

– Vazhdoni me kujdes kur tërmeti të ndalojë. Evitoni rrugët, urat, viaduktet, tunelet, rampat që mund të jenë të dëmtuara gatë tërmetit, si dhe lokalitetet që janë të evidentuara si të rrezikshme për rrëshqitje të tokës dhe rrëpira.

Çfarë duhet të bëjmë pas tërmetit?

Nëse e gjeni vetën nën rrënim:

- Mos ndizni shkrepës.
- Mos lëvizni.
- Mbuloni gojën me një fashë apo rubë.
- Godisni në një gyp ose mur, për të krijuar zhurmë, që ekipet shpëtimtare mund të ju gjejnë.
- Në qoftë se me vete keni një bilbil, përdoreni. Bërtisni vetëm nëse kjo ju mbetet si opsjon i fundit, sepse duke bërtitur mund të thithni sasi të rrezikshme pluhuri.
- Ruani qetësinë dhe provoni të orientoheni.
- Nëse e gjeni vetën të shtypur nga ndonjë material i lehtë, filloni ta largoni, duke ruajtur fuqinë dhe duke pas kujdes nga objektet e mprehta dhe lëndimet e shtuara.

Në rastet tjera:

- Duhet të jeni gati për lëkundjet tjera. Nëse objekti është i dëmtuar, për shkak të mundësisë të vijë deri tek një lëkundje më e fortë, lëshojeni atë me qetësi, pa panik, dhe në rrallë: nënat me fëmijë, të moshuarit, të sëmurët, personat me invaliditet etj.
- Merrni me vete gjërat më të rëndësishme.
- Në qoftë se ndodheni në një objekt të dëmtuar dhe ndjeni erë gazi ose shihni kabllot e këputura, mos ndizni qirin apo shkrepës, për shkak të rrezikut nga zjarri ose shpërthimi.

– Fikni energjinë elektrike tek çelësi kryesor i ndryshimit, mbyllni ventilin kryesor të gazit dhe të ujit.

– Kontrolloni në qoftë se dikush është i lënduar.

– Mos i lëvizni personat me lëndime të rënda.

– Përdorni telefonin vetëm në qoftë se është e domosdoshme, në mënyrë që mos të ngarkohen lidhjet telefonike.

– Mos përdorni rrugët, sepse ju duhen shpëtimtarëve.

– Evitoni hyrjen në shtëpi/banesë, veçanërisht në raste ku ka dëmtime.

– Pini vetëm ujin e ambalazhuar.

– Mos e pengoni punën e shpëtimtarëve.

– Përcillni udhëzimet e autoriteteve kompetente, dhe silluni sipas tyre.

– Nëse vjen deri tek zjarri, provoni ta fini dhe lajmëroni shërbimin e mbrojtjes dhe të shpëtimt.

– Në qoftë se është e nevojshme dhe nëse keni mundësi, mund të ju bashkohuni me ekipet shpëtimtare që punojnë në rrënimet dhe kyçuni në kërkime dhe ofrim të ndihmës të lënduarve që gjenden nën rrënimet e objekteve.

WHAT TO DO AFTER AN EARTHQUAKE?

vivo
healthcare
Spring Line

<p style="text-align: center;">TURN OFF</p> <p style="font-size: 8px;">water, electricity and gas</p>	<p style="text-align: center;">USE</p> <p style="font-size: 8px;">the stairs</p>	<p style="text-align: center;">DO NOT USE</p> <p style="font-size: 8px;">elevators</p>
<p style="text-align: center;">PUT OUT</p> <p style="font-size: 8px;">any fire</p>	<p style="text-align: center;">LIGHT</p> <p style="font-size: 8px;">with flashlights, not fire</p>	<p style="text-align: center;">DO NOT ENTER</p> <p style="font-size: 8px;">damaged buildings</p>
<p style="text-align: center;">IF YOU ARE TRAPPED</p>	<p style="font-size: 8px;">Cover your mouth and nose; don't shout because you can suffocate in the dust. Hit with an object to show your position.</p> <p style="text-align: center;">INJURED PEOPLE</p>	<p style="font-size: 8px;">Do not move seriously injured people unless they are in imminent danger of being harmed.</p>
<p style="font-size: 8px;">Be alert to the possible aftershocks that might occur</p>	<p style="font-size: 8px;">Do not use the phone unless absolutely necessary</p>	<p style="font-size: 8px;">Pay attention only to information from the authorities</p>



OPŠTINA ULCINJ
KOMUNA E ULQINIT



CRNA GORA
MINISTARSTVO UNUTRAŠNJIH POSLOVA
DIREKTORAT ZA VANREDNE SITUACIJE



OSCE Organization for Security and Co-operation in Europe

EUROPA
INTEGRATION
ÄUSSERES
BUNDEMINISTERIUM
REPUBLIK ÖSTERREICH

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Çfarë duhet të bëjmë para se të ndodhë tërmeti?

