

Priručnik

Priprema za odgovor na prirodne
i druge nesreće sa postupcima
pružanja prve pomoći



Tuzla, 2021.

Miralem Mulać, Vildana Demirović, Sead Hasić



PRIRUČNIK

Priprema za odgovor na prirodne
i druge nesreće sa postupcima
pružanja prve pomoći

Tuzla, 2021.

Izdavač:
Crveni križ/krst grada Tuzla

Za izdavača:
Profesor dr.med.sc. Ervin Alibegović, predsjednik

Autori:
Dr.sc. Miralem Mulać, dipl. ing.geologije
Vildana Demirović, inženjer tehnologije
Sead Hasić, dipl.soc. radnik

Tehnička priprema i ilustracije:
Vildana Demirović, inženjer tehnologije

Urednik:
Sead Hasić, dipl.soc. radnik, sekretar

Štampa:
OFF-SET d.o.o. Tuzla

Za štampariju:
Sadika Murić

Tiraž: 3.000 primjeraka

CIP - Katalogizacija u publikaciji
Nacionalna i univerzitetska biblioteka Bosne i Hercegovine, Sarajevo

614.88:614.81/.84(035)

MULAĆ, Miralem

Priprema za odgovor na prirodne i druge nesreće sa postupcima pružanja
prve pomoći : priručnik / Miralem Mulać, Vildana Demirović, Sead Hasić. -
Tuzla : Crveni križ/krst grada Tuzla, 2021. - 44 str. : ilustr. ; 17 cm

ISBN 978-9958-9367-8-4

1. Demirović, Vildana 2. Hasić, Sead

COBISS.BH-ID 45621766

POŽAR

Požar je realna opasnost u kojoj pored materijalne imovine možete izgubiti život! Nemojte dozvoliti da vam se dogodi, obezbjedite se na vrijeme!

- Ukoliko primjetite požar ili osjetite miris dima u vašem stanu , kući ili zgradi, pozovite vatrogasnu službu i nikada nemojte pretpostavljati da je neko to već učinio.
- Neugašeni opušak cigarete nikada nemojte bacati kroz prozor ili sa terase, jer će u većini slučajeva završiti u sobi ili terasi u nekom od stanova ispod vašeg i izazvati požar.

Preventivne mjere:

- Iz garaža, podruma i tavana, uklonite sve uskladištene zapaljive tvari, poput starih časopisa, kutija od farbi i razrjeđivača;
- Protivpožarna stepeništa i prolaze redovno čistite i obavezno održavajte prohodnim, jer to vam je najčešće jedini bezbjedni put i način da sačuvate svoj život i život vaše porodice.
- Prekontrolišite vašu vatrogasnu opremu: protivpožarne aparate, crijeva, hidrante i održavajte ih u ispravnom stanju.
- Naučite da pravilno koristite (aktivirate) protivpožarni aparat i podučite svoje ukućane,

jer u slučaju požara nećete imati vremena da pročitate uputstvo za upotrebu na naljepnici aparata.

- Naučite djecu da u slučaju požara pozovu vatrogasnu jedinicu na broj 123.

KAKO IH SPRIJEČITI?

Jako je važno da poštujete slijedeća pravila:

- Ne ostavljajte šporet uključen bez nadzora;
- Držite upaljače i šibice dalje od djece;
- Nemojte koristiti grijanja na plin ili otvoren plamen, u prostorijama sa slabom ventilacijom.



UKOLIKO UOČITE POŽAR POZOVITE TELEFON **123**



Uputstvo za ponašanje u slučaju požara

Ako u toku noći primjetite požar, a nemate alarm za slučaj opasnosti, izađite na prozor ili u hodnik i vičite „Požar”, kako bi probudili ukućane i komšije.

- Pozovite broj 123, dajući konkretne podatke o lokaciji požara: adresu, sprat i broj stana.
- Ukoliko je požar zahvatio samo jednu prostoriju vašeg stana, zatvorite vrata te prostorije i isključite električnu energiju. Pozovite vatrogasce i evakuišite ukućane, a ako je požar manjeg obima, pokušajte ga ugasiti.
- Ako je požar većeg obima, napustite stan zatvarajući sva vrata za sobom. U suprotnom će se, zbog dotoka svježeg vazduha, požar brzo proširiti na cijeli stan.

- Prilikom evakuacije važno je da se svi ukućani okupe u istoj prostoriji, jer postoji mogućnost da se djeca iz straha sakriju. Tek kada su svi na broju, krenite ka izlazu.
- Spremite se za susret sa gustim dimom i vrelinom, ako imate vremena, obujte cipele sa debljim đonom, obucite kaput i vežite krpe i peškire natopljene vodom preko nosa i usta.
- Nikada ne koristite lift zato što se u toku požara oslobađa gust dim koji sadrži mnoga otrovna isparenja koja brzo ispune okno i kabinu lifta, što prouzrokuje sigurnu smrt od gušenja za sve koji se tu nalaze.

Upamtite! Nemojte koristiti vodu:

- da biste ugasili požar na električnim instalacijama i aparatima – možete biti izloženi strujnom udaru;
- da biste ugasili požar izazvan benzinom ili uljem, jer ove supstance plutaju na površini vode i mogu da izazovu širenje požara.



POPLAVE

Poplave su česte elementarne nepogode koje mogu biti lokalnih razmjera – ukoliko pogađaju naselje ili manje zajednice, ili velikih razmjera – ukoliko pogađaju čitave slivove rijeka i veći broj općina/ gradova.

Vrijeme razvijanja poplava varira od slučaja do slučaja. Poplave u ravničarskim krajevima se razvijaju polako, po nekoliko dana, za razliku od bujičnih poplava koje se razvijaju brzo, nekad i bez vidljivih znakova. Ovakve poplave formiraju opasan i destruktivan plavni talas, koji sa sobom nosi mulj, kamenje, granje i otpad.

Pratite informacije preko radija, televizije i putem interneta. Budite svjesni da su bujične poplave moguće. Ukoliko postoji rizik, odmah pređite na više spratove kuće. Ne čekajte instrukcije da biste to uradili.

