

CUM TE PREGĂTEȘTI PENTRU CUTREMUR

ÎNAINTE



PLAN cu familia

Discută cu ei despre cutremur. Stabiliți un loc sigur de întâlnire. Exersați periodic comportamentele corecte.



RUCSAC cu provizii pentru 3 zile

Apă, conserve, medicamente, fluier, radio pe baterii, baterie externă, sac de dormit, lanternă cu dinam, trusă medicală, haine.



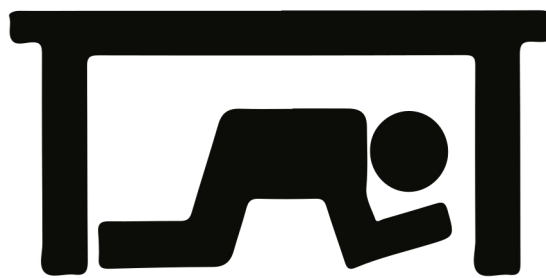
MĂSURI de protecție în casă

Ancorează mobila și ce atârnă de pereți sau tavan. Ai grijă la ce îți poate cădea în cap. Fixează electronicele grele.

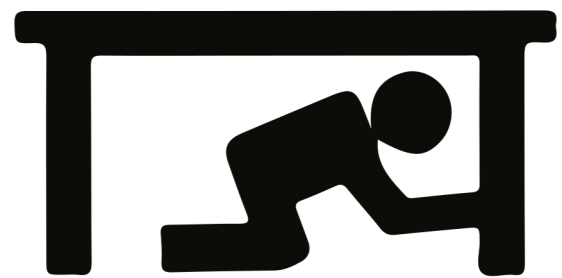
ÎN TIMPUL



1. Lasă-te la pământ.



2. Protejează-ți capul și gâtul cu mâinile. Încearcă să ajungi sub o masă solidă sau lângă un perete interior.



3. Ține-te bine.



Nu fugi pe scări. Nu te apropia de ferestre, pereți exteriori, nu ieși pe balcon.



Blocați frânele și protejați-vă capul.



Dacă ești în mașină sau pe stradă, oprește-te din mers și depărtează-te de clădiri.

DUPĂ



EȘTI BLOCAT ÎN INTERIOR

Atârnă o bucată de pânză albă sau folosește fluierul sau o bătaie ritmică.



NU TE GRĂBI SĂ PĂRĂSEȘTI CLĂDIREA

Nu suna la 112 decât dacă e absolut necesar. Lasă liniile libere pentru urgențe reale.



PREGĂTEȘTE-TE PENTRU REPLICI

Nu aprinde lumânări, brichete sau chibrituri. Oprește curentul, gazele și apa.

TRĂIEȘTI ÎNTR-UN ORAȘ CU RISC SEISMIC. ESTE ȘI RESPONSABILITATEA TA SĂ TE PREGĂTEȘTI!



Descarcă, tipărește și afișează la bloc sau la locul de muncă!