Të kontrollohen të gjitha rreziqet e mundshme:

- forconi raftet, ujëngrohësit, llambadarët, pasqyrat dhe tjerat në mure;
- evitoni t'i vendosni dollapët, raftet, pikturat, pasqyrat etj. mbi ato pika ku njerëzit qëndrojnë dhe flinë;
- vendosni materiet e rrezikshme dhe lëndët e djegshme në një vend të sigurt.

Të identifikohen pikat e sigurta brenda dhe jashtë objektit:

- brenda shtëpisë, brenda banesës, brenda shkollës të vendoset një apo më shumë pika të sigurta për strehim në rast të tërmetit, edhe ata sa më larg nga dritaret, sipërfaqet e mëdha qelqi dhe muret ndarëse;
- në zonë të hapur sa më larg nga ndërtesat, pemët, përçuesit telefonik dhe elektrik, urat, tunelet etj.

Në afërsi duhet t'i kemi gati:

- Një dritë dore, transistorë me bateri rezervë, telefonin celular, mjetet për ndihmën e shpejtë, ilaçet, dokumentet identifikuese, aparatin zjarrfikës, një thikë, një thes gjumi etj;
- rezerva të caktuara të ushqimit të konservuar dhe të ujit.

Të zhvillohet edukimi i vazhdueshëm:

- të zgjerojmë njohuritë dhe aftësitë për mbrojtje dhe mënyrat e sjelljes para, gjatë dhe pas tërmetit;
- në shkollë dhe në vendin e punës të informohemi se çfarë është paraparë me planin e mbrojtjes dhe shpëtimit nga tërmeti.



Çfarë duhet të bëjmë gjatë tërmetit?

Në qoftë se gjatë tërmetit gjendeni në një hapësirë të mbyllur:

- Qëndroni të qetë – mos lejoni që të ju kaplojë paniku. Duhet të jeni të vetëdijshëm se disa tërmete janë vetëm lëkundje fillestare dhe se shpejtë mund të vijë deri te lëkundja e radhës, më e fortë.
- Gjeneri strehim në pikat e sigurta në shtëpi, siç janë: hyrja e derës, muret bartëse, vendi poshtë tavolinës, poshtë mobileve të forta, dhe qëndroni aty deri sa të zgjasë lëkundja, ose mbulonit kokën dhe fytyrën me duar dhe strehohuni në një nga këndet e brendshme të dhomës – as se si mos qëndroni në qendër të dhomës.
- Mos tentoni të ikni.
- Largohuni nga qelqi, dritaret, muret dhe dyert e jashtme, dhe çdo gjë që mund të bie mbi ju, siç janë llambadarët ose raftet.
- Nëse ndodhëni në krevat, uluni pranë krevatit dhe mbronit kokën.
- Qëndroni në shtëpi deri sa lëkundja të mbarojë dhe për ju është e sigurt të dilni jashtë (studimet kanë treguar se numri më i madh i lëndimeve ndodhë kur njerëzit provojnë të dalin nga ndërtesa gjatë lëkundjes). Nga ndërtesa përdhese ose nga kati i parë mund të dilni jashtë (por as se si nga dritarja ose tarraca), por kini kujdes të qëndroni larg nga ndërtesa.
- Deri sa tërmeti të zgjasë, shmanguni nga shkallët dhe ashensorët.
- Nëse ndodhëni në një objekt publik (shkolla, ndërmarrja, qendra tregtare, qendra sportive apo supermarket) – qëndroni të qetë dhe mos lejoni të ju kaplojë paniku. Qëndroni larg masës së njerëzve që në panik lëviz drejt daljeve.
- Duhet të jeni të vetëdijshëm se mund të vijë deri tek ndërprerja e energjisë elektrike dhe se alarmet (kundër zjarrit apo ato të tjera) mund të aktivizohen.

Në qoftë se gjatë tërmetit gjendeni në një vend të hapur:

- Largohuni nga ndërtesat, tunelet, shtyllat e ndriçimit publik, shtyllat dhe kabllot elektrike; rreziku më i madh është në afërsi të ndërtesave, në dalje dhe në afërsi të mureve të jashtme.
- Në qoftë se jeni në rrugë kini kujdes nga objektet që mund të ju godasin, siç janë oxhaqet, tjegullat e çatave, qelqi i dritareve etj.
- Mbronit kokën me duar apo me çantë.
- Qëndroni në një vend deri sa të vijnë instruksionet zyrtare.

Në qoftë se gjatë tërmetit gjendeni në një veturë në lëvizje:

- Nëse siguria në trafik këtë ja u lejon, ndaloni veturën dhe qëndroni në makinë.
- Evitoni të ndalni në afërsi të qytetit, pemëve, mbikalesat ose kabllot elektrike.

