



PRIRUČNIK ZA ZAŠTITU OD ZEMLJOTRESA



Sadržaj

I. Pripremne mjere

II. Mjere ublažavanja rizika

Mjere za ublažavanje rizika koje provode nadležne institucije

Mjere za ublažavanje rizika koje se provode na nivou lokalne zajednice

III. Proglašenje vanrednog stanja uslijed zemljotresa

IV. Zakonom definisane i opšte preporuke za akcije spašavanja

V. Sažeti opis akcije spašavanja koju provode stručni timovi

Dolazak na mjesto intervencije

Izviđanje mjesta intervencije

Spašavanje ljudi, životinja i materijalnih dobara

Psihološka podrška

Voda za piće, higijena i sanitacija

Evakuacija i sklonište u vanrednoj situaciji

Spajanje porodica

Napuštanje mjesta događaja

Dodatak I: Šta raditi prije/u toku/nakon zemljotresa – vodič za građane

Dodatak II: Pregled trenutno važećih zakona i podzakonskih propisa u oblasti zaštite od zemljotresa u Federaciji Bosne i Hercegovine

Zemljotres

U smislu ovog priručnika, zemljotres znači iznenadno, brzo podrhtavanje tla koje je obično prouzrokovano pokretanjem tektonskih ploča ispod površine zemlje. Ovo podrhtavanje može dovesti do rušenja zgrada i mostova, prekinuti snabdijevanje plinom, električnom energijom i telefonske linije, pokrenuti klizišta i lavine te prouzrokovati bujične poplave, požare i druge katastrofe.

I. Pripremne mjere

Jedinica lokalne samouprave osigurava sljedeće:

- da je donesena i redovno ažurirana procjena ugroženosti od prirodnih i drugih nesreća i da su njom obuhvaćeni zemljotresi⁵. Poželjno je da procjena sadrži karte opasnosti i karte rizika i da one obuhvataju područja pod rizikom od zemljotresa.
- da je donesen i redovno ažuriran plan zaštite i spašavanja od prirodnih i drugih nesreća i da sadrži dio koji se odnosi na zaštitu od zemljotresa.
- da je organizovano i osigurano funkcionisanje zaštite i spašavanja uključujući potrebne operativne snage, opemu i adekvatno finansiranje što uključuje i:
 - obučene i opremljene odgovarajuće timove za potragu i spašavanje iz ruševina
 - dostupnost teške mehanizacije,
- da su planom zaštite i spašavanja definisane metode spašavanja najranjivijih ljudi, alternativni putevi ili sredstva za evakuaciju ugroženog stanovništva.

⁵ U skladu sa zakonom i podzakonskim propisima iz oblasti zaštite i spašavanja

II. Mjere ublažavanja rizika

Na osnovu procjene rizika/ugroženosti od zemljotresa, jedinica lokalne samouprave osigurava da su utvrđene odgovarajuće mjere za ublažavanje štetnih efekata zemljotresa za područja sklona zemljotresima. U tu svrhu primjenjuju se, između ostalog, i sljedeće mjere:

Mjere za ublažavanje rizika koje provode nadležne institucije:

Podizanje svijesti

- podizanje svijesti među ljudima o mogućim štetnim efektima zemljotresa u područjima sa izraženim rizikom od zemljotresa
- obuka osoba koje su uključene u upravljanje rizikom od katastrofe i odgovor na pojavu zemljotresa
- podizanje svijesti o prednostima primjene građevinskih propisa u toku gradnje zgrada, mostova, itd.

Izbjegavanje

- izbjegavanje gradnje u područjima sa izraženim rizikom, kada je to neophodno
- striktna primjena građevinskih propisa u toku gradnje objekata u područjima sa izraženim rizikom od zemljotresa
- regulisanje privremenih aktivnosti u blizini rasjednih linija
- izmještanje postojećih zgrada i drugih građevina, ako je to moguće
- projektovanje cesta na način da se izbjegnu rasjedne linije (alternativni pravci, mostovi, itd.)

Povećanje otpornosti zgrada i druge infrastrukture

- prilikom projektovanja i izgradnje novih objekata striktno primjenjivati građevinske propise, materijale i tehnike otporne na zemljotres u područjima sklonim zemljotresu (odredba u zakonu o građevinarstvu)
- jačanje otpornosti na zemljotrese postojećih objekata od značaja za kulturno-historijsko nasljeđe

Savjetuje se korištenje "ABCDE pravila" u gradnji otpornoj na zemljotres i za jačanje otpornosti postojećih objekata:

Sidrenje (Anchorage): Voditi računa da je temelj odgovarajući i da je zgrada stabilna.

