

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)