



COMPORTAREA ÎN CAZ DE CUTREMUR

ÎNAINTE DE CUTREMUR

- ☞ Să se fixeze bine mobilierul pe perete astfel încât acesta să nu devină o sursă de pericol;
- ☞ Să aveți la îndemână o lanternă, baterii și o trusă de prim-ajutor;
- ☞ Să se cunoască locurile celor mai apropiate unități medicale, sediul poliției, pompierilor și alte adrese utile;
- ☞ Să fie stabilit din timp un loc unde se păstrează actele familiei și lista cu adresele și telefoanele utile;
- ☞ Să nu se depoziteze în locuință produse inflamabile, explozive sau toxice pentru evitarea apariției exploziilor sau incendiilor;
- ☞ Informarea și cunoașterea evenimentelor seismice precedente și a efectelor acestora asupra clădirilor în care locuiți sau lucrați, pentru a preveni repetarea unor efecte negative.

ÎN TIMPUL CUTREMURULUI

- ☞ Fiți calmi și acționați imediat; nu strigați și nu alergați;
- ☞ Stați departe de geamuri, uși de sticlă, oglinzi, biblioteci, mobilier înalt etc.;
- ☞ **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 ș.a.; Așezați-vă sub o masă solidă sau ghemuiți-vă, lipit de un perete interior; dacă în apropiere nu se află o masă sau un birou, acoperiți-vă fața și capul cu mâinile încrucișate și așezați-vă într-un colț mai ferit al încăperii.
- ☞ Dacă aveți timp, întrerupeți alimentarea cu apă, gaze și electricitate;
- ☞ **La serviciu** și în localurile publice (magazine) se aleg locuri similare celor din locuințe 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 fii călcat în picioare – protejează-te stând ghemuit lângă un perete;
- ☞ **Dacă vă aflați pe stradă**, în fața unei clădiri, rămâneți departe de aceasta;
- ☞ Feriți-vă de tencuieli, cărămizi, coșuri, parapete, cornișe, geamuri, care de obicei se pot prăbuși în stradă;
- ☞ Nu alergați pe stradă, deplasați-vă cu calm spre un loc deschis și sigur.

☞ **Dacă sunteți surprins în autoturism**, opriți-vă cât puteți de repede într-un loc deschis, evitând clădirile prea apropiate de stradă, dincolo de poduri, pasaje, linii electrice aeriene și stați înăuntru;

☞ Feriți-vă de firele de curent electric căzute;

☞ **Dacă sunteți într-un mijloc de transport** în comun sau în tren, stați pe locul dumneavoastră până se termină mișcarea seismică;

☞ Conducătorul trebuie să oprească și să deschidă ușile, dar nu este indicat să vă împulziți la coborâre sau să spargeți ferestrele;

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

DUPĂ CUTREMUR

☞ Nu pleca imediat din locuință, asigură-te mai întâi că nu există riscul ca scările să se prăbușească;

☞ Îngrijește-te de copii, de membrii familiei și de ceilalți care au nevoie de ajutor;

☞ Nu suna la 112 decât dacă este nevoie de ajutor imediat de la pompieri, ambulanță, poliție;

☞ 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 blocate** (încăperi, săli etc.) vor aștepta în liniște, cu răbdare, intervenția din exterior.

☞ Nu se recomandă a se încerca deblocarea din interior decât în urma unei analize ferme și dacă se socotește că nu există pericolul mișcării dărâmăturilor, care și așa sunt într-un echilibru precar;

☞ La anumite intervale de timp se utilizează fluierul sau cu obiect tare se lovesc pereții locului de adăpostire sau de sub dărâmături, țevi de apă sau gaze din apropiere - în acest fel se asigură semnalele necesare aparatului de detecție și localizare a supraviețuitorilor, folosite de către salvatori;

☞ 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;

☞ Este bine de stabilit și reținut locul în care se păstrează, de regulă, obiecte de îmbrăcăminte, pături, medicamente și alte lucruri necesare a fi luate la părăsirea locuinței, mai ales în anotimpurile răcoroase și reci;

☞ Un factor important de luat în considerație în desfășurarea tuturor acțiunilor îl constituie calmul și totodată 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 se respecta cu strictete dispozițiile și regulile stabilite de autorități; 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 autorităților. În aceleași condiții se scot anumite materiale sau obiecte strict necesare;

☞ Nu trebuie să fiți îngrijorați de bunurile din locuința avariata sau distrusa. Ele vor fi protejate de către personal al jandarmeriei, poliției etc. și se vor restitui pe măsura recuperării lor.