Ukrućenje (Bracing): Osiguravanje geometrije okvira zgrade tako da se ne deformiše i ne sruši već pri podrhtavanju.

Povezivanje (Connections): Osiguravanje da su zidovi dobro povezani s drugim zidovima i krovom i da su poprečne grede dobro povezane sa stupovima kako se građevinski elementi ne bi razdvojili uslijed podrhtavanja.

Duktilnost i detaljnost (Ductility and detailing): Očuvanje fleksibilnosti konstrukcije i postavljanje zaštitnih obloga kako prilikom podrhtavanja ne bi došlo do pucanja.

Zaštita okoliša (Environmental protection): Sigurnost u pogledu direktnih karakteristika okoliša, kao što su tvrda ili meka tla, padine, susjedne zgrade, drveće, itd.

Stare autohtone zgrade mogu biti dragocjen izvor inspiracije: one su izdržale brojne prirodne katastrofe, obično zahvaljujući sličnim principima (fleksibilnost, postavljanje zaštitnih obloga, pokretan materijal, dobra usidrenost, povezivanje i ukrućenje dijelova zgrade, itd.).

Mjere za ublažavanje rizika koje se provode na nivou jedinice lokalne samouprave

- Podizanje svijesti stanovništva o prepoznavanju znakova zemljotresa, o mjerama za ublažavanje rizika i o tome šta treba raditi prije, u toku trajanja i nakon zemljotresa – za detalje vidi Dodatak.

"Ljude ne ubija zemljotres, nego zgrade."

Charles Richter,
izumitelj Richterove skale za mjerenje jačine zemljotresa.

III. Proglašavanje stanja prirodne nesreće uslijed zemljotresa

- Za razliku od drugih prirodnih katastrofa, zemljotres se još uvijek ne može predvidjeti.⁶ Stoga, prije samog događaja nije moguće izdati upozorenje.
 - Odmah nakon zemljotresa entitetski hidrometeorološki zavodi objavljuju informacije o jačini, kao i o lokaciji i dubini epicentra. Informacije su dostupne javnosti na internet stranicama entitetskih hidrometeoroloških zavoda.
 - Ukoliko osoba primijeti neke znakove zemljotresa (vidi Dodatak) ili štetne efekte zemljotresa, ona je dužna o tome odmah obavijestiti najbliži operativni centar civilne zaštite pozivom na broj 121, stanicu policije 122 ili vatrogasce 123.
 - Operater je obavezan prikupiti sljedeće informacije od pozivaoca:
 - ime i prezime osobe koja je dojavila događaj i broj telefona te osobe,
 - područje koje je zahvaćeno zemljotresom,
 - detaljne informacije o događaju koje su potrebne pripadnicima tima za spašavanje (naprimjer, da li su ljudi i životinje povrijeđeni ili ugroženi, koliko ljudi i životinja, da li je infrastruktura oštećena, koja vrsta infrastrukture, itd.),
 - najpodesnija ruta do mjesta događaja (ako nije jasno iz adrese i/ili ako je cesta koja se najčešće koristi do tog mjesta blokirana), i
 - kao mjeru opreza, operater će uputiti pozivaoca da odmah odstupi od bilo koje izgrađene konstrukcije i od pozivaoca zatražiti da na isti način uputi i druge osobe u zajednici.
- Operater mora evidentirati i odmah obraditi dojavu i, ako je potrebno⁷, obavijestiti neposrednog rukovodioca.
- Po dojavu, služba civilne zaštite jedinice lokalne samouprave u saradnji sa jedinicom za spašavanje iz ruševina (ukoliko postoji):
 - radi procjenu stanja na osnovu dobijenih informacija,
 - informiše gradonačelnika/načelnika,i na osnovu procjene stanja i u skladu sa Planom zaštite i spašavanja, obavještava i upozorava lokalno stanovništvo, te, ukoliko je potrebno, što hitnije upućuje najbližu vatrogasnu jedinicu, hitnu pomoć, službe crvenog krsta/križa i pripadnike svih struktura civilne zaštite da odmah krenu prema mjestu zemljotresa, a načelnik/gradonačelnik ili druga ovlaštena osoba odlučuje da li je potrebno aktivirati štab civilne zaštite i proglasiti stanje prirodne nesreće zbog zemljotresa.

