- Protejarea se face sub o grindă, toc de ușă solidă, birou, masă sau bancă din clasă suficient de rezistente spre a ne feri de căderea unor lămpi, obiecte mobile suprapuse, tencuieli ornamentale etc.

- Dacă suntem surprinși în afara unei locuințe (clădiri), rămânem departe de aceasta, ne ferim de tencuieli, cărămizi, coșuri, parapete, cornișe, geamuri și care de obicei se pot prăbuși pe stradă.

- **Dacă suntem la școală (serviciu)**, nu fugim pe uși, nu sărim pe fereastră, nu se aleargă pe scări, nu se utilizează liftul, nu alergați pe stradă. Deplasarea se face cu calm spre un loc deschis și sigur.

- Dacă a trecut șocul puternic al seismului, se închid imediat sursele de foc cât se poate de repede, iar dacă a luat foc ceva se intervine imediat.

- **Dacă seismul ne surprinde în autoturism**, ne oprim cât se poate de repede într-un loc deschis, se evită clădirile prea aproape de stradă, dincolo de poduri, pasaje, linii electrice aeriene și ne ferim de firele de curent electric căzute.

- **Dacă suntem într-un mijloc de transport în comun sau în tren**, stați pe locul dvs. până ce se termină mișcarea seismică. Conducătorul trebuie să oprească și să deschidă ușile, dar nu este indicat să vă împulziți la coborâre sau să spargeți ferestre.

- În metrou păstrați-vă calmul și ascultați recomandările personalului trenului, dacă acesta s-a oprit între stații în tunel, fără a părăsi vagoanele.

- **Dacă vă aflați într-un loc public cu aglomerări de persoane** (teatre, cinematografe, stadion, săli de ședințe etc.) nu alergați către ieșire, îmbulzeala produce mai multe victime decât cutremure. Stați calm și liniștiți-vă vecinii pe rând.

După producerea unui cutremur puternic este necesar să luăm următoarele măsuri:

-Nu plecați imediat din locuință. Acordați mai întâi primul ajutor celor afectați de seism. Calmați persoanele speriate și copii.

-Ajuta-ții pe cei răniți sau prinși sub mobilier, obiecte sau elemente ușoare de construcții căzute, să se degajeze.

Atenție!

Nu mișcați răniții grav (dacă sunt în pericol imediat de a fi răniți suplimentar din alte cauze) până la acordarea unui ajutor sanitar – medical calificat. Ajuta-ții pe loc. Curățați traseele de circulație de cioburi sau substanțe toxice, chimicale vărsate, alimente etc.

-Îngrijiți-vă de siguranța copiilor, bolnavilor, bătrânilor, liniști-ții asigurându-le îmbrăcăminte și încălțăminte corespunzătoare sezonului care se află.

-Ascultați numai anunțurile posturilor de radio-televiziune și recomandările acestora.

-Verificați preliminar starea instalațiilor de electricitate, gaz, apă, canal din locuință.

-Părăsiți calm locuința după seism, fără a lua cu dumneavoastră lucruri inutile.

-Dacă la ieșire întâlniți uși blocate, acționați fără panică pentru deblocare.

-Dacă nu reușiți, procedați cu calm la spargerea geamurilor și curățați bine mâna și zona de cioburi, utilizând un scaun o vază metalică (lemn) etc. Deplasați-vă într-un loc deschis și sigur (parc, stadion etc.).

-Fiți pregătiți psihic și fizic pentru eventualitatea unor șocuri (replici) ulterioare primei mișcări seismice, care de regulă este mai redus decât cel inițial. Nu dați crezare zvonurilor privind eventualele replici seismice și urmările lor, utilizați numai informațiile și recomandările transmise oficial, recepționate direct de dvs. și nu din auzite.

NU ASCULTAȚI SFATURILE UNOR AȘA-ZIȘI SPECIALIȘTI NECUNOSCUȚI DE DVS, CARE ÎN ASEMENEA SITUAȚII APAR AD-HOC, (NECHEMAȚI) !