REGULI DE COMPORTARE ÎN CAZ DE GER ȘI NINSORI ABUNDENTE

Potrivit statisticilor ultimilor ani, perioada ianuarie – februarie se caracterizează prin precipitații mai abundente sub formă de ninsoare, precum și prin manifestări de vreme severă, cum ar fi viscolul și perioade de ger inclusiv pe timpul zilei.

Având în vedere că respectarea regulilor și măsurilor de prevenire a situațiilor de urgență, precum și adoptarea unui comportament adecvat, conduc la evitarea sau limitarea semnificativă a producerii unor evenimente negative, soldate cu victime, Inspectoratul pentru Situații de Urgență „Unirea” al județului Alba vă aduce la cunoștință o serie de reguli de comportare în caz de ger și ninsori abundente, astfel:

☞ Asigurați-vă următoarele materiale: sare pentru topirea gheții de pe trotuar și căile pe care circulați din gospodăria dumneavoastră, nisip pentru a îmbunătăți tracțiunea, echipamente de îndepărtare a zăpezii.

☞ Dacă locuiți la casă ori în zone izolate, asigurați-vă că aveți suficient combustibil de încălzire, medicamente (mai ales dacă suferiți de o afecțiune sau dacă urmați un tratament), alimente și apă potabilă, care trebuie să vă ajungă câteva zile;

☞ Izolați-vă casa din punct de vedere termic și instalați-vă jaluzele sau acoperiți-vă ferestrele cu material plastic.

☞ Izolați-vă mașina din punct de vedere termic, astfel:

✓ Acumulatorul și sistemul de aprindere trebuie să fie stare foarte bună, iar bornele bateriei curățate.

✓ Asigurați-vă că nivelul antigelului este suficient pentru a evita înghețarea.

✓ Asigurați-vă că sistemul de încălzire și dezghețare funcționează corect.

✓ Verificați și reparați sistemul de acționare al ștergătoarelor de parbriz; asigurați un nivel corespunzător de lichid de curățare.

✓ Asigurați-vă că termostatul funcționează corespunzător.

✓ Verificați funcționarea farurilor și luminilor de avarie.

- ✓ Verificați dacă există fisuri în sistemul de eșapament, reparați-l sau înlocuiți-l dacă este necesar. Inhalarea monoxidului de carbon este letală.
- ✓ Verificați nivelul și greutatea uleiului. Uleiurile grele coagulează mai mult la temperaturi joase și nu sunt la fel de lubrifiante.
- ✓ Folosiți anvelope pentru zăpadă și dotați-vă cu lanțuri.
- ✓ Înlocuiți combustibilul și filtrul de aer. Țineți apa departe de sistem, utilizând aditivi și menținând plin rezervorul de combustibil.
- ☞ Ascultați la radio și televiziune buletinele meteorologice și informațiile autorităților locale responsabile cu gestionarea situațiilor de urgență.
- ☞ Mâncați regulat și beți lichide, dar evitați cofeina și alcoolul.
- ☞ Evitați să vă extenuați când curățați zăpada de pe trotuar. Efortul fizic în condiții de frig extrem poate cauza un atac de inimă. Înainte de a ieși afară pentru a face efort fizic, este necesară o încălzire.
- ☞ Fiți atenți la semnele de îngheț. Acestea includ pierderea simțurilor și culoarea albă a vârfurilor degetelor de la mâini, de la picioare, urechilor și nasului. Dacă observați astfel de simptome, solicitați ajutor medical.
- ☞ Fiți atent la semnele de hipotermie. Acestea includ frisoane incontrolabile, pierderea memoriei, dezorientare, incoerență, exprimare neclară, somnolență și epuizare aparentă. Dacă observați astfel de simptome, duceți victima într-un spațiu călduros, îndepărtați-i hainele umede, încălziți-i mai întâi partea centrală a corpului și, dacă victima este conștientă, administrați-i băuturi calde non-alcoolice. Solicitați ajutor medical cât mai urgent posibil.
- ☞ Economisiți combustibilul pentru încălzit, dacă este necesar, menținând temperatura în casă mai redusă decât în mod normal. Închideți temporar alimentarea cu căldură în anumite camere.
- ☞ Utilizați autoturismul, numai dacă este absolut necesar. Dacă trebuie să conduceți, luați următoarele măsuri:
 - ✓ Circulați doar ziua, niciodată singur și anunțați cunoștințele despre programul dumneavoastră.
 - ✓ Folosiți drumuri principale; evitați drumurile secundare considerate scurtături.
 - ☞ Dacă un viscol vă surprinde în mașină, luați următoarele măsuri:
 - ✓ Trageți pe dreapta. Porniți luminile de avarie și agățați o cârpă pe antena radio ori la geam.
 - ✓ Rămâneți în autoturism până ce forțele de salvare vin să vă salveze. Nu ieșiți dacă nu vedeți în apropiere o clădire în care ați putea să vă găsiți. Fiți atent, distanțele sunt distorsionate de zăpada viscolită. O clădire poate părea aproape, dar poate fi prea departe pentru a merge prin nămeții mari de zăpadă.