⁶ Seizmologija je znatno uznapredovala i naučnici su uistinu u stanju odrediti vjerovatne epicentre zemljotresa. Međutim, još uvijek nisu u stanju predvidjeti u koje vrijeme će se desiti katastrofa.

⁷ U skladu sa podzakonskim propisima kojima su definisani rad i funkcionisanje operativnog centra civilne zaštite

IV. Zakonom definisane i opšte preporuke za akcije spašavanja

- Nakon procjene stanja potrebno je da jedinica lokalne samouprave organizuje odgovor na zemljotres u skladu s Planom zaštite i spašavanja.
- Ukoliko je za odgovor potrebno angažovati jedinice za spašavanje bitno je osigurati da su angažovane jedinice obučene i opremljene da mogu odgovoriti zadatku potrage i spašavanja ljudi iz ruševina.
- Jedinice za spašavanje, njihov sastav, oprema i način djelovanja, trebaju biti definisani Planom zaštite i spašavanja
- Ukoliko jedinica lokalne samouprave ne posjeduje dovoljne kapacitete gradonačelnik/načelnik može tražiti pomoć susjednih lokalnih zajednica, a ukoliko ni tad nije moguće odgovoriti na katastrofu izazvanu zemljotresom pomoć se prema principu supsidijarnosti treba zatražiti od viših nivoa vlasti.

V. Sažeti opis akcije spašavanja koju provode stručni timovi

Akcije spašavanja provede obučene i opremljene jedinice za spašavanje koje su upoznate sa svim detaljima i pravilima spašavanja iz ruševina. Ovaj opis je samo sažetak koji predstavlja neke osnovne informacije o načinu njihovog djelovanja.

Dolazak na mjesto intervencije

- Timom za spašavanje rukovodi vođa tima koji po izlasku tima za spašavanje:
 - raspoložbe svim potrebnim informacijama i dokumentacijom,
 - vodi računa o tome da svi pripadnici tima imaju odgovarajuću spasilačku opremu,
 - obavijesti operatera u operativnom centru civilne zaštite o svom odlasku na intervenciju.
- Po dolasku na mjesto intervencije, vođa tima kontaktira operatera i potvrđuje mjesto događaja, razmjere događaja i, ukoliko je potrebno, traži dodatne snage i sredstva.
- Vozilo/vozila moraju biti parkirana tako da:
 - nisu ugroženi građevinom koja se može srušiti uslijed naknadnog potresa,
 - pristup drugim interventnim jedinicama i opremi mjestu intervencije nije blokiran, i
 - omogućuje brzo povlačenje u slučaju vanredne situacije.
- Potrebno je sve prepreke na cesti jasno označiti kao prijetnju sigurnosti na cesti.

Izviđanje mjesta intervencije

- Izviđanje se provodi odmah po dolasku na mjesto intervencije i nastavlja u kontinuitetu do završetka intervencije.
- Cilj izviđanja je utvrditi:
 - da li ima povrijeđenih ljudi kojima je potrebna pomoć,
 - da li ima preživjelih koji su zatrpani u ruševinama,
 - da li ima ranjivih osoba koje su u opasnosti,
 - da li ima životinja zatrpanih u ruševinama,
 - stepen ugroženosti i stabilnost konstrukcije zgrada,
 - da li postoji prijetnja od sekundarnih opasnosti (klizišta, požari, poplave, itd.).

