

ПРАВИЛА ЗА ДЕЙСТВИЕ ПРИ ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ

ОСНОВНИ ФАКТИ

Земетресението е природно бедствие,
което не може да бъде предсказано!
Трае кратко, но протича бурно и
нанася огромни щети!

Можем ли да се предпазим?

Съвет за безопасност:

**БЪДЕТЕ ИНФОРМИРАНИ И ПОДГОТВЕНИ ЗА ПРАВИЛНО И БЕЗОПАСНО
ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ!**

Преди земетресение

6 стъпки към осигуряване на безопасността ни:

1. Начало - проверка и съвети за безопасност на жилището:

- Прикрепете кухненските шкафове и рафтовете здраво към стените;
- Поставете големите и тежки предмети на по-ниски места, далеч от изходите;
- Подредете чупливи предмети от стъкло и порцелан в шкафове със здраво затворени врати на неголяма височина от пода;
- Укрепете осветителните тела, огледала, картини;
- Подсигурете (укрепете) скъпите електрически уреди: телевизори, компютри, музикални уредби и др .
- Отремонтирайте електрическите инсталации (създават риск за пожар);
- Ремонтирайте всички дълбоки пукнатини в тавани, подове и основи на сгради.
- Получете експертни съвети, ако са налице признаци за повреди на сградата;
- Съхранявайте домашни химикали и лесно запалими течности в здраво затворени шкафове и на долни рафтове.

2. Определете безопасните места в жилището и навън

- Под и до масивни, неогъващи се мебели като тежко бюро или маса.
- До вътрешна стена.
- Далече от места където има опасност от строшени стъкла: прозорци, огледала, картини, библиотеки или други тежки мебели, които могат да ви затиснат или наранят при падане.
- На открито, далече от постройки, дървета, телефонни и електрически линии, мостове.

3. Обучете себе си и членовете на семейството

- √ **Информирайте се** относно мерките за правилно и безопасно поведение чрез интернет, телевизия, радио, вестници, обучения на БЧК и общината.
- √ **Бъдете подготвени за земетресението:**
 - **включете се в обучения** за самозащита; оказване на първа долекарска помощ, евакуация, превенция и реакция при възникване на пожари.
- √ **Научете децата как и кога да се обаждат на 112**, какво да обяснят и как да получат информация при бедствия (от радиото.)
- √ **Научете всички членове на семейството как и кога да изключат електричеството и да спрат водата.**
- √ **Подгответе семеен план за бърза и ефективна реакция при земетресение!**

4. Подгответе личен пакет от необходими вещи при бедствие

I. Запаси от храна и вода – подменяйте на 6 месеца:

1. Вода – по 5 л на човек;
2. Суха храна – консерви, отварачка за консерви, прибори за хранене, нож;
3. Детска храна (при необходимост), бебешки бутилки.

II. Предмети от първа необходимост:

1. Одеяло или спален чувал (за всеки);
2. Комплект от топли, удобни дрехи/обувки (за всеки);
3. Очила, контактни лещи и течност за тях;
4. Свирка, джобно ножче;
5. Фенерче и допълнителни батерии за него;
6. Портативно радио работещо на батерии и батерии за него;
7. Кибритени клечки (във водоустойчив плик) или запалка.
8. Пожарогасител.

III. Хигиенни материали:

1. Дезинфекциращ антибактериален гел за ръце;
2. Мокри кърпички, салфетки, тоалетна хартия, памперси;
3. Полиетиленови торбички за боклук.

IV. Комплект за първа помощ

1. Жизненоважни лекарства ако страдате от хронични заболявания: астма, диабет, високо кръвно налягане.
2. Аналгетици, антисептици.
3. Дезинфекциращи средства (стерилни марли, бинтове, лепенки).
4. Гумени (латексови) ръкавици.
5. Термометър, безопасни игли, конци.
6. Крем против изгаряне;
7. Ножици;
8. Триъгълна кърпа.

VI. Документи и пари (в полиетиленов пакет)

1. Копие от най-важните Ви лични документи (лична карта, паспорт, акт за раждане, шофьорска книжка, дипломи, нотариални актове, застраховки, договори, медицински картони и др.
2. Пари в брой (кредитни и дебитни карти).
3. Ценни семейни вещи (малобааритни и леки).
4. Списък с важни телефонни номера.
5. Направете семеен план за действие при бедствие

СЕМЕЕН ПЛАН ЗА ДЕЙСТВИЕ ПРИ БЕДСТВИЕ

Семейният план е разпределение на задълженията между всички членове на семейството – какво да правят по време и след бедствието и къде да се срещнат!

СЕМЕЙНИЯТ ПЛАН трябва да съдържа информация за:

1. Как да се свържат най-близките членове на семейството Ви ако няма стационарни и мобилни връзки.

2. Как и къде да се срещнете и съберете отново в случай на разрушителни последици след земетресението в района, където живеете.

2.1. Определете място близо до дома ви;

2.2. Извън вашия жилищен район (град).

3. Определете лице за контакт (роднина, близък, приятел от друг град), на който всеки един от семейството да се обади и информира за състоянието и местонахождение- то си, ако не може да се яви на мястото за семейна среща.

4. Каква да бъде ролята на всеки член от семейството.

5. Да се определят и познават най-сигурните и безопасни места в жилището.

6. Да се определи най-краткия маршрут за излизане от сградата.

7. Къде се съхранява комплектът за първа помощ.

