

Земљотрес

ПРИЈЕ ЗЕМЉОТРЕСА

- Сазнајте ризичност подручја у коме живите.
- Увјежбајте поступање у случају земљотреса.
- Припремите се за накнадне ударе и појаве.
- Велике, тешке, ломљиве предмете држите на нижим полицама.
- Велике апарате, бојлере и полице добро причврстите за зид.
- Учврстите плафонске свјетилке.
- Поправите лоше електро-инсталације и пукотине у зидовима.
- Одмакните кревете од прозора, не вјешајте слике и огледала изнад кревета.
- Батеријску лампу и ципеле држите поред кревета.
- Изаберите сигурна мјеста у свакој просторији у вашем дому. Сигурно мјесто може да буде испод стола или уз унутрашњи зид, даље од прозора и високог намјештаја.
- Ако живите у сеизмички активном подручју, припремите залихе основних потрепштина.
- Земљотрес је застрашујућа појава, посебно за дјецу, зато разговарајте о земљотресу са члановима ваше породице.
- Упознајте се са свим могућим излазима у вашој кући или на радном мјесту које можете искористити у ванредним ситуацијама.
- Заштитите своју имовину.
- Хемикалије, пестициде и запаљиве производе држите у затвореним ормарима, са додатном бравом и на најнижим полицама.
- Уградите гибљиве прикључке да бисте избјегли истицање гаса или воде.
- Поштујте сеизмичке стандарде код изградње.

У ТОКУ ЗЕМЉОТРЕСА

- Спустите се, покријте и држите. Чучните на сигурном мјесту (испод чврстог стола или клекните уз унутрашњи зид); покријте главу док земљотрес траје.
- Уколико се налазите у кревету, останите у њему, а главу заштитите јастуком.
- Ако сте у затвореном, останите унутра. Ако сте напољу, останите на отвореном.
- Ако се налазите у приобалном подручју, крећите се ка вишим областима.
- Уколико се налазите у планинском подручју или у близини нестабилних нагиба, пазите на стијене које падају и остала рушења која може изазвати земљотрес.
- Одмакните се од зграда, уличних свјетилки, жица.
- На мјестима у којима је много људи не журите ка излазу, склоните се.
- У високим зградама останите на спрату на коме сте се затекли, не користите лифт нити степенице. Очекујте активирање аларма.
- У возњи се не заустављајте испод мостова, електро-водова. Станите што прије, останите у возилу.
- Уколико сте у инвалидским колицима, потражите неки заклон ако је могуће, закључајте тачкове и главу заштитите рукама.
- Држите се даље од прозора.
- Пазите се предмета који висе са зидова, нестабилног намјештаја.
- Очекујте накнадно подрхтавање тла.

НАКОН ЗЕМЉОТРЕСА

- Останите на сигурном мјесту док подрхтавање не престане, онда провјерите да ли сте озлијеђени.
- Након што сте се побринули о себи, помозите повријеђеним или затрпаним особама.
- Крећите се пажљиво и пазите на ствари које су пале или се сломиле, стварајући опасност. Будите спремни на нова подрхтавања, која често прати јачи земљотрес.
- Уколико, након што подрхтавање престане, морате напустити објекат у коме се налазите, користите степенице, никако лифт.

- Ако сте се приликом земљотреса затекли на отвореном, останите тако. Држите се на удаљености од зграда, дрвећа, уличне расвјете и електро водова.
- Ако сте у кући, када подрхтавање престане, обуците дуге панталоне, кошуљу са дугим рукавима, јаче ципеле и радне рукавице.
- Уколико је дошло до мањег пожара угасите га. Смањите опасност од избијања већег пожара.
- Уколико је дошло до просипања материја као што су медицинске материје, бензин или неке запаљиве течности одмах их пажљиво очистите.
- Опрезно отварајте врата на ормарима.
- Провјерите каква су оштећења настала на вашој кући. Уколико сматрате да ваша кућа, усљед оштећења, није довољно сигурна да би се у њој безбједно боравило напустите кућу са свим осталим члановима ваше породице.
- Помозите комшијама којима је потребна посебна помоћ. Старијим људима и инвалидима може бити потребна додатна помоћ. Људима који се брину о њима или онима који имају већи број чланова породице може бити потребна додатна помоћ у ванредним ситуацијама.
- Укључите мали радио пријемник (који се напаја путем батерија) да бисте чули најновије информације о насталој ситуацији као и упутства шта треба радити.
- Пазите на срушене електро водове или оштећене плинске цијеви и држите се ван јако погођених подручја.
- Останите изван оштећених зграда и објеката.
- Ако сте у могућности фотографишите кућу споља и изнутра да бисте могли надокнадити штету, уколико сте платили осигурање.
- Избјегавајте пушење унутар зграда и објеката.
- Када улазите у неки објекат, након земљотреса, будите изузетно опрезни.
- Телефон користите само да бисте пријавили случајеве када је угрожен нечији живот.

Још један користан савјет, уколико имате пса након земљотреса га вежите јер усљед шока уобичајено мирне и доброћудне животиње могу се почети понашати агресивно.