- Spasioci istovremeno procjenjuju moguće štetne efekte gore spomenutih sekundarnih opasnosti, kao i moguće naknadne potrese.
- Vođa interventnog tima predvodi izviđanje, procjenjuje situaciju i organizuje raspoređivanje svog ljudstva.
- Izviđanje uvijek provodi tim koji se sastoji od najmanje dva spasioca. Preporučeni sastav tima je 5 osoba⁸ i to: 1 građevinski inženjer, 1 osoba osposobljena za radio-loško-hemijsku, biološku i nuklearnu zaštitu, 2 spasioca i 1 medicinar.
- U toku izviđanja, spasioci su u neprekidnom kontaktu s vođom tima, kao i u međusobnom kontaktu (putem ručnih radio stanica, radija, itd.) i ruta povratka je osigurana.
- Ukoliko se u toku izviđanja uoče ugrožene osobe, tim za izviđanje odmah započinje i akciju spašavanja,
- Prije intervencije, u mjeri u kojoj je to moguće s obzirom na vremenska ograničenja, tim za izviđanje se upoznaje s dokumentacijom vezanom za dato područje (rasporedom kuća u području koje je pogođeno zemljotresom, itd.),
- Tehnička sredstva na izviđanje na daljinu, kao što su dron, helikopter, satelitsko snimanje, itd. će se koristiti u svrhu izviđanja kada je to moguće,
- Preostali spasioci će biti na odstojanju od zgrada i biće spremni preuzeti akciju spašavanja pripadnika tima za izviđanje u slučaju da budu zatrpani uslijed naknadnih potresa.

Spašavanje ljudi, životinja i materijalnih dobara

- Akciji spašavanja ljudi se daje prednost u odnosu na akciju spašavanja životinja kojoj se daje prednost u odnosu na spašavanje materijalnih dobara.
- Vođa tima određuje lokaciju na koju će se dopremiti tijela poginulih osoba i na kojoj će tijela biti identifikovana i evidentirana⁹, u koordinaciji sa štabom civilne zaštite/za vanredne situacije lokalne zajednice

- Vođa tima određuje sabirnu lokaciju na koju će spašeni ljudi biti dovedeni, gdje će biti evidentirani i gdje će im, ukoliko je potrebno, biti pružena dodatna pomoć, u koordinaciji sa štabom civilne zaštite/za vanredne situacije lokalne zajednice. Spasioci će im pružiti prvu pomoć do dolaska medicinskog tima.
- Timovi za potragu i spašavanje sa psima tragačima igraju značajnu ulogu u početnoj fazi akcije spašavanja.
- Vođa tima u akcijama spašavanja životinja treba koristiti pomoć veterinarske službe, ukoliko je to moguće.
- Prilikom izvođenja akcija spašavanja, spasioci će uvijek imati na umu moguće sekundarne opasnosti koje mogu biti prouzrokovane zemljotresom, kao i moguće naknadne potrebe.
- Ako je konstrukcijska stabilnost kuća znatno poremećena, vođa tima mora zabraniti ulazak u te kuće.
- Vođa tima može tražiti od lokalne zajednice projekte oštećenih objekata i po potrebi od komunalnih preduzeća da:
 - zatvore vodovodne cijevi (ako iz njih curi voda),
 - zatvore plinske cijevi koje su pukle ili su ugrožene,
 - isključe prekinute ili ugrožene električne vodove i
 - provjere i, ako je potrebno, očiste pristupni put/ puteve.

Psihološka podrška

- Stručno osoblje će u tijesnoj koordinaciji s lokalnim učesnicima i crvenim krstom/križom pružati psihološku podršku pogođenima od samog početka akcije spašavanja. Iznenadna pojava zemljotresa i visoka stopa smrtnosti mogu dovesti do razdvajanja porodica i imati teške posljedice po mentalno zdravlje i psihološku dobrobit preživjelih.

Voda za piće, higijena i sanitacija

- Zemljotres i sekundarne opasnosti će vjerovatno imati štetne efekte po izvore vode za piće, skladištenje vode, sisteme distribucije vode, kao i po higijenske i sanitarne uvjete.
- U rješavanju ovog pitanja, službe lokalne zajednice će angažovati pripadnike zajednice i volontere. Timovi

trebaju biti sastavljeni od osoba s adekvatnom tehničkom stručnošću i osoba koje imaju iskustvo u mobilisanju i organizovanju lokalne zajednice.

Evakuacija i sklonište u vanrednoj situaciji

- Vjerovatno će kuće mnogih porodica biti srušene ili znatno oštećene. Nakon zemljotresa, ljudi obično više vole da se vrate u svoje kuće što je prije moguće ili da barem budu blizu svojih oštećenih kuća (kako bi tragali za preživjelima, počeli s popravkom, spasili imovinu, itd.).
- Civilna zaštita/štab će im, u saradnji s humanitarnim organizacijama, ponuditi razne opcije:
 - podići šatorsko naselje u blizini područja na kojem je nastala šteta,
 - osigurati materijal, stručnost i volontere koji će pomoći ljudima da poprave svoje kuće (gdje je to moguće),
 - pružiti podršku smještaju u porodice,
 - prevoz do najbližeg centra za evakuaciju, itd.

