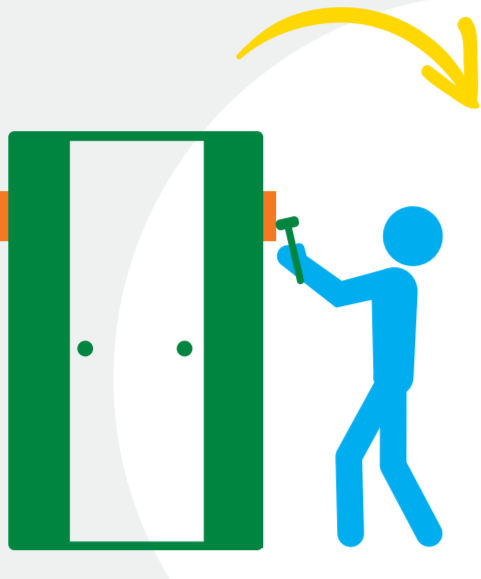


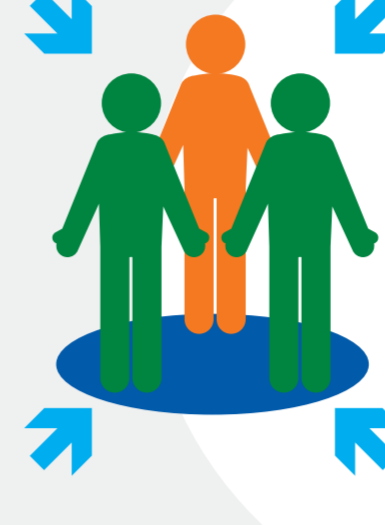
Gelişim,Seninle

Deprem Öncesinde, Anında ve Sonrasında Alabileceğiniz Önlemler

Deprem öncesinde



- Dolapları ve devrilebilecek benzeri eşyaları birbirine ve duvara sabitleyin.
- Yataklarınızı pencerelerin ya da ağır dolapların yanına koymayın.
- Avize, klima vb. cihazları buldukları yere ağırlıklarını taşıyacak şekilde, duvar ve pencerelerden uzağa ve kanca ile asın.



- Ev, iş ve okulda "afete hazırlık planı" yaparak deprem sırasında ne yapacağınızı belirleyin. Ev dışında acil durumlarda buluşma noktası belirleyin.

Deprem anında



- Dolap, raf, pencere vb. eşyalardan uzak durun.



- Okulda, sınıfta ya da ofiste ise sağlam sıra, masa altlarında veya yanında; koridorda ise duvarın yanına hayat üçgeni oluşturacak şekilde **ÇÖK-KAPAN-TUTUN** hareketi ile başınızı ve boynunuzu koruyun. Sağlam sandalyeler, güçlü masa altına veya koltuk, kanepeler gibi eşya yanına çömelerek hayat üçgeni oluşturun.



- Merdivenlere doğru koşmayın. **Asansör kullanmayın.**



- Camlardan uzak durun. **Balkona çıkmayın. Pencereden atlamayın.**



- **Açık aladaysanız**
 - Enerji hatları ve direklerinden, ağaçlardan, diğer binalardan ve duvar diplerinden uzak durun. Açık alanda çömelin.
 - Binalardan düşebilecek baca, cam kırıkları ve sıvalara karşı tedbirli olun.



- **Araç kullanıyorsanız**
 - Sağa yanaşıp aracı durdurun. Araç içinde bekleyin. Sarsıntı bitince açık alana gidin.



- **Tüneldeseyiz**
 - Tünelin içindeyseniz aracı durdurup aşağıya inin. Aracın yanına yan yatarak ayaklarınızı karnınıza çekin, ellerinizle başınızı ve boynunuzu koruyun. (**ÇÖK-KAPAN-TUTUN**)
 - Kapalı otoparktaysanız; araç dışına çıkıp, yanına yan yatarak ellerinizle başınızı ve boynunuzu koruyun.



- **Toplu taşımaladaysanız**
 - Gerekmedikçe, kesinlikle metro ve trenden inmeyin.
 - Sarsıntı bitinceye kadar metro ya da trenin içinde, sıkıca tutturulmuş askı, korkuluk veya herhangi bir yere tutununuz. Personel tarafından verilen talimatlara uyun.

Depremden sonra



Kapalı alanda

- Önce kendi emniyetinizden emin olun.
- Sonra çevrenizde yardım edebileceğiniz kimse olup olmadığını kontrol edin.
- Gaz vanasını kapatın. Hemen binayı terk edin.
- Acil durum çantanızı yanınıza alın, mahalle buluşma noktanıza doğru harekete geçin.
- Cadde ve sokakları acil yardım araçları için boş bırakın.



Açık alanda

- Hasarlı binalardan ve enerji nakil hatlarından uzak durun.
- Önce yakın çevrenizde acil yardıma gerek duyanlara yardım edin.
- Sonra mahalle toplanma noktanıza gidin.
- Yardım çalışmalarına katılın. Özel ilgiye ihtiyacı olan afetzedelere (yaşlılar, bebekler, hamileler, engelliler) yardımcı olun.



Mahsur kaldıysanız

- Paniklemeden durumunuzu kontrol edin.
- Enerjinizi en tasarruflu şekilde kullanmak için hareketlerinizi kontrol altında tutun.
- El ve ayaklarınızı kullanabiliyorsanız su, kalorifer, gaz tesisatlarına, zemine vurarak ses çıkarın.
- Sesinizi kullanabiliyorsanız kurtarma ekiplerine seslenmeye çalışın. Ancak enerjinizi kontrollü kullanın.