- Držite se dalje od električnih kablova.
- Izbjegavajte oblasti koje su poznate po klizištima i odronima.
- Ne ometajte spasilačke ekipe u njihovom radu.



Osnovne informacije o vodotocima na području grada Tuzle

Poplavama na području grada Tuzle ugrožena su: inudacione površine rijeke Jale i Soline u zonama gdje nije izvršena regulacija korita, kao i Grabovog i Divičkog potoka u Slavinovićima, Mramorskog, Dobrnjskog potoka i Joševičke rijeke, Moluške rijeke i rijeke Kovačice. Naselja koja gravitiraju ovim vodotocima su: Gornja Tuzla, Kovačevo Selo, Simin Han, Slavinovići, Grabovica, Solina, Lipnica, Gornja Lipnica, Srednja Lipnica, Bukinje, Mihatovići, Mramor, Avdibašići, Dragunja i pojedini dijelovi gradskog područja. Kako je poznato nalazimo se u fazi globalnog zagrijavanja planete Zemlje i u narednom periodu očekuju se značajnije promjene klimatskih karakteristika i na području grada Tuzle, odnosno tzv. temperaturne inverzije, gdje se mogu očekivati pojave dužih sušnih perioda, te nagle i intenzivne padavine sa čestim plavljenjem terena pri visokom vodostaju i pojave bujičnih voda.

Generalno razlikuje se dvije vrste poplava nastale kao posljedica intezivnih padavina, tako da se izdvajaju pojave plavljenja terena usljed uticaja dugotrajnih i intezivnih padavina koje su nastale zbog višednevnog djelovanja većeg ciklona (tada obično poplavama bude zahvećeno više gradova, regija, država). Druga vrsta poplava nastaje pod uticajem veoma intezivnih

ali kratkotrajnih padavina (za sat vremena ili kraće padne velika količina kiše) kada nastaju bujične poplave, a koje imaju lokalni karakter (obično ugrožena jedna lokalna zajednicu ili njezini manji dijelovi). Značajnije poplave na području grada Tuzle, bile su 2001., 2010., i 2014. godine i vezane su za uticaje ciklona kada je bila zahvaćena kompletna teritorija grada i šira regija, dok su pojedini dijelovi grada poplavljeni zbog kratkotrajnih ali intezivnih lokalnih padavina (bujično plavljenje terena) koje su se dogodile 2005., 2018., i 2019. godine.

Uočene ne adekvatne aktivnosti građana u priobalnom pojasu vodotoka

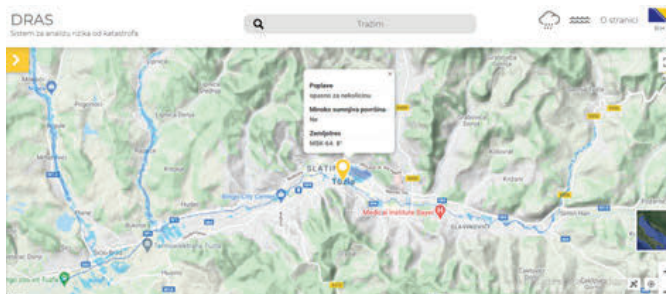
Građani nelegalno grade razičite objekte u plavnim zonama, zatim postavljaju različite građevinske barijere na obalama bujičnih vodotoka, izgrađuju nelegalne mostovne prelaze, neprilagođeno zacjevljenje vodotoka, mijenjaju prirodni tok vodotoka, čime mijenjaju i pravac djelovanja matice vodotoka, sužavaju proticajne profile vodotoka, bacaju različiti organski i neorganski otpad, odlažu građevinski šut i nasip u vodotoke i odvodne kanale.

Aktivnosti na smanjenju rizika od pojave poplava

Grad Tuzla, odnosno Služba civilne zaštite ima urađen Plan zaštite ljudi i materijalnih dobra od

prirodnih i drugih nesreća- segment poplave (dio IV-2) u kojem su definisane mjere zaštite i spašavanja u fazi: preventive, spašavanja i otklanjanja posljedica (operativni dokument na 62 stranice). U slučaju poplava na području grada Tuzle provode se generalno sljedeće mjere zaštite i spašavanja: Zaštita na vodi i pod vodom, evakuacija ljudi materijalnih dobara, zbrinjavanje ugroženih i stradalih, prva pomoć, medicinska pomoć i asanacija terena.

Grad Tuzla je uključen u online platformu Sistem za analizu rizika od katastrofa—DRAS. Razvojni projekat Ujedinjenih nacija BiH (UNDP BiH) uz podršku Vlade Republike Turske, razvio je „Sistem za analizu rizika od katastrofa“ (DRAS), namijenjen pružanju ažuriranih informacija o izloženosti prirodnim katastrofama poplavama i klizištima.



Šta raditi prije, u toku i nakon poplava ?

Budite odgovorni. Ne bacajte smeće u rijeke, potoke, odvodne kanale. Ukoliko uočite otpad u vodotocima prijavite nadležnim inspekcijama kako bi se pokrenula aktivnost na blagovremenom uklanjanju otpada. Nemojte bez odobrenja graditi stambene i pomoćne objekte u blizini vodotoka, kao i graditi neprilagođene mostovne prilaze, zacjevljivati pojedine odvodne kanale i manje potoke i sl. Ne pregrađujte vodotoke samoincijativno niti mjenjajte smjer kretanja vodotoka. Provjerajte da odvodi u blizini vaših kuća nisu začepljeni. Nemojte pokrivati niti začepljivati šahtove, propuste koji u naseljima odvođe atmosfersku vodu. Imajte spremne osnovne stvari za evakuaciju i odgovarajuću opremu za sprečavanje prodora vode u objekte. Napravite svoj lični plan kojim putem se možete najjednostavnije evakuirati na sigurno. Ako se nalazite u rizičnoj zoni osigurajte svoje objekte i ostala materijalna dobra od poplava kod osiguravajućih kuća. Po mogućnosti, pripremite vreće sa pijeskom koje u slučaju nailaska poplave možete staviti na ulaz i zatvorite sva mjesta na kući kroz koja može da uđe voda. Poplave se mogu dogoditi svuda. Čak i vrlo mali potoci, riječice, kanali za odvod ili kišni kanali, koji djeluju bezopasno, mogu izazvati poplave većih razmjera.