Spajanje porodica

- Zbog iznenadne pojave zemljotresa i zemljotresom uništenih komunikacijskih mreža, ljudi mogu izgubiti kontakt sa svojim porodicama i rodbinom. Ljudi mogu biti evakuisani ili odvedeni u bolnicu bez mogućnosti da o tome obavijeste porodicu. To može stvoriti nesigurnost i imati teške posljedice po dobrobit preživjelih, njihove porodice i rodbinu.
- Civilna zaštita/crveni krst/križ/štab će pomoći ljudima da uspostave kontakt sa svojim porodicama.

Napuštanje mjesta događaja

- Nakon što su ljudi/životinje/imovina spašeni i adekvatne mjere preduzete da bi se spriječile nove žrtve u slučaju naknadnih potresa/sekundarnih opasnosti, može se odlučiti o završetku intervencije.
- Prije napuštanja mjesta, potrebno je provesti mjere koje su neophodne za ublažavanje rizika u slučaju sekundarnih opasnosti ili naknadnih zemljotresa, kao što su:
 - obavještanje lokalnog stanovništva o štetnim efektima mogućih naknadnih zemljotresa i sekundarnih opasnosti,
 - ostavljanje jednog ili više spasilaca na mjestu događaja na određeno vrijeme,
 - pregled kuća pogođenih zemljotresom od strane nadležnih institucija (konstrukcijska stabilnost, pukotine, itd.) prije nego što se ljudima dozvoli povratak u kuće, itd.

8 Ukoliko je izvodivo u skladu sa procjenom kapaciteta

9 Jedna od posebnih karakteristika zemljotresa je visoka stopa smrtnosti i visok udio povreda koje nisu smrtonosne, koje su prouzrokovane padom predmeta ili debrisa.

Dodatak I:

Šta raditi prije/u toku/nakon zemljotresa – vodič za građane

I. KAKO PREPOZNATI ZEMLJOTRES

Mali i umjereni zemljotresi

- Mogu trajati svega nekoliko sekundi i ne predstavljaju nikakav rizik od vanredne situacije.
- Lusteri se mogu pomjerati i kućni predmeti mogu zveckati.
- U čaši/šerpama/bazenu se može pomjerati voda.
- Pod nogama možete osjetiti lagano podrhtavanje.
- Nakon podrhtavanja možete čuti snažan udarac.

Snažni zemljotresi

- Mogu trajati do nekoliko minuta i prouzrokovati veliku katastrofu (posebno ako je jačina zemljotresa velika, ako je epicentar u blizini gusto naseljenog mjesta i ako je epicentar blizu zemljine površine).
- Zemlja ili pod se vjerovatno pomiču, čak u znatnoj mjeri.
- Pomiče se voda u čašama/šerpama/bazenima.
- Vjerovatno ćete imati osjećaj da se tresete, a nakon toga da se kotrljate, kao da ste u moru.
- Možete vidjeti zgrade kako se njišu ili čuti tresak.
- Možete imati vrtoglavicu i možda se nećete moći kretati dok traje zemljotres.
- Ako živite u zgradi s više spratova ili u neboderu, možete u većoj mjeri osjetiti ljuljanje, a manje podrhtavanje nego što ljudi osjete u manjim, nižim zgradama. Niži spratovi će se tresti brže, kao i stanovi. Na višim spratovima će kretanje biti sporije, ali će se zgrada micati s jedne strane na drugu.

- Namještaj i nepričvršćeni predmeti mogu pasti ili se klizati po podu i preletjeti kroz prostoriju.
- Nepričvršćeni lusteri i lampe i stropni paneli mogu pasti.
- Prozori mogu biti polomljeni.
- Protivpožarni alarmi i sistemi prskalice se mogu aktivirati.
- Može doći do prekida snabdijevanja električnom energijom.