- ✓ Porniți motorul și sistemul de încălzire aproximativ 10 minute la fiecare oră, pentru a menține cald în interior. Când motorul funcționează, deschideți ușor o fereastră pentru ventilație. Acesta vă va proteja împotriva inhalării monoxidului de carbon. Curățați periodic zăpada de pe țeava de esapament.
- ✓ Miscați-vă pentru a menține organismul cald, evitând extenuarea.
- ✓ Nu adormiți: o persoană trebuie să fie trează, în orice moment, pentru a vedea forțele de salvare.
- ✓ Beți lichide pentru evitarea deshidratării.
- ✓ Aveți grijă să nu consumați bateria. bateria este necesară la menținerea în funcțiune a luminilor, căldurii și radioului.
- ✓ Porniți lumina din interior pe timp de noapte pentru ca echipele de salvare să vă observe.
- ✓ Dacă vă aflați într-o zonă deschisă și aveți posibilitatea, scrieți cu pietre mari "SOS" pentru a atrage atenția piloților care survolează zona în căutarea dumneavoastră.
- ✓ Dacă viscolul a încetat și este absolut necesar, părăsiți mașina și continuați drumul pe jos.



**MĂSURI DE APĂRARE ÎMPOTRIVA INCENDIILOR LA EXPLOATAREA
NECORESPUNZĂTOARE A INSTALAȚIILOR, DISPOZITIVELOR ȘI
APARATELOR ELECTRICE**

Pentru a nu constitui cauze de incendiu, instalațiile electrice vor fi întreținute, verificate și utilizate în condițiile prevăzute în reglementările tehnice de specialitate și documentațiile producătorilor de echipamente. În acest sens, **se interzice:**

- ✓ înlocuirea siguranțelor, releelor de protecție și a întreruptoarelor automate cu altele necalibrate;
- ✓ racordarea unor consumatori care depășesc puterea nominală a circuitelor;
- ✓ încărcarea instalației electrice peste sarcina admisă;
- ✓ nerealizarea unor contacte electrice perfecte, sigure în timp și ușor de verificat;
- ✓ lăsarea neizolată a capetelor conductoarelor electrice, în cazul demontării parțiale a unei instalații;
- ✓ folosirea legăturilor provizorii prin introducerea conductoarelor electrice, fără ștecher, direct în prize;
- ✓ utilizarea receptorilor de energie electrică (radiatoare, reșouri, fiare de călcat, ciocane de lipit etc.) fără luarea măsurilor de izolare față de materialele și elementele combustibile din spațiul sau încăperea respectivă;
- ✓ utilizarea lămpilor mobile (portative) alimentate prin cordoane improvizate și/sau uzate;
- ✓ utilizarea radiatoarelor și a reșourilor electrice neomologate sau în alte locuri decât cele stabilite prin instrucțiuni sau agremente tehnice;
- ✓ folosirea în stare defectă, uzată și/sau cu improvizații a instalației electrice și/sau a receptorilor electricei;