Uputstva za ponašanje ukoliko je evakuacija neophodna

U toku poplave:

U slučaju poplava na području grada provodile bi se sljedeće osnovne mjere zaštite i spašavanja: Zaštita na vodi i pod vodom, evakuacija ljudi materijalnih dobara, zbrinjavanje ugroženih i stradalih, prva pomoć, medicinska pomoć i asanacija terena. Kao pojedinci u provođenju mjera zaštite u svom objektu isključite elektro i drugu instalaciju. Pokućstvo, pitku vodu i životne namirnice podići na više dijelove objekta. Izmjestiti životinje na sigurno mjesto ili ukoliko to ne možete oslobodite ih iz ograđenih i zatvorenih objekata. Pratite informacije putem, radija, interneta i televizije o stanju vodostaja i izdatim upozorenjima. Kada stignu spasilačke ekipe nemojte ih ometati u radu i budite kooperativni. Ne pijte vodu iz česmi, bunara u trenutku većih poplava, jer može biti zagađena. Izbjegavajte poplavne vode, ne pokušajte plivati i hodati kroz plavnu vodu. Budite dalje od vodotoka, jer se plavni val brzo formira, a zbog erozije obale se bzo potkopavaju i obrušavaju u bujično korito.



Nemojte iz bilo kojeg razloga prelaziti most, pješačke prelaze niti se kretati pored same bujice. Nemojte se približavati obornenim dalekovodima i električnim stubovima, a njihovu lokaciju prijaviti elektrodistribuciji ili operativnom centru Civilne zaštite. Ukoliko vozite, nemojte voziti preko preplavljenije ceste niti ulaziti u poplavljena područja. Nemojte zaobilaziti postavljena upozorenja i barikade od nadležnih službi. Ako vas poplavna voda opkoli napustite vozilo i ako postoje mogućnosti pređite na neku višu tačku.



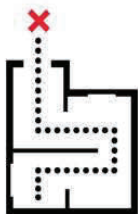
Uputstva u slučaju da morate da napustite svoj dom

- Budite pripremljeni u slučaju da morate da napustite domaćinstvo – pripremite ranac ili torbu sa ličnim dokumentima i najosnovnijim stvarima (baterijska lampa, pištaljka, kabanica za kišu, topla odjeća, duboka obuća – po mogućnosti gumene čizme, flaša sa pitkom vodom, tranzistor i rezervne baterije, štap, kanap, prvu pomoć i slično).

BUDI SPREMAN



Spremi stvari



Napravi plan



Informiši se

U slučaju proglašenja stanja prirodne nesreće od pojave poplave snage "Prvog odgovora" u gradu Tuzla su :

Gradski štab civilne zaštite, Služba civilne zaštite u okviru kojih se nalazi Profesionalna vatrogasna brigada, kao i osam Službi zaštite i spašavanja grada Tuzle (Služba za hitnu medicinsku pomoć JZU Dom

zdravlja Tuzla, Služba Crvenog križa/krsta grada Tuzla, Služba za čistoću JKP Komunalac Tuzla, Služba za asanaciju terena JKP Komemorativni centar, Služba za zaštitu životinja i namirnica životinjskog porijekla JP Veterinarska stanica, Služba za vodosnabdjevanje JKP Vodovod i kanalizacija Tuzla, Služba radio amatera i Služba za informisanje JP RTV7 Tuzla). Takođe, u sistemu civilne zaštite nalaze se i povjerenici svih 40 mjesnih zajednica kao i volonteri. Naredbom Gradskog štaba civilne zaštite za potrebe provođenja mjera zaštite i spašavanja, mogu biti angažovana odgovarajuća pravna i neophodan broj fizičkih lica. Zaštita od poplava nije samo briga državnih i lokalnih organa kao i nadležnih službi, već i svakog građanina posebno.

Uputstvo za ponašanje poslije poplava

- Slušajte izvještaje na vijestima o vodosnabdjevanju, kao i da li je bezbjedno piti vodu.
- Izbjegavajte plavnu vodu – ona može biti zagađena muljem, uljem, benzinom ili fekalnom kanalizacijom. Voda može takođe biti pod strujnim naponom od podzemnih kablova.
- Izbjegavajte vodu koja je u pokretu.
- Budite pažljivi u oblastima sa kojih se plavna voda povukla, putevi su možda oštećeni i opasni.

- Vratite se u svoje domove samo nakon što nadležne službe proglase da je to bezbjedno.
- Nemojte koristiti električne aparate prije provjere.
- Očistite i dezinficirajte sve površine.
- Držite se dalje od zgrada koje su okružene plavnim vodama.
- Budite pažljivi pri ulaženju u zgrade zbog skrivenih oštećenja koja su mogla da nastanu.
- Osposobite oštećene septičke jame i druge kanalizacione sisteme što je ranije moguće – ukoliko su oštećeni mogu da postanu veliki zdravstveni rizik.
- Očistite i dezinficirajte sve što je pokvašeno.
- Mulj koji ostaje poslije plavne vode, može da sadrži kanalizacione otpatke i hemikalije.
- Ukoliko primjetite uginule životinje obavijestite nadležnu službu na telefonski broj 121 (Centar za obavještanje i uzbunjivanje)

Zapamtite!
Čak i kada se poplave povuku,
opasnost postoji.