II. PRIJE ZEMLJOTRESA (MJERE PREDOSTROŽNOSTI)¹⁰

- Ne preporučuje se kupovina kuće/zemljišta za gradnju kuće na području sklonom zemljotresu.¹¹
- Saznajte da li je u određenom području zemljotres prouzrokovao veće štete (stariji stanovnici bi mogli znati).
- Sa ostalim članovima porodice napravite plan za vanredne situacije kako bi svi znali šta trebaju raditi i gdje trebaju ići u slučaju vanredne situacije.¹²
- Jasno označite «upaljeno-ugašeno» na slavinama, električnim aparatima i ventilima na plinskoj instalaciji.
- Naučite sve članove porodice gdje se i kako pušta voda, pale struja i plin.
- Pripremite paket potrepština za vanredne situacije koje će vama i vašoj porodici biti dovoljne za period od 72 sata¹³.
- Prođite kroz kuću/stan i zamislite šta bi se moglo desiti u slučaju zemljotresa i uklonite/osigurajte nepričvršćene i eventualno opasne predmete.
- Pričvrstite namještaj i glavne aparate (naprimjer, frižidere) za zid.

- Pričvrstite skupu i tešku elektroniku.
- Držite teške predmete na nižim policama.
- Osigurajte skupe ili lomljive ukrase čiji bi lom predstavljao znatan gubitak.
- Pričvrstite ogledala, slike i druge predmete koji vise kako ne bi pali sa držača.
- Krevete postavite dalje od prozora, ako je to moguće.
- Nemojte postavljati teške slike i druge predmete iznad kreveta.
- Navučene zavjese, zastori i rolete će pomoći da polomljena prozorska stakla ne padaju u unutrašnjost prostorija.
- Pod TV aparate, kompjutere i druge manje uređaje postavite uloške protiv klizanja ili ih pričvrstite na stabilnu podlogu.
- Hemikalije koje se koriste u domaćinstvu držite na mjestu na kojem se neće lako prosuti.
- Osigurajte predmete u garaži kako biste smanjili izlivanje opasnih materija na vozila i oštećenje vozila.
- Za škole u područjima sklonim zemljotresu: učenici trebaju držati torbe izvan učionice kako im torbe ne bi predstavljale prepreku prilikom prolaza kroz izlaz za vanredne situacije.

10 Ako niste sigurni da li ste preduzeli odgovarajuće mjere predostrožnosti, zamolite eksperta da obavi pregled

11 Konsultirajte Sistem analize rizika od katastrofa (DRAS) na <https://dras.undp.ba/> ili relevantne institucije u vašoj jedinici lokalne samouprave

12 Počnite razgovorom o onome što bi se moglo desiti i šta biste trebali uraditi u kući, u školi ili na poslu ako se dogodi zemljotres. Da biste bili spremni, napravite listu stvari koje je potrebno unaprijed uraditi.

13 Najmanje dva litra vode po osobi dnevno, hrana koju ne treba držati u frižideru niti kuhati (konzervirana hrana, energetske pločice, suha hrana, itd.), otvarač za konzerve, baterijska lampa (+rezervne baterije), paket prve pomoći, lijekovi, rezervni ključevi od automobila i kuće. Vodite računa da je paket lak za nošenje, naprimjer, u ruksaku, i držite ga na dohvata ruke, na pristupačnom mjestu. Vodite računa o tome da svi u kući znaju gdje se paket sa osnovnim potrebštinama u vanrednoj situaciji nalazi.

III. U TOKU ZEMLJOTRESA

Ako se nalazite u zatvorenom prostoru

- **«Ležite na pod, pokrijte glavu i držite se»:**
- **Ležite** ispod teškog komada namještaja kao što su stol, radni stol, krevet ili bilo koji drugi čvrsti komad namještaja.
- **Pokrijte** glavu i tijelo kako biste se zaštitili od predmeta koji padaju.
- **Držite se** za predmet dok podrhtavanje ne prestane.
- Ako ne možete leći ispod čvrstog komada namještaja, ravno se ispružite na pod ili se skupite uz unutrašnji zid i zaštitite glavu i vrat rukama.
- Odmaknite se od prozora i polica s teškim predmetima.
- Ako ste u školi, ležite pod stol i tu ostanite. Lice vam treba biti okrenuto od prozora.
- Napustite zgradu čim prestane podrhtavanje (naknadni zemljotresi su mogući ubrzo nakon prvog zemljotresa).
- Pomozite drugima da se evakušu (ako im je potrebna pomoć).

Ako se nalazite na otvorenom

- Ostanite na otvorenom (mogući su naknadni potresi).
- Otiđite na otvoren prostor koji je udaljen od zgrada, izbjegavajte vanjske zidove.

