

SFATURI pentru părinți în caz de cutremur

- ◆ Copiii trebuie să știe numărul de telefon al părinților, de la domiciliu sau altă rudă apropiată
- ◆ Practicați cu copii poziția de siguranță
- ◆ Explicați-le că seismul este ca o barcă pe valuri, poate scoate zgomote ciudate, va sparge obiecte, etc. explicați-le acest lucru pe un ton calm, fără a-i speria

Un cutremur nu poate fi anticipat, se poate întâmpla în orice moment: ziua, noaptea, pe drum, la grădiniță, școală în parc... Și există la fel de multe șanse ca cei mici să fie singuri în cameră ori afară, în curte, dacă stai la casă.

- ◆ Explicați-le că îi veți lua de la școală chiar dacă o să întârzieți
- ◆ Discutați cu învățătorul/profesorul să identifice din timp locurile sigure pentru copii, direcțiile și locurile de evacuare din afara școlii.
- ◆ Invață-l pe copil cum să reacționeze în caz de cutremur, pentru că nu știi niciodată când se poate întâmpla și pentru că nu poți fi alături de copilul tău 24 ore din 24
- ◆ Invață-l pe copil că păstrându-și calmul, poate depăși multe situații dificile, inclusiv un cutremur
- ◆ Învață-l să nu părăsească locuința decât atunci când s-a terminat cutremurul și să caute ajutorul unui adult

Pe măsură ce îi dai aceste informații, îi poți arăta locurile cele mai sigure din casă în care se poate adăposti

VĂ MULȚUMIM PENTRU LECTURĂ!



MUNICIPIUL BUCUREȘTI PRIMĂRIA SECTORULUI POLIȚIA LOCALĂ SECTOR 1

1

Telefonul Cetățeanului

021/9540

disponibil 24 ore din 24

SEDIU: Str. Prometeu nr.26, Sector 1

Centrală : 021 / 232.66.35

Fax: 021 / 232.28.87

**BIROUL PREVENIRE SITUAȚII DE
URGENȚĂ**

VĂ RECOMANDĂ

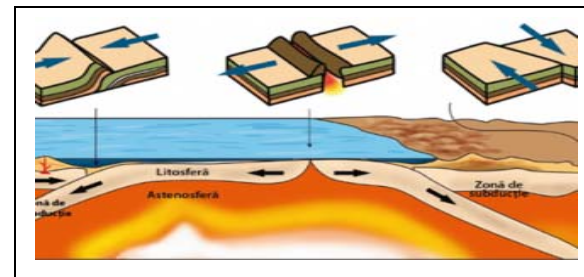
CUM SĂ NE COMPORTĂM ÎN CAZ DE CUTREMUR!!!!



© Can Stock Photo - csp4731135

Ce este cutremurul?

Un cutremur este o clătinare și o vibrație bruscă a suprafeței pământului, cauzată de ruperea și deplasarea unor plăci tectonice. Este o deplasare violentă a rocilor la adâncimi mari, în interiorul pământului creând deplasări subterane sau la suprafața pământului și rezultând vibrații ale pământului ce se transmit la clădiri.



Aceste vibrații sunt mijloacele naturale ale pământului de a se elibera de stres, care este o energie acumulată în interior. Stresul este eliberat sub formă de energie, energia mișcă pământul sub formă de valuri, pe care noi le simțim și le numim cutremur sau seism.

Ce se întâmplă în timpul unui cutremur?

Simțim că se mișcă pământul sub picioare sau că se clatină clădirea în care ne aflăm. Pe timpul cutremurului obiectele pot să se răstoarne sau să alunece, tencuiala din tavan se poate desprinde iar geamurile se pot sparge.

Ce trebuie să facem în caz de cutremur?

În caz de cutremur **respectați trei faze:**

1. **Vă ghemuiți**
2. **Vă protejați capul și gâtul cu mâinile**
3. **Vă țineți bine de ceva**



Se va sta în această poziție până când se oprește cutremurul.



SFATURI pentru copii în timpul cutremurului LA ȘCOALĂ

■ PĂSTRAȚI-VĂ CALMUL, NU INTRAȚI ÎN PANICĂ !

