



SIGURANȚA în caz de cutremur



CEI DRAGI NE AȘTEAPTĂ ACASĂ!

Specialiștii Serviciului de Prevenire și Protecție IAȘISTING

vă îndeamnă la respectarea unor reguli de supraviețuire în caz de cutremur!

Înstruiți-vă, atât dumneavoastră cât și membrii familiei, cu privire la modul corect de comportare în cazul producerii unui cutremur. Stabiliți un punct de întâlnire împreună cu membrii familiei sau cu prietenii în cazul în care nu sunteți împreună în timpul cutremurului. Fiți gata să vă descurcați singur pentru cel puțin trei zile. Pregătiți un kit de supraviețuire.

Identificați acasă, la serviciu sau la școală cele mai sigure locuri în caz de cutremur. Identificați căile de evacuare disponibile. Aflați cum puteți opri alimentarea cu energie electrică, gaz și apă de la tablourile/conductele principale de alimentare. Nu faceți modificări care ar putea afecta structura de rezistență a clădirii.

Pregătiți-vă pentru o astfel de situație: participați la simulări de cutremur, învățați tehnici de acordare a primului ajutor medical, modalități de evacuare și prevenire a incendiilor etc.

În timpul cutremurului

Dacă vă aflați în interiorul unei clădiri:

- ❑ Încercați să liniștiți copiii, persoanele în vârstă;
- ❑ **RĂMÂNEȚI ÎN INTERIOR** - de obicei, după primele mișcări seismice, pot urma replici ale cutremurului, inițial suficient de puternice pentru a provoca noi pagube;
- ❑ Așezați-vă sub o piesă de mobilier solidă sau sub o grindă de rezistență. Dacă nu există o masă sau un birou în apropierea dumneavoastră, acoperiți-vă fața și capul cu brațele încrucișate și așezați-vă într-un colț interior al încăperii;
- ❑ **NU** fugiți pe scări. Scările sunt foarte sensibile în caz de cutremur, iar coborârea sub efectul oscilațiilor seismice este foarte periculoasă;
- ❑ **NU** săriți pe fereastră;
- ❑ **NU** folosiți liftul. Dacă rămâneți blocat în lift încercați să ieșiți cât mai repede, apăsând butonul de oprire și apoi butonul celui mai apropiat etaj;
- ❑ Îndepărtați-vă de oglinzi, ferestre, uși și pereți exteriori, sobe, mobilier înalt;
- ❑ **NU** vă așezați sub lustre sau alte obiecte grele suspendate;
- ❑ Dacă dormiți, așteptați câteva momente pentru a vă orienta și apoi încercați să vă deplasați către un loc sigur;
- ❑ Dacă sunteți într-un scaun cu rotile, blocați roțile acestuia, încercați să vă protejați, dacă este posibil acoperiți-vă capul și gâtul cu brațele.

Dacă sunteți afară:

- ❑ Dacă aveți posibilitatea îndepărtați-vă de clădiri, stâlpi de electricitate, cabluri, copaci sau orice alt obiect care ar putea să cadă;
- ❑ Îndreptați-vă spre un spațiu deschis. În cazul unor distrugerii majore, intrați în clădire numai cu permisiunea autorităților;
- ❑ Dacă sunteți în oraș, încercați să stați departe de potențialele pericole (căderi de obiecte). Bucățile de tencuială care se pot desprinde din clădiri reprezintă un risc major la adresa siguranței dumneavoastră.

Dacă vă aflați într-un vehicul:

- ❑ În autobuz sau metrou: rămâneți pe loc până când mișcarea seismică încetează și urmați recomandările pe care le primiți;
- ❑ În mașină: opriți cât mai repede cu putință și rămâneți în interior. Evitați podurile, tunelurile. Evitați să opriți lângă clădiri, copaci, pasaje și cabluri de electricitate.

Dacă sunteți prins sub dărâmbături:

- ❑ **NU** folosiți focul deschis (lumânări, chibrituri, etc), folosiți o lanternă;
- ❑ Încercați să vă acoperiți gura și nasul cu o batistă sau cu orice alt material;

- ❑ Încercați să vă semnalați prezența folosind un fluier sau o lanternă;
- ❑ Loviți ritmic într-o țevă sau într-un perete astfel încât echipele de intervenție să vă poată localiza. Evitați să strigați! Păstrați-vă energia!

După cutremur

- ❑ Verificați dacă sunteți rănit. La nevoie, încercați să vă acordați primul ajutor;
- ❑ Acordați ajutor persoanelor rănite până la sosirea echipelor de intervenție;
- ❑ Nu încercați să mișcați persoanele grav rănite decât dacă viața le este pusă în pericol sau dacă starea lor de sănătate se înrăutățește rapid;
- ❑ Dacă este absolut necesar să mișcați o persoană în stare de inconștiență, mai întâi imobilizați-i gâtul, spatelui și membrele fracturate;
- ❑ Fiți pregătit pentru eventualele replici ale cutremurului. Aceste cutremure secundare pot fi suficient de puternice pentru a produce noi pagube;
- ❑ Fiți atent la eventualele pericole produse de construcțiile afectate. Replicile cutremurului pot dărâma clădirile, drumurile, podurile, pasajele afectate;
- ❑ **NU** folosiți liftul chiar dacă acesta funcționează;
- ❑ Fiți foarte atent pe unde mergeți și cum conduceți;
- ❑ Verificați dacă sunt scurgeri de gaze sau apă. Verificați dacă a fost întreruptă alimentarea cu energie electrică;
- ❑ Opriți alimentarea cu apă, gaz și energie electrică;
- ❑ Dacă simțiți miros de gaz, deschideți geamurile și ușile pentru aerisire;
- ❑ Dacă simțiți miros de gaz, **NU** încercați să întrerupeți alimentarea cu energie electrică și nici să decuplați siguranțele. O singură scântie poate provoca un incendiu;
- ❑ **NU** reporniți dumneavoastră alimentarea cu gaz, lăsați compania furnizoare să se ocupe de asta;
- ❑ Dacă puteți, stingeți incendiile din casa sau din cartierul dumneavoastră imediat ce s-au produs;
- ❑ Atunci când parasiti clădirea protejați-vă capul cu o cască; în lipsa acesteia puteți folosi un obiect dur ce vă poate proteja de eventualele obiecte ce ar mai putea să cadă;
- ❑ Dacă sunteți afară și vă puteți deplasa în siguranță, încercați să mergeți într-un spațiu deschis;
- ❑ Îndepărtați-vă de clădirile afectate, cablurile electrice, panourile publicitare, liniile de tramvai pentru a nu fi rănit;
- ❑ În cazul în care plecați de acasă, lăsați un bilet spunându-le membrilor familiei sau prietenilor unde vă aflați;
- ❑ Chiar dacă liniile telefonice funcționează, utilizați-le numai în caz de urgență;
- ❑ Lăsați căile de acces libere pentru intervenția echipelor de salvare.

PĂSTRAȚI-VĂ CALMUL. PANICA NU VĂ POATE FACE DECÂT RĂU.

Pentru o gamă diversificată de produse și servicii din domeniul SSM - SU, specialiștii din cadrul Grupului de firme Iașisting vă stau la dispoziție.

Iași, Str. Mitropolit Varlaam, nr. 46-48, cod poștal 700198

☎ 0232 237 515 ☎ 0332 411 779

✉ office@iasisting.ro

🌐 www.iasisting.ro



#think work be **Safe**

Siguranță
la un click distanță