Ako se nalazite u vozilu

- Zaustavite se na sigurnom i ostanite u vozilu.
- Oslobodite cestu za vozila za spašavanje i interventna vozila.
- Izbjegavajte mostove, nadvožnjake, podvožnjake, zgrade, zidove i sve drugo što bi se moglo srušiti.
- Pratite radio u vozilu radi instrukcija.
- Ne pokušavajte izaći iz vozila ako se preko vozila nalaze srušeni električni vodovi. Čekajte na akciju spašavanja.

Nastojte izbjegavati sljedeće u toku trajanja zemljotresa:

- Prozore, police s knjigama i visok namještaj.
- Liftove. Ako se u toku zemljotresa nalazite u liftu, izađite iz lifta što je prije moguće.
- Srušene dalekovode.

IV. NAKON ZEMLJOTRESA

- Ostanite mirni.
- Nemojte predugo koristiti mobilni telefon (mreža može pasti, što bi ometalo koordinaciju spasilaca).
- Budite spremni za naknadne potrese i sekundarne opasnosti.
- Ostanite na otvorenom sve dok vam drugačije instrukcije ne izda i štab civilne zaštite u vašoj jedinici lokalne samouprave
- Provjerite da li ima povrijeđenih i zatrpanih osoba u vašem susjedstvu.
- Pružite pomoć najranjivijim ljudima (osobama s invaliditetom, osobama starije životne dobi, dojenčadi, itd.).
- Usmjerite pripadnike spasilačkih timova na mjesta na kojima su ljudi možda zatrpani.
- Pazite na pukotine na kolovozu, na komade stijena na cesti, oborene dalekovode, itd.
- Držite se na udaljenosti od srušenih dalekovoda.
- Ako je vašu kuću pogodio zemljotres, provjerite koliko je sigurna prije nego što u nju uđete (stabilnost konstrukcije, pukotine, itd.).
- Ako sumnjate, nemojte ulaziti u zgradu sve dok je ne pregleda nadležna organ.
- Ako se morate evakuisati, ponesite sa sobom vaš paket potreština za vanredne situacije i druge osnovne potreštine. Na vidnom mjestu ostavite poruku u kojoj piše gdje vas mogu naći. Svoje kućne ljubimce odvedite u sklonište koje prihvata kućne ljubimce.
- Obratite pažnju na požarne opasnosti (naprimjer, oštećeni plinovodi, poplavljena strujna kola, itd.).
- Ako sumnjate, nemojte uključivati struju sve dok električar ne pregleda sistem.
- Nemojte koristiti kamin ako je dimnjak mogao biti oštećen jer može izbiti požar ili plinovi mogu biti ispušteni – neka sve to pregleda stručno lice.
- Ako nakon zemljotresa još uvijek ima vode u slavinama, napunite kadu ili kanister vodom u slučaju da dođe do obustave vodosnabdijevanja.
- Ne puštajte vodu u toaletu ako sumnjate da su pukle kanalizacione cijevi.
- Slikajte oštećenja na kući i na pokretnoj imovini za potrebe podnošenja zahtjeva za odštetu od osiguranja.
- Pokušajte ostati izvan kuće, barem prvu noć (spavajte negdje drugdje ili na otvorenom).
- Nosite nepropusnu, čvrstu obuću, zaštitnu odjeću i rukavice prilikom čišćenja kako biste spriječili povređivanje od debrisa, posebno od polomljenog stakla.
- Prije izvođenja radova na opravci, razgovarajte sa stručnim licem o načinima na koje možete spriječiti ili ublažiti učinak zemljotresa.
- Prilikom rada na sanaciji štete, preduzmite adekvatne mjere zaštite vaše imovine od mogućeg zemljotresa ubuduće.

Dodatak II:

Pregled trenutno važećih zakona i podzakonskih propisa u oblasti zaštite od zemljotresa u Federaciji Bosne i Hercegovine

- Zakon o zaštiti i spašavanju ljudi i materijalnih dobara od prirodnih i drugih nesreća (Službene novine Federacije BiH, br. 39/03, 22/06 i 43/10)
- Pravilnik o načinu rada i funkcioniranja štabova i povjerenika civilne zaštite (Službene novine Federacije BiH br. 77/06, 5/07 i 32/14)