KLIZIŠTA I ODRONI

Osnovne informacije o klizištima i stepen zastupljenosti klizišta na području grada Tuzla

Klizanje terena je prirodni proces kojim se vrši oblikovanje savremenog reljefa, a nekad je to dio vještačkog procesa koji nastaje kao posljedica ne smotrene ljudske aktivnosti kada se narušava prirodna stabilnost padina. U slučaju klizišta, obrušava se i klizi zemljana masa i stijene. Generalno klizišta mogu biti mala i velika, plitka ili duboka, a aktiviraju ih: intezivne kiše; naglo otapanje snijega, zemljotresi, nesmotrena i neadekvatna ljudska aktivnost na padinama i dr. Klizište se može odvijati veoma različitim brzinama, od najsporijih kada se kretanje tla ne primjećuje, do veoma brzog kada je moguć nastanak velikih šteta i mogu biti ugroženi životi ljudi. Kao vrste pojave koje se formiraju pod uticajem kliznih procesa izdvajaju se: klizišta, blatni tokovi, odroni, puzišta, labilni dijelovi padine. Prema podacima kartiranih klizišta izdvojenih na inženjerskogeološkoj karti koja je urađena za potrebe Prostornog plana grada Tuzla 2010.-2030. godine registrovano je da je 4.977,4 ha terena zahvaćeno procesom klizanja odnosno 16,5% od ukupne površine grada Tuzla, a potencijalne lokacije (labilne padine) za pojavu novih klizišta zahvataju

površinu od 2.012,3 ha tj. 6,57% teritorije grada Tuzle. Od 40 mjesnih zajednica u grada Tuzle u 37 MZ registrovane su pojave klizišta.



Znakovi koji ukazuju na moguću pojavu klizišta

Zatalasani izgled padine sa monoštvo haotično raspoređenih udubljenja i ispupčenja, povijeno drveće i pojava tzv. “pijanog drveća”, pomicanje ograda, pucanje i povijanje potpornih zidova, pojava pukotina u tlu, pojava novih izvora, zabarenja i duže zadržavanje vode u depresijama, isticanje mutne vode, intezivno podlokavanje padine i progresivno otkidanje i odranjanje zemlje u zoni vodotoka, pojava pukotina i ulegnuća u asfaltu, oštećenja infrastrukturnih objekata, često pucanje vodovodnih

i kanalizacionih cijevi, zatezanje i pucanje električnih vodova i naginjanje stubova, periodično i neobično pucketanje (drveće), pojava novih prslina i pukotina na objektu i okolnom pločniku, teško otvaranje i zaglavljivanje vrata i prozora na objektu, česta oscilacija vode u bunara, gubitak vode u bunarima, smicanje cijevi u bunaru i sl.

Ukoliko živite u oblastima koja su podložna klizištima i odronima:

- Obratite pažnju na čudne zvukove koji mogu biti pokazatelji pokretanja klizišta ili odrona – poput lomljenja drveća i slično.
- Ukoliko ste u blizini potoka ili kanala, budite na oprezu zbog povećanja ili smanjenja protoka vode ili zamučivanja vode.
- Razmotrite mogućnost napuštanja ugroženog mjesta pod uslovom da to možete bezbjedno učiniti.
- Ostanite budni i na oprezu – slušajte upozorenja sa radija i televizije o mogućim jakim kišama.

Za vrijeme aktiviranja klizišta:

Ostanite pribrani i budni (ako se klizanje desi u noći), te o aktiviranju klizišta obavijestite službe na brojeve 121, 122 /ili 123 i po potrebi 124, a takođe o događaju obavjestite i povjerenika svoje mjesne

zajednice. Upoznajte susjede koji mogu biti direktno ili indirektno ugroženi od klizišta, udaljite se iz zone klizišta jer je to najsigurnija zaštita, provjerite ima li zarobljenih, povrijeđenih u blizini klizišta, pomozite susjedima naročito ranjivim kategorijama - djeca, stare osobe i osobe s posebnim potrebama. Pratite i prijavite ako ima pokidanih električnih vodova, oštećenih puteva ili pruga, prijavite oštećenja na objektima, slušajte radijske i televizijske vijesti kako biste bili pravovremeno informisani. Ne ulazite bez spasilaca u jako oštećene objekte naročito ako se klizište kreće. Kada napuštate prostor zahvaćen klizištem obavite to najkraćim putem i kreteti se u poprečnom pravcu u odnosu na smjer klizanja.

Ukoliko morate da napusutite dom i evakuacija je neophodna, pratite sljedeća uputstva:

Kada se proglasi evakuacija ili sklanjanje, ako ste u mogućnosti uzmite najnužnije stvari, lične dokumente, jer je moguće da ćete biti iz svog doma duže vremena odsutni. Postupite prema uputama Gradskog štaba civilne zaštite, predstavnika Službe civilne zaštite i ostalih nadležnih gradskih službi. Ne vjerujte glasinama i ne širite ne provjerene informacije. Dalje postupke činite prema uputama dobivenim putem sredstava javnog informisanja ili na licu mjesta od rukovodioca akcije koji operativno provode mjere zaštite i spašavanja.

Ponašanje nakon klizišta:

- Ne vraćati se na aktivirano klizište, sve dok nadležni Gradski organi ne kažu da je povratak siguran.
- Držite se dalje od oblasti koja je pogođena klizištima.
- Slušajte radio i televizijske vijesti kako biste bili u toku sa novim informacijama.
- Obratite pažnju na poplave, koje se mogu pojaviti poslije klizišta i odrona.
- Provjerite da li ima povrijeđenih ili zarobljenih ljudi u blizini klizišta.
- Pomozite komšijama kojima je potrebna posebna pomoć a naročito djeci, starijim osobama i osobama sa posebnim potrebama.
- Provjerite i prijavite lokalnim vlastima ukoliko ima pokidanih električnih vodova ili oštećenih puteva ili pruga.
- Prijavite oštećenja u temelju kuća, na dimnjacima ili krovovima.
- Ponovo zasadite drveće, u najkraćem mogućem roku, pošto erozija može dovesti do gubljenja zemljanog prekrivača i novih klizišta u budućnosti.

ZEMLJOTRES

Zemljotres ili potres nastaje usljed pomjeranja tektonskih ploča, kretanja Zemljine kore ili pojave udara. Posljedica toga je podrhtavanje tla zbog oslobađanja velike energije. Jačina potresa zavisi od više činilaca. Nasuprot rasprostranjenom uvjerenju da su to rijetke pojave, zemljotresi se dešavaju vrlo često. Na sreću, najveći broj je slabijeg intenziteta koji ne izaziva oštećenja. Zemljotres se ne može predvidjeti, ali možemo naučiti kako da se zaštitimo. Intenzitet zemljotresa odražava rušilački efekat zemljotresa na površini terena. Izražava se različitim skalama, najčešće Merkalijevom skalom od 12 stepeni. Magnituda zemljotresa, s druge strane, predstavlja jedinicu mjere količine oslobođene energije u hipocentru, u žarištu zemljotresa. Izražava se Rihterovom skalom koja nema gornju granicu, ali kako do danas nije zabilježen zemljotres jačine 10, obično se predstavlja do 9 jedinica.

