



REGULI DE COMPORTARE ÎN CAZ DE CUTREMUR

ÎNAINTE DE CUTREMUR

- Cunoașterea evenimentelor seismice precedente și efectele acestora asupra clădirilor în care locuiesc sau lucrează, pentru a preveni repetarea unor efecte negative;
- Interzicerea depozitării în locuință a produselor inflamabile, explozive sau toxice pentru evitarea apariției exploziilor sau incendiilor;
- Proiectarea antiseismică a construcțiilor, utilizarea materialelor de construcții adecvate și executarea conformă a construcțiilor;
- Fixarea mobilierul pe perete astfel încât acesta să nu devină o sursă de pericol;
- Cunoașterea locurilor celor mai apropiate unități medicale, sediul poliției, pompierilor și alte adrese utile;
- Stabilirea din timp a unui loc unde păstrăm actele familiei și lista cu adresele și telefoanele utile;
- Procurarea din timp a unei truse de supraviețuire, care să conțină: o lanternă, baterii, o trusă de prim-ajutor și apă potabilă.

ÎN TIMPUL CUTREMURULUI

- **în locuințe** se vor alege pentru adăpostire locurile a căror rezistență este mai mare : lângă stâlpi de rezistență, în spațiul ușilor, la colțurile interioare ale încăperilor. Se va evita staționarea lângă mobilier înalt, modular. Te poți proteja ghemuit, așezat pe coate, protejându-ți capul cu mâinile;
- **nu ieși pe scări, nu utiliza liftul;**
- **închide gazul și decuplează instalația electrică;**
- **la serviciu, și în localurile publice** (magazine, săli de spectacole, restaurante, etc.) se aleg locuri similare pentru adăpostire. În aceste localuri, ca și în locuințe, deplasarea către locul stabilit sau pentru părăsirea încăperii se vor realiza numai dacă condițiile permit (parter, mai multe uși de evacuare, parcurs accesibil fără obstacole, distanțe foarte mici). Nu alerga spre ieșire, riști să fi călcat în picioare - așeză-te lângă un perete;
- pe timpul cutremurului **mijloacele de transport** de orice tip se opresc. Dacă este posibil, oprirea se realizează în partea centrală a arterei de circulație sau cea care se consideră a fi mai puțin expusă dărmăturilor. Nu se va părăsi mijlocul de transport;

DUPĂ CUTREMUR

- nu pleca imediat din locuință, asigură-te mai întâi că nu există riscul ca scările sau alte elemente de construcție să se prăbușească;
- îngrijește-te de copii, de membrii familiei și de ceilalți care au nevoie de ajutor;
- nu pleca cu mașina decât dacă este neapărată nevoie, pentru a nu îngreuna accesul mașinilor de intervenție (ambulanță, pompieri, poliție);
- cei prinși **sub dărâmături** sau în incinte (încăperi, săli etc.) blocate vor aștepta în liniște, cu răbdare intervenția din exterior. Nu se recomandă a se încerca deblocarea din interior decât în urma unei analize ferme, atunci când este posibil, că elementele de construcție nu prezintă pericolul prăbușirii. La anumite intervale de timp se utilizează fluierul sau un obiect solid cu care se lovesc pereții locului de adăpostire sau de sub dărâmături, țevi de apă sau gaze din apropiere - în acest fel asigurându-se semnalele necesare aparaturii de detecție și localizare a supraviețuitorilor;
- dacă spațiul în care s-a realizat adăpostirea nu a suferit avarii grave acesta se poate părăsi având grijă a se întrerupe funcționarea instalațiilor electrice, de alimentare cu gaze și apă;
- un factor important de luat în considerație în desfășurarea tuturor acțiunilor îl constituie calmul și grija de a-l transmite și celor din jur. Calmul și cuvintele de încurajare atenuează starea de stres și contribuie la prevenirea panicii;
- ca sinistrați este necesar a respecta cu strictețe dispozițiile și regulile stabilite, se va acorda o mare atenție asigurării unor condiții minime de igienă personală și colectivă pentru a împiedica în acest fel apariția unor îmbolnăviri în masă;
- în **locuința avariata grav** se intră numai cu aprobarea organelor de protecție civilă. Se scot anumite materiale sau obiecte strict necesare în aceleași condiții;
- pentru evitarea blocării liniilor telefonice, se apelează numărul unic de urgență **112** numai dacă este nevoie de ajutor imediat de la structurile profesionale de intervenție: pompieri, ambulanță, poliție;
- nu trebuie să fiți prea îngrijorați de bunurile din locuința avariata sau distrusa. Acestea vor fi protejate de către organe ale jandarmeriei, poliției, protecției civile etc. și se vor restitui pe măsura recuperării lor.

Protecția antiseismică a populației se poate realiza prin:

- proiectarea antiseismică a structurilor de construcții, ansamblurilor construite și localităților;
- protecția și pregătirea antiseismică individuală și de grup a populației prin educare, informare și antrenare periodică pentru o reacție rațională în caz de cutremur;
- măsurile de intervenție preseismică și post-seismică (reparații, consolidări, reabilitare urbană, etc).