- ✓ suspendarea corpurilor de iluminat direct de conductoarele de alimentare, dacă aceasta nu este prevăzută din fabricație;
- ✓ folosirea la corpurile de iluminat, a filtrelor de lumină ori a abajurilor improvizate, din carton, hârtie sau din alte materiale combustibile;
- ✓ așezarea pe motoarele electrice a unor materiale combustibile precum cârpe, hârtii, folii de mase plastice, lemn sau altele similare;
- ✓ neasigurarea aceluiași nivel de izolație ca și al conductoarelor la legăturile electrice;
- ✓ amplasarea perdelelor sau a altor materiale textile în apropierea becurilor de tip incandescent;
- ✓ pozarea conductorilor electrici direct pe materialele de construcție combustibile;
- ✓ introducerea în interiorul panourilor, nișelor, tablourilor, canalelor sau a tunelurilor electrice, a obiectelor de orice fel;
- ✓ utilizarea radiatoarelor, aerotermelor și a reșourilor electrice improvizate sau cu defecțiuni;
- ✓ amplasarea conductorilor electrici aflați în funcțiune sub covoare, mochete sau preșuri;
- ✓ efectuarea lucrărilor de întreținere, revizii și reparații de către personal neautorizat.

☞ Aparatele electrice portative (mobile) se vor folosi numai cu ștecher și conductoare corespunzător izolate și în bună stare de funcționare, iar pe timpul cât sunt sub tensiune se va asigura supravegherea lor.

☞ La terminarea programului de lucru, instalația electrică va fi scoasă de sub tensiune, cu excepția iluminatului de siguranță și a instalației de alimentare a receptoarelor cu rol de securitate la incendiu.

☞ La toate tipurile de tablouri electrice, legăturile trebuie realizate conform reglementărilor, iar în apropierea acestora se interzice păstrarea materialelor și a substanțelor combustibile, precum și blocarea accesului la acestea.

☞ La tablourile capsulate, garniturile de etanșare vor fi în bună stare și bine strânse (fixate).

☞ Se interzice legarea directă la bornele tabloului de distribuție a lămpilor de iluminat, a motoarelor electrice sau a altor consumatori de energie electrică.

☞ Instalațiile și sistemele de captare și scurgere la pământ a sarcinilor electrostatice se vor menține în bună stare de funcționare, la parametrii prevăzuți.

☞ Este interzisă exploatarea instalațiilor cu elemente metalice nelegate la pământ sau cu instalații de punere la pământ incomplete, defecte sau necorespunzătoare din punct de vedere al rezistenței ohmice.

☞ Se interzice folosirea motoarelor și a aparatelor electrice cu carcasele și capacele demontate sau în condiții în care să nu asigure răcirea lor printr-o bună circulație a aerului din jur.

☞ Instalațiile electrice scoase de sub tensiune temporar sau definitiv se vor marca în acest sens.

☞ În construcțiile în care se utilizează tensiuni electrice diferite, valorile acestora se vor marca la prize.

☞ **În cazul producerii unui incendiu:**

✓ se vor anunța în timp operativ serviciile profesioniste pentru situații de urgență la numărul unic de urgență 112;

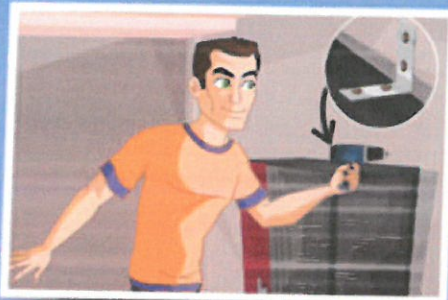
✓ se vor evacua materialele combustibile din zona focarului;

✓ se vor deconecta obligatoriu instalațiile electrice de sub tensiune;

✓ se va acționa pentru stingerea incendiului cu stingătoarele din dotare sau apă (doar după deconectarea instalațiilor electrice de sub tensiune).

PREGĂTIREA LOCUINTEI ȘI FAMILIEI PENTRU CÛTREMUR

În vederea pregătirii pentru cutremur, luați următoarele măsuri:



Fixați mobilierul, care se poate deplasa în timpul unei mișcări seismice, de un perete sau alt element de construcție solid.



Amplasați obiectele grele, care vă pot răni, în partea de jos a încăperilor.



Stabiliți cu membrii familiei un plan de protecție în caz de cutremur.

Asigurați-vă o minimă rezervă de urgență formată din apă, alimente neperisabile, lanternă, aparat radio portabil, acumulatori și medicamente de bază.



mai multe informații: www.nutremurlacutremur.ro

Campanie sprijinită de:

Lukoil Romania

Dedeman

Complexul Energetic Oltenia

Geo-Sting SRL

Flaga LPG SA

Casa noastră SRL

In-oro SRL

Artego SRL

Activia SRL

Ada electric SRL

Proiectare SRL

Maty Express SRL

Cambera SRL

Fundația Coral Delta