Zemljotres

PRIJE ZEMLJOTRESA

- Saznajte rizičnost područja u kome živite.
- Uvježbajte postupanje u slučaju zemljotresa.
- Pripremite se za naknadne udare i pojave.
- Velike, teške, lomljive predmete držite na nižim policama.
- Velike aparate, bojlere i police dobro pričvrstite za zid.
- Učvrstite plafonske svjetiljke.
- Popravite loše elektro-instalacije i pukotine u zidovima.
- Odmaknite krevete od prozora, ne vješajte slike i ogledala iznad kreveta.
- Baterijsku lampu i cipele držite pored kreveta.
- Izaberite sigurna mjesta u svakoj prostoriji u vašem domu. Sigurno mjesto može da bude ispod stola ili uz unutrašnji zid, dalje od prozora i visokog namještaja.
- Ako živite u seizmički aktivnom području, pripremite zalihe osnovnih potrepština.
- Zemljotres je zastrašujuća pojava, posebno za djecu, zato razgovarajte o zemljotresu sa članovima vaše porodice.
- Upoznajte se sa svim mogućim izlazima u vašoj kući ili na radnom mjestu koje možete iskoristiti u vanrednim situacijama.
- Zaštitite svoju imovinu.
- Hemikalije, pesticide i zapaljive proizvode držite u zatvorenim ormarima, sa dodatnom bravom i na najnižim policama.
- Ugradite gibljive priključke da biste izbjegli isticanje gasa ili vode.
- Poštujte seizmičke standarde kod izgradnje.

U TOKU ZEMLJOTRESA

- Spustite se, pokrijte i držite. Čučnite na sigurnom mjestu (ispod čvrstog stola ili kleknite uz unutrašnji zid); pokrijte glavu dok zemljotres traje.
- Ukoliko se nalazite u krevetu, ostanite u njemu, a glavu zaštitite jastukom.
- Ako ste u zatvorenom, ostanite unutra. Ako ste napolju, ostanite na otvorenom.
- Ako se nalazite u priobalnom području, krećite se ka višim oblastima.
- Ukoliko se nalazite u planinskom području ili u blizini nestabilnih nagiba, pazite na stijene koje padaju i ostala rušenja koja može izazvati zemljotres.
- Odmaknite se od zgrada, uličnih svjetiljki, žica.
- Na mjestima u kojima je mnogo ljudi ne žurite ka izlazu, sklonite se.
- U visokim zgradama ostanite na spratu na kome ste se zatekli, ne koristite lift niti stepenice. Očekujte aktiviranje alarma.
- U vožnji se ne zaustavljajte ispod mostova, elektro-vodova. Stanite što prije, ostanite u vozilu.
- Ukoliko ste u invalidskim kolicima, potražite neki zaklon ako je moguće, zaključajte točkove i glavu zaštitite rukama.
- Držite se dalje od prozora.
- Pazite se predmeta koji vise sa zidova, nestabilnog namještaja.
- Očekujte naknadno podrhtavanje tla.

NAKON ZEMLJOTRESA

- Ostanite na sigurnom mjestu dok podrhtavanje ne prestane, onda provjerite da li ste ozlijeđeni.
- Nakon što ste se pobrinuli o sebi, pomozite povrijeđenim ili zatranim osobama.
- Krećite se pažljivo i pazite na stvari koje su pale ili se slomile, stvarajući opasnost. Budite spremni na nova podrhtavanja, koja često prati jači zemljotres.
- Ukoliko, nakon što podrhtavanje prestane, morate napustiti objekat u kome se nalazite, koristite stepenice, nikako lift.
- Ako ste se prilikom zemljotresa zatekli na otvorenom, ostanite tako. Držite se na udaljenosti od zgrada, drveća, ulične rasvjete i elektro vodova.

- Ako ste u kući, kada podrhtavanje prestane, obucite duge pantalone, košulju sa dugim rukavima, jače cipele i radne rukavice.
- Ukoliko je došlo do manjeg požara ugascite ga. Smanjite opasnost od izbijanja većeg požara.
- Ukoliko je došlo do prosipanja materija kao što su medicinske materije, benzin ili neke zapaljive tečnosti odmah ih pažljivo očistite.
- Oprezno otvarajte vrata na ormarima.
- Provjerite kakva su oštećenja nastala na vašoj kući. Ukoliko smatrate da vaša kuća, usljed oštećenja, nije dovoljno sigurna da bi se u njoj bezbjedno boravilo napustite kuću sa svim ostalim članovima vaše porodice.
- Pomozite komšijama kojima je potrebna posebna pomoć. Starijim ljudima i invalidima može biti potrebna dodatna pomoć. Ljudima koji se brinu o njima ili onima koji imaju veći broj članova porodice može biti potrebna dodatna pomoć u vanrednim situacijama.
- Uključite mali radio prijemnik (koji se napaja putem baterija) da biste čuli najnovije informacije o nastaloj situaciji kao i uputstva šta treba raditi.
- Pazite na srušene elektro vodove ili oštećene plinske cijevi i držite se van jako pogođenih područja.
- Ostanite izvan oštećenih zgrada i objekata.
- Ako ste u mogućnosti fotografišite kuću spolja i iznutra da biste mogli nadoknaditi štetu, ukoliko ste platili osiguranje.
- Izbjegavajte pušenje unutar zgrada i objekata.
- Kada ulazite u neki objekat, nakon zemljotresa, budite izuzetno oprezni.
- Telefon koristite samo da biste prijavili slučajeve kada je ugrožen nečiji život.

Još jedan koristan savjet, ukoliko imate psa nakon zemljotresa ga vežite jer usljed šoka uobičajeno mirne i dobroćudne životinje mogu se početi ponašati agresivno.