Šta činiti za vrijeme zemljotresa

- Ostanite mirni i prisebni i ne dozvolite da vas obuzme panika.
- Budite svjesni da su neki zemljotresi samo početni potresi i da ubrzo može uslijediti sljedeći, jači potres.
- Ne paničite !

- Ne pokušavajte da bježite.
- Spustite se na pod, sklopčajte se i zaštitite glavu.

Seizmičke karakteristike terena na području grada Tuzla:

Prema Procjeni ugroženosti grada Tuzla od potresa, područje Tuzle nalazi se u tri seizmičke zone MCS skale i to:

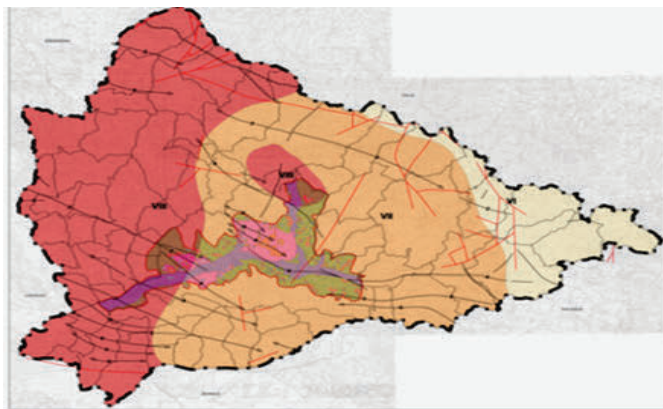
- Centralni dio Grada Tuzla (urbano područje) nalazi se u granicama VIII stepena MCS (rušilački potres).
- Zapadni, sjeverni i južni dio Grada nalazi se u okviru VII MCS skale (vrlo jaki potres).
- Istočni dio Grada nalazi se u okviru VII stepena MCS skale, osim dijela naselja Požarnice koja se nalazi u granicama VI stepena MCS skale (jaki potres).

U slučaju potresa na području grada Tuzla prema usvojenom “Planu zaštite i spašavanja ljudi i materijalnih dobara od prirodnih nesreća” (Služba CZ), provodile bi se sljedeće mjere zaštite i spašavanja kroz dvije faze aktivnosti (faza spašavanja i faza otklanjanja posljedica):

- Evakuacija ljudi materijalnih dobara.
- Zbrinjavanje ugroženih i stardalih.

- Zaštita i spašavanje od rušenja.
- Zaštita i spašavanje od požara – koja je sastavni dio Plana zaštite i spašavanja od požara.
- Prva i medicinska pomoć.
- Asanacija terena.

Jačina potresa opisuje se sa dvjema mjerama: magnitudom koja se izražava egzaktnom mjerom oslobođene energije pri potresu, a mjeri se seizmografom i izražava se u stepenima po Rihteru (9 stepeni). Dok intezitet potresa opisuje posljedice koje potres proizveo na zemljinoj površini, a iskazuje se prema MCS skali-poznata kao Mercaliejva skala (12 stepeni) ili prema najnovijoj Europskoj makroseizmičkoj skali (EMS) koja povezuje i prikazuju koleraciju obje skale (Rihterovu i MCS skalu).



Važne činjenice o potresima:

Potresi se ne mogu predvidjeti (vrijeme kada će se desiti potres i njegova jačina). Potresi traju od nekoliko sekundi do jednog minuta i obično dubina hipocentra kreće se od 2 do 20km, a mogu se pojavljivati kao tzv. početni potresi, glavni potres (najači potres) i naknadni potresi. Najbolja preventiva je planska, projektovana i izvedena gradnja građevina prilagođena maksimalno očekivanom intezitetu potresa na određenom prostoru. Prema članu 131. Odluke o provođenju Prostornog plana Grada Tuzla za period 2010.-2030. pri izdavanju urbanističke saglasnosti navodi se obavezan uslov da se pri projektovanju i izvođenju radova konstruktivni sistemi građevina prilagode seizmičkim parametrima vezani za maksimalno očekivani potres na području grada Tuzla, a to je potres od VIII stepena MCS skale. Generalno potres ne "ubija", već indirektno ubijaju oštećene građevine i njihovi prateći dijelovi. Neophodno je konstantno educiranje stanovništva, te uvježbavanje i osposobljavanje službi za prvođenje mjera iz Plana zaštite i spašavanja ljudi i materijalnih dobara od potresa.

VAŽNE NAPOMENE:

Građani imaju pravo i dužnost učestvovati u radu struktura Civilne zaštite i izvršavati obaveze u davanju po potrebi određenih materijalnih dobara na raspolaganje Službi Civilne zaštite, te se obučavati za ličnu i uzajamnu zaštitu i dr. Svi radno sposobni mušakrci od 18 do 65 godina i žene od 18 do 55 godina, obavezni su učestvovati u zaštiti i spašavanju ljudi i materijalnih dobara. U slučaju veće katastrofe nastale kao posljedica potresa i ako obim katastrofe prevazilazi mogućnosti lokalne zajednice u provođenju mjera zaštite i spašavanja, tada se upućuje zahtjev za pomoć prema višim nivoima vlasti kada se angažuju entitetski i državni spasilački timovi, a po potrebi mogu se angažovati i međunarodne snage, odnosno spasilački timovi (USAR timovi- timovi za spašavanje iz ruševina i po potrebi i druge vrste spasilačkih timova).



Uputsto u slučaju zemljotresa ukoliko se nađete u zatvorenom prostoru

Trokut života – naziv je tehnike spašavanja tokom potresa, odnosno ukoliko se nađete u zatvorenom prostoru zaklon tražite pored velikog namještaja jer kada se zgrada urušava, težina stropa pada na objekte ili namještaj te ih drobi i uništava ali prostor odmah uz te objekte ostaje prazan.

- Udaljite se od stakla, prozora, spoljnih zidova i vrata, i bilo čega što može da padne, poput lusteru ili polica.
- Ukoliko ste u krevetu, spustite se pored kreveta i zaštitite glavu.
- Ostanite u kući dok potres ne prestane i ne bude bezbjedno za vas da izađete (istraživanja su pokazala da najviše povreda nastaje kad ljudi pokušavaju da izađu iz zgrade za vrijeme potresa). Iz prizemne zgrade ili sa prvog sprata možete izaći na otvoren prostor, ali vodite računa da budete na bezbjednoj udaljenosti od zgrada.
- Sve dok zemljotres traje, izbjegavajte stepeništa i liftove.
- Ne izlazite na terasu ili balkon.



- Ne držite police iznad kreveta.
- Ukoliko ste u blizini visoke zgrade ili unutar nje, sklonite se od stakla i spoljnih zidova.
- Ukoliko ste u javnom objektu (škola, preduzeće, tržni centar, centar za rekreaciju ili prodavnica) – ostanite mirni i izbjegavajte paniku.
- Držite se dalje od mase ljudi koja se u panici kreće ka izlazima.
- Budite svjesni da može doći do nestanka struje, i da se alarmi (protivpožarni i drugi) mogu uključiti.
- Uvijek imajte pripremljenu baterijsku lampu i tranzistorski prijemnik sa rezervnim baterijama.
- Odmah isključite sve izvore električne energije, gasa i vode. Ukoliko ste koristili bilo koji izvor toplote, isključite ga kada se potres smiri.
- Ukoliko dođe do pojave požara, pokušajte da

ga ugasite i obavijestite lokalnu vatrogasnu službu.

- Ukoliko je potrebno i ukoliko ste u mogućnosti pridružite se timovima za spašavanje iz ruševina i uključite se u potragu i pružanje pomoći nastradalima pod ruševinama srušenih objekata.

Uputstva za ponašanje tokom zemljotresa ukoliko ste na otvorenom

- Sklonite se od ulične rasvjete, električnih kablova i zgrada, najveća opasnost je u blizini građevina, na izlazima i uz spoljne zidove.
- Ukoliko ste na ulici vodite računa o objektima koji mogu pasti na vas, kao što su dimnjaci, crijevovi sa krova, slomljeno prozorsko staklo i slično.
- Zaštitite glavu rukama ili tašnom.

Uputstva za ponašanje tokom zemljotresa ukoliko ste u vozilu u pokretu

- Zaustavite se ukoliko vam bezbjednost u saobraćaju dozvoljava.
- Izbjegavajte zaustavljanje u blizini zgrada, drveća, nadvožnjaka ili električnih kablova.
- Nastavite oprezno kada potres prestane. Izbjegavajte puteve ili mostove koji su možda oštećeni u potresu.

Uputstva za ponašanje ukoliko se nađete pod ruševinama

- Ne palite šibicu.
- Ne krećite se.
- Prekrijte usta maramicom ili tkaninom.
- Udarajte o cijev ili zid kako bi spasilački timovi mogli da vas pronađu.
- Ukoliko imate pištaljku iskoristite je. Vičite samo ukoliko je to poslednja opcija, jer vikanje može izazvati udisanje opasno velike količine prašine.
- Sačuvajte prisebnost i pokušajte da se orijentišete.
- Ako ste pritisnuti materijalom, započnite sa laganim odstranjivanjem, pri čemu treba da štedite snagu i čuvate se oštih predmeta i naknadnog povrjeđivanja.

Uputstva za ponašanje poslije prvog udara zemljotresa

Budite spremni za dodatne potrese. Ako je objekat oštećen, zbog mogućnosti nastanka jačeg zemljotresa, napustite ga smireno, bez panike i po redu: majke sa djecom, stari, bolesni, osobe sa invaliditetom itd.

- Ukoliko se nalazite u oštećenom objektu i osjećate miris gasa ili vidite pokidane kablove,

ne palite svijeće i šibice zbog opasnosti od požara i eksplozija.

- Provjerite da li je neko povrijeđen.
- Ne pomjerajte ozbiljno povrijeđene osobe.
- Pratite uputstva nadležnih organa.
- Koristite telefon samo u slučaju nužde kako se telefonske linije ne bi opteretile.
- Ne koristite automobile kako ne biste ometali spasilačke ekipe u obavljanju njihovih funkcija.
- Izbjegavajte ulazak u kuću, pogotovo ukoliko postoje oštećenja, osjetite miris gasa ili vidite oštećene kablove.

Napomena: Federalni hidrometeorološki zavod je ustanova koja ima tačne i provjerene informacije o zemljotresima : www.fhmzbih.gov.ba

EKSTREMNI VREMENSKI USLOVI

Toplotni udar

Toplotni udar je jedna od najtežih komplikacija termičkog stresa. Do ovog stanja dolazi u uslovima povišene spoljne temperature i visokog procenta vlažnosti vazduha, kao i zbog prenapornog rada.

Usljed intenzivnog izlaganja organizma toploti dolazi do naglog porasta tjelesne temperature preko 41° C u kratkom vremenskom periodu (10-15 minuta).

Simptomi toplotnog udara su:

- visoka tjelesna temperatura (iznad 40°C),
- suha i vruća koža,
- otežano disanje,
- tahikardija - ubrzan rad srca,
- nizak krvni pritisak, vrtoglavica, glavobolja, umor, mučnina i povraćanje, grčevi, nesiguran hod,
- gubitak svijesti ,
- odsustvo znojenja.

Ukoliko su kod osobe primjetni simptomi toplotnog udara, neophodno je da joj se u što kraćem roku snizi temperatura i pruži neophodna prva pomoć.

Pružanje prve pomoći:

- odvesti unesrećenu osobu u rashlađenu prostoriju ili u hlad,
- ukloniti joj suvišnu odjeću,
- rashladiti je umivanjem hladnom vodom, izlaganjem strujanju vazduha
- dati joj da pije tečnosti – napitke bez kofeina i alkohola, ukoliko je u svjesnom stanju.