- Aruncați-vă sub o bancă sau lângă ea și protejați-vă capul și gâtul cu mâinile sau caiete, cărți, ghiozdan.
- NU VĂ SPERIAȚI ȘI RĂMÂNEȚI PE LOC, cutremurul durează foarte, foarte puțin
- Nu părăsiți clasa, nu țipați

URMAȚI INSTRUCȚIUNILE ÎNVĂȚĂTORULUI/PROFESORULUI



- Părinții vor veni în cel mai scurt timp după voi
- Stați departe de geamuri și de pereții exteriori
- Nu alergați către ieșire, imbulzeala produce mai multe victime decât cutremurul
- Nu folosiți liftul, nu alergați pe scări (scările se prăbușesc primele) și nu alergați pe stradă
- La ieșirea din clasă, acoperiți capul cu ghiozdanul/cărți, etc. pentru protecție

SFATURI pentru copii în timpul cutremurului ACASĂ

- ✓ Nu sariți pe geam sau de la balcon.
- ✓ Nu fugiți pe scări (se prăbușesc primele) și nu folosiți liftul
- ✓ Stabiliți cu părinții un loc unde să vă adăpostiti, când sunteți singuri acasă
Protejați-vă:
- ✓ Sub o grindă sau toc de ușă solid
- ✓ Sub un birou sau masa care sunt suficient de rezistente spre a vă feri de căderea unor obiecte
- ✓ Locuri bune de stat sunt: un colt al camerei; la colțurile încăperii, la parter, subsol sau pivniță
- ✓ Te poți proteja stând la podea lângă un perete solid de interior sau lângă un obiect mare și solid
- ✓ Te poți rostogoli lângă pat sau sub pat, dar atenție ca acesta să fie destul de solid și să nu fie alte obiecte în preajmă care pot cădea la vibrații
- ✓ Stați departe de geamuri și de pereții exteriori care sunt cei mai vulnerabili, de oglinzi, mobilă înaltă, construită din module, mobila de bucătărie suspendată cu veselă depozitată, biblioteci, tablouri.
- ✓ Dacă ești blocat în pat, acoperă-te cu perne și pățuri.

NU PĂRĂSIȚI ÎNCĂPEREA PÎNĂ NU SUNTEȚI ANUNȚAT.

NU FOLOSIȚI TELEFONUL DECÂT PENTRU APELURI LA SALVARE, POMPIERI, ETC., PENTRU A NU BLOCA CIRCUITELE ACESTORA

SFATURI pentru copii în timpul cutremurului PE STRADĂ

- Îndepărtați-vă de clădiri, stâlpi sau alte obiecte în echilibru precar
- Să nu alergați pe stradă, să va deplasați cu calm spre un loc deschis și sigur
- Dacă vă aflați într-un loc public cu aglomerări de persoane (teatru, mall, biserică, stadion, etc.) nu alergați către ieșire; imbulzeala produce mai multe victime decât cutremurul, să stați calmi și liniștiți

SFATURI pentru personalul didactic în caz de cutremur

- ◆ Asigurați-vă piesele de mobilier grele (fișetele, dulapurile, pupitrele, etc), inclusiv cu încuietori pentru a evita răsturnarea acestora
- ◆ Dosarele, bibliorafturile, cărțile, cutiile pline, nu se așează la înălțime
- ◆ Să știți să utilizați stingătoarele pentru a interveni la un eventual incendiu
- ◆ Aflați unde sunt cele mai apropiate unități sanitare de sediul școlii
- ◆ Să știți locul de adunare/evacuare din curtea unității de învățământ
- ◆ Să știți unde se află dublurile de la cheile ieșirilor de evacuare de urgență, acolo unde sunt închise.
- ◆ Asigurați aparatele/recipientele cu substanțe chimice din laboratoare
- ◆ Să cunoșteți locul de ampalsare a comutatoarelor pentru gaze, apă, electricitate, în vederea întreruperii acestora sau verificării după cutremur
- După cutremur făcută prezența la locul de adunare/evacuare din curtea școlii, în vederea identificării eventualelor persoane care nu s-au putut evacua și trebuie salvate
- Să fiți pregătiți pentru eventualele replici seismice ce pot apărea

