






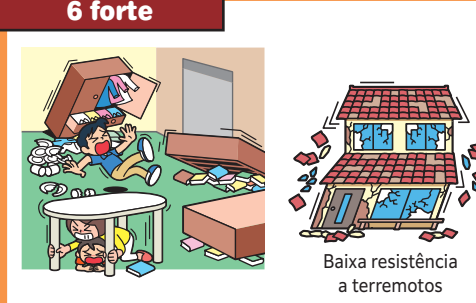




Preparação para terremotos

Quando ocorre um grande terremoto, uma decisão em fração de segundos pode significar a diferença entre vida e morte. Aprenda o conhecimento básico sobre terremotos e lembre-se de manter a calma quando ocorrer um e das ações básicas a serem tomadas durante, imediatamente após e após um terremoto.

Tremor estimado e danos relacionados à intensidade sísmica

<p>0</p>  <p>◆ As pessoas não sentem tremor algum</p>	<p>1</p>  <p>◆ Algumas pessoas, que estão dentro de casa e sossegadas, podem sentir um leve tremor</p>	<p>2</p>  <p>◆ Muitas pessoas, que estão dentro de casa e sossegadas, sentem algum tremor ◆ Objetos pendurados, como luzes, podem balançar um pouco</p>	<p>3</p>  <p>◆ A maioria das pessoas dentro de casa sentirá tremores ◆ A louça nos armários pode fazer alguns ruídos trepidantes</p>
<p>4</p>  <p>◆ A maioria das pessoas fica alarmada ◆ Objetos pendurados, como luzes, balançam visivelmente e pratos nos armários trepidam ◆ Objetos instáveis no cômodo podem cair</p>	<p>6 fraco</p>  <p>Alta resistência a terremotos Baixa resistência a terremotos</p> <p>◆ É difícil ficar de pé ◆ A maioria dos móveis não presos se deslocará ou cairá. As portas podem ficar bloqueadas. ◆ Azulejos e janelas podem quebrar/cair ◆ Telhas podem cair de edificações de madeira com baixa resistência a terremotos, e as edificações podem inclinar e até mesmo desabar</p>		
<p>5 fraco</p>  <p>◆ A maioria das pessoas sente medo e quer se segurar em algo ◆ Pratos, livros e outros objetos nas prateleiras podem cair ◆ Móveis não presos podem se deslocar; móveis instáveis podem tombar</p>	<p>6 forte</p>  <p>Alta resistência a terremotos Baixa resistência a terremotos</p> <p>◆ As pessoas não conseguem ficar de pé e não conseguem se mover, a menos que rastejem ◆ Quase todos os móveis se deslocarão e muitos cairão ◆ Muitas edificações de madeira com baixa resistência a terremotos podem inclinar ou desabar</p>		
<p>5 forte</p>  <p>◆ A maioria das pessoas não consegue se mover a menos que esteja segurando em algo ◆ Pratos, livros e outros objetos nas prateleiras podem cair ◆ Objetos instáveis no cômodo podem cair ◆ Paredes de blocos de concreto não reforçadas podem desabar</p>	<p>7</p>  <p>Alta resistência a terremotos Baixa resistência a terremotos</p> <p>◆ Mover-se é impossível devido ao tremor intenso; as pessoas podem ser derrubadas ◆ Ainda mais edificações de madeira com baixa resistência a terremotos podem inclinar ou desabar ◆ Até mesmo edificações de madeira com alta resistência a terremotos podem inclinar</p>		

Fonte: Agência Meteorológica do Japão

Terremoto! O que fazer?

Se sentir a ocorrência de um grande terremoto, sua primeira prioridade é garantir a sua própria segurança. Assim que o tremor parar, verifique à sua volta. Se houver algum perigo, vá para um local de refúgio. Após um desastre, aja proativamente com mentalidade de autoajuda e cooperação.

O que fazer durante um terremoto

Terremoto! Primeiro, proteja sua própria vida.

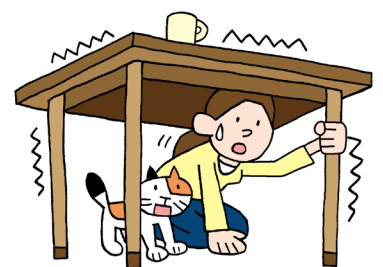
- ◆ Quando ouvir um alerta urgente de terremoto ou sentir um grande tremor, aja imediatamente para proteger a sua própria vida
- ◆ Aconchegue-se sob uma mesa resistente ou em um espaço onde nada caia ou se desloque e aguarde até que os tremores diminuam
- ◆ Se estiver ao ar livre, tome cuidado com edificações que desabam e queda de objetos. Proteja a cabeça com a sua bolsa ou algo semelhante e desloque-se para um espaço aberto.

Se estiver em um edifício alto

- ◆ Nos andares mais altos, os tremores de terremoto podem continuar por vários minutos
- ◆ Tremores grandes, mas lentos, podem fazer com que os móveis tombem, caiam ou se desloquem significativamente
- ◆ Se você estiver preso dentro de um elevador: use o botão de emergência ou outros métodos para entrar em contato com as pessoas do lado de fora e aguarde o resgate

Se estiver dirigindo

- ◆ Se sentir um tremor ao dirigir, diminua a velocidade, estacione no lado esquerdo da rua e desligue o motor
- ◆ Leve todos os objetos de valor com você ao sair do carro. Deixe a chave dentro e não tranque a porta do carro para que ele possa ser movido para permitir a passagem de veículos de emergência.



Ações a serem tomadas imediatamente após um terremoto

Verifique se há fontes de incêndio e conduza as atividades iniciais de combate a incêndios

- ◆ Se estiver usando uma chama, espere até que o tremor diminua para apagá-la
- ◆ Se começar um incêndio, apague-o com calma



Pânico leva a lesões

- ◆ Se estiver dentro de casa, tome cuidado com os móveis tombados ou caídos. Use tênis, pois pode haver vidros quebrados ou objetos pontiagudos no chão.
- ◆ Não saia, pois telhas, janelas e outdoors podem cair



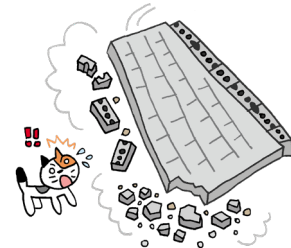
Garantir saídas

- ◆ Confirme se o tremor parou, então abra as portas e janelas para garantir uma saída



Afastar-se de locais perigosos

- ◆ Se sentir tremores enquanto estiver fora, fique longe de paredes de blocos, postes de energia, outdoors, máquinas de venda automática, pontes e semelhantes



Ações a serem tomadas