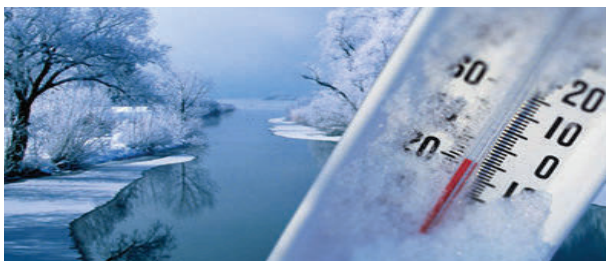
Toplotni udar je vrlo sličan sunčanici, s razlikom da ne mora nastati kao posljedica direktnog izlaganja suncu. Kao osnovni vid prevencije preporučuje se adekvatan izbor odjeće primjeren klimatskim

uslovima – svijetle tkanine i prirodni materijali, redovna rehidracija, rashlađivanje i slično.



Ekstremna hladnoća, šnežne oluje i smrzavanje

Jake snježne padavine, ekstremna hladnoća i dugotrajno izlaganje niskim temperaturama mogu izazvati hipotermiju kod pojedinaca i paralisati život i funkcionisanje zajednice (prekid snabdjevanja električnom energijom i vodom, prekid saobraćaja, poplave i slično).



Opšta uputstva:

- Nabavite dovoljne količine ogrjeva i namirnica.
- Pripremite tranzistore sa rezervnim baterijama ukoliko dođe do prekida električne energije.
- Neka vam u kući bude toplo i ostanite unutra ukoliko je to moguće.
- Ne puštajte djecu napolje bez nadzora.
- Obucite odgovarajuću odjeću i obuću.

Uputstva za vrijeme snježne oluje

- Uključite radio ili TV prijemnike kako biste bili obaviješteni o vremenskim uslovima ili hitnim informacijama.
- Štedite gorivo i ogrjev.

Uputstva za vrijeme snježne oluje ukoliko ste napolju

- Idite na bezbjedno mjesto i ne izlažite se snježnoj oluji.
- Zaštitite osjetljive dijelove tijela (lice, ekstremitete).
- Neka vam odjeća bude suha.
- Obratite pažnju na pojavu promrzlina.
- Obratite pažnju na znakove hipotermije: drhtanje, iscrpljenost, pospanost, gubitak pamćenja, dezorjentisanost i otežan govor
- Ukoliko je neophodno da vozite – koristite lance, putujte preko dana i obavijestite svoju

rodbinu/ prijatelje o namjeravanoj putanji kretanja.

- Izbjegavajte visoke konstrukcije, visoko drveće, ograde, telefonske kablove i električne vodove.



Prva pomoć kod smrzotina i promrzlina

Promrzline su veoma ozbiljno stanje čije se negativne posljedice mogu spriječiti ukoliko se otkriju na vrijeme i ako se pruži adekvatna prva pomoć. Najčešće su zahvaćeni najizloženiji dijelovi tijela - nos, uši, prsti, ruke i stopala. Promrzlina je tvrda na dodir, blijeda, hladna i u tom području unesrećena osoba ne osjeća ništa. Kada se tad dio utopli, zahvaćena koža će porumeneti i biće vrlo bolna.

Postupak prve pomoći

- Osobu koja je promrzla smjestite u toplu prostoriju.
- Pokrijte je dekom.
- Ukoliko su promrzline duboke i ako su se pojavili plikovi nemojte ih bušiti, nego samo pokrijte sterilnom gazom i lagano previjte.
- Ako su stopala zahvaćena, hodanje se ne preporučuje.
- Smrznuti dijelovi moraju biti imobilisani ali nikako ih nemojte stezati.
- Osoba treba da legne, a stopala da se podignu na povišeni položaj.
- Nemojte trljati promrzle dijelove tijela snijegom ili rukama, kao ni tkaninama umočenim u vrelu vodu jer ćete tako pogoršati stanje i uzrokovati infekciju.
- Ako je unesrećena osoba svjesna , dajte joj topal napitak (supa, čaj).
- Obratite se ljekaru u najbližoj zdravstvenoj ustanovi












NUS - NEEKSPLODIRANA UBOJITA SREDSTVA

Jedna od posljedica ratnih dejstava na našim prostorima su zaostala neeksplodirana ubojita sredstva. Razlozi zbog kojih ubojita sredstva nisu eksplodirala mogu biti različiti: tehničko-tehnološke prirode, nepravilna upotreba i drugo.

Postoji opasnost da neeksplodirana ubojita sredstva i posle više decenija sagore ili detoniraju. Zbog opasnosti od ovakvih eksplozija, preporuka je da se pronađena NUS ne diraju, otkopavaju, pomjeraju, sakrivaju, samovoljno uklanjaju (bacanjem u bunar, kanal, rijeku, jezero i druga slična mjesta) ili zakopavaju, demontiraju, spaljuju i slično. Postupajući po ovim uputstvima dajete svoj doprinos povećanju bezbjednosti i smanjenju rizika po život i zdravlje, kako za sebe i svoje najbliže sugrađane, tako i sredinu u kojoj živite i radite.

Odmah pozovite policiju na broj 122, predstavite se i recite odakle zovete, objasnite šta ste pronašli i kako predmet izgleda, kao i da li je naselje u blizini i da li ima ugroženih osoba.

Ukoliko nađete NUS:

-  **Ne dirajte!**
-  **Ne pomjerajte!**
-  **Ne drmajte!**
-  **Ne bacajte!**
-  **Ne rastavljajte!**
-  **Ne stavljajte u vatru!**
-  **Obilježite!**
-  **Prijavite!**
-  **Obezbijedite!**



PRVA POMOĆ

Postupci pružanja prve pomoći su sljedeći:

- preduzimanje hitnih mjera za spašavanje života (procjena stanja unesrećene osobe, trijaža),
- pozivanje Službe hitne medicinske pomoći (124),
- pružanje prve pomoći, po redovima hitnosti.

Pri pružanju prve pomoći povrijeđenoj ili naglo oboljeloj osobi cilj je spašvanje života, sprječavanje nastanka trajnih posljedica, skraćivanje liječenja i brz oporavak unesrećenog. Ostvarivanje ovog cilja uspješnije je ukoliko postoji povezano djelovanje svih učesnika u pružanju pomoći.