8. Как да се изключват ел.уреди, газ, вода.

9. Планирайте как да се погрижите за домашните любимци

УЧАСТВАЙТЕ ВСИЧКИ ЗАЕДНО В СЪСТАВЯНЕ НА СЕМЕЙНИЯ ПЛАН ЗА ДЕЙСТВИЕ ПРИ БЕДСТВИЕ. ВСИЧКИ ТРЯБВА ДА СА ОБУЧЕНИ - ДА ПОЗНАВАТ И ПРИЛАГАТ СЕМЕЙНИЯ ПЛАН. УПРАЖНЯВАЙТЕ СТЕ!

6. Помогнете на обществото и хората около вас да се подготвят:

1. Споделете и дискутирайте с вашите съседи, колеги или общност сигналите за оповестяване, оборудване на дома, начина на издирване на пострадали след бедствие, планове за извънредни ситуации, семейния план за действие при бедствие. Споделете личен опит – как сте подготвили жилището си, какъв е семейният ви план за действие, как сте решили някои проблеми.

2. Помогнете на децата, възрастните и хората в неравностойно положение да се подготвят и да добият увереност, че могат да се справят. Уточнете сигналите

за помощ. Подгответе и за тях списък с най-важните телефонни номера.

3.Оказвайте помощ на пострадалите.

ДЕЙСТВИЯ ПО ВРЕМЕ НА ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ

I.Ако сте на закрито:

- 1.Опитайте да запазите самообладание - страхът и паниката са вашият враг № 1.
Не се блъскайте ако сте в сграда с много хора.
- 2.Напуснете сградата само ако е възможно да го направите за 5-10 секунди като не използвате стълбище или асансьор. Отдалечете се от сградата, далекопроводи и ел.стълбове.
- 3.Не скачайте от прозорци и балкони.
- 4.**Заемете най-безопасното място в сградата:** под рамката на вратата (ако е стабилно монтирана), близо до вътрешна стена, колона, под стабилна маса или на земята като закриете главата си.
- 5.Отдалечете се от прозорци, стъклени витрини тежки и високи мебели, външни врати и стени.
- 6.Застанете на разстояние от висящи предмети (полюлей, висяща лампа).

II.Ако сте на открито:

- 1.Опитайте се да запазите самообладание.
- 2.Застанете далече от високи сгради, далеко-проводи, ел.стълбове, трафопостове, клони.
- 3.Можете да влезете в жилището си след основен преглед на сградата, направена от компетентен орган.

ДЕЙСТВИЯ ПО ВРЕМЕ НА ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ

III. Ако сте в автомобил:

1. Спрете веднага щом безопасността ви позволи.
2. Избягвайте спирането в близост до или под сгради, дървета, надлези, мостове, електро- преносни жици.
3. Продължете внимателно след земетресението като избягвайте пътища и мостове, които биха могли да са повредени при земетресението.

IV. Ако сте затрупани под развалини:

1. Опитайте се да запазите самообладание.
2. Не палете кибрит и не използвайте запалка (свещ). Използвайте фенерче.
3. Опитайте се да покриете устата и носа си с носна кърпа или част от дреха.
4. Опитайте се да сигнализирате присъствието си на спасителните екипи – използвайте свирка, фенерче.
5. Опитайте се да подадете сигнал чрез почукване по бетонна плоча, тръба или друг предмет в близост до вас.
6. Избягвайте виковете и крясъците. Пестете силите си.
7. Не се движете излишно и не вдигай прах.

ДЕЙСТВИЯ СЛЕД ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ

1. Опитайте се да запазите самообладание. Очаквайте вторични трусове, които могат да нанесат още щети.
2. Проверете дали сте пострадал – помогнете си сам.
3. Окажете първа помощ на пострадали около вас до пристигане на спасителни екипи – не премествайте тежко пострадали и ранени, ако не се налага заради сигурността. Потърсете помощ.

4.Опитате се да успокоите малките деца и хората изпаднали в паника (истерия).

5.Внимателно напуснете сградата - може да е потенциално опасна (с риск от срутване). Не забравяйте личния комплект за оцеляване.

6.Проверете за изтичане на газ, ако усетите миризма – отворете прозорците и проветрете. Не палете кибрит, всяка искра може да предизвика пожар.

7.Проверете дали има ток и вода, телефонен сигнал.

8.Потушете възникнал пожари в дома или на работното място.

9.Ако сте ранен – сигнализирайте местонахождението си и изчакайте да ви окажат медицинска помощ. С приоритет са най-тежките и живото застрашаващи състояния.

10.Информирайте се за положението след земетресението от достоверни източници – национално радио, телевизия, местни власти и органи за защита при бедствия. Не разпространявайте слухове и непроверена информация.

11.Осигурете достъп до основните пътища на аварийно спасителните екипи (не тръгвайте с автомобила си).

12.Не натоварвайте телефонните линии. Те са необходими на органите извършващи аварийно-спасителни дейности. Ако спешно се наложи – говорете стегнато и кратко – къде се намирате и в какво състояние (ако имате нужда от помощ).

13.Ако Ви помолят за съдействие, присъединете се към действията на спасителните екипи и служби по разчистване на пътища, отстраняване на отломки, издирване и спасяване на пострадали под развалините. Спазвайте указанията за безопасност, които ви дават.

Изготвил: Красимира Колева-Славова
ст.експ."ЗН, ОМП, ССИ"
в община Алфатар, 4.10.2013 г.