Hitne mjere za spašavanje života obuhvataju obezbjeđenje mjesta nesreće, obilježavanje mjesta nesreće i zaštitu povrijeđenih od novog povrijeđivanja, kao i pružanje prve pomoći povrijeđenom, odnosno:

- postavljanje osobe bez svijesti u stabilan bočni položaj,
- preduzimanje mjera oživljavanja osobe bez svijesti koja ne diše (stanje prividne smrti),
- zaustavljanje krvarenja.

U toku pružanja prve pomoći koristite sredstva iz kompleta za pružanje prve pomoći i druga priručna sredstva.

Pozivanje pomoći

Odmah obavjestite službu Hitne medicinske pomoći na broj 124.

Ako je hitnu pomoć pozvala druga osoba, zatražite od nje da vam potvrdi da li je poziv primljen. Prilikom pozivanja Hitne pomoći potrebno je da se predstavite i naglasite da ste osoba koja pruža prvu pomoć na mjestu nesreće, date broj telefona i pružite operateru sljedeće podatke:

- gdje se nesreća dogodila - lokacija,
- šta se stvarno dogodilo – opisati vrstu i težinu nesreće, moguću opasnost od vatre, vode, gasa, otrovnih materija,
- broj, pol i približnu starost povrjeđenih i
- o kakvim se povredama radi – prosudite sami o vrsti povreda, prirodi bolesti i stanju povrjeđenih.

Sačekajte dalja uputstva ili pitanja. Potvrdite da ste uputstva razumjeli.

Ako dolazak službe Hitne medicinske pomoći nije moguć, organizujte odgovarajući prevoz do najbliže zdravstvene ustanove.

Pružanjem prve pomoći ne zbrinjavaju se samo povrede, već se pruža i emotivna podrška osobi

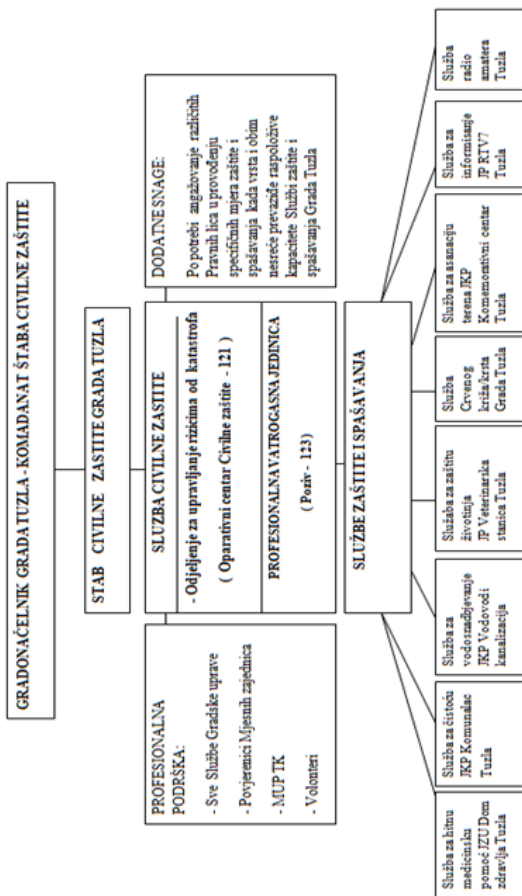
koja je zbog zadobijenih povreda znatno psihički i emotivno potresena. Nastojte da povrjeđenog što više ohrabrite!

Dok čekate hitnu pomoć, neprekidno pratite zdravstveno stanje povrjeđenog, ne napuštajte lice mjesta i osim postupaka neophodne prve pomoći, koje ste preduzeli, pridržavajte se pravila:

- Prije svega ne štetiti.
- Ne činite više nego što se od vas očekuje.



Organizaciona šema rukovođenja i provođenja operativnih mjera zaštite i spašavanja u slučaju proglašenja stanja prirodne nesreće



Završna riječ:

Priručnik je pripremljen za članove službi i jedinica zaštite i spašavanja u gradu Tuzla, za članove savjeta mjesnih zajednica i za opću populaciju, uključujući učenike srednjih škola i studente fakulteta na Univerzitetu u Tuzli. “Priprema i odgovor na katastrofe”, je jedna u nizu aktivnosti kojima se bavi Služba civilne zaštite i Crveni križ/krst grada Tuzle. Obzirom na njegov sadržaj, Priručnik se može koristiti u široj edukaciji stanovništva koju provodi Služba civilne zaštite i Crveni križ grada Tuzle, sa ciljem sticanja novih znanja i promocije Crvenog križa i Civilne zaštite kao organizacija koje su otvorene za sve građane, i koje upravo postoje zahvaljujući angažovanju velikog broja građana, pripadnika službi, članova i aktivista koji, i na dobrovoljnoj osnovi, žele pokazati svoju privrženost ideji i principima Pokreta Crvenog križa, Crvenog polumjeseca i Crvenog kristala, pružajući pomoć sebi i drugima. Prirodne i druge nesreće su ne predvidive i stoga smo dužni biti pripravnici u svakoj situaciji kako bi pomogli sebi i drugome.

Dugogodišnja saradnja Crvenog križa grada Tuzla i Službe civilne zaštite Grada Tuzla su doveli do ideje izdavanja ovog Priručnika u uvjerenju da će poslužiti kao uputstvo u datim situacijama ali za sticanje novih znanja. U Priručniku su korišteni dijelovi teksta koji su već ranije objavljeni u nekim časopisima ili brošurama a koji nisu autorizovani.

Sead Hasić

Važniji brojevi telefona u gradu Tuzla

- 121 Centar za obavještanje i uzbuñivanje
- 122 Policija
- 123 Vatrogasna služba
- 124 Hitna pomoć
- 035 252-198 Crveni križ/krst grada Tuzla
- 1282 Auto moto savez – BIHAMK
- 035 364-255 Služba civilne zaštite grada Tuzle
- 1182 Informacije o brojevima telefona – BH Telecom

www.crvenikriztuzla.ba





Kontakt: 035 252 198
Email: tuzla@ckfbih.ba
www.crvenikriztuzla.ba



Kontakt: 035 364 255
Email: sluzba.cz@tuzla.ba
www.grad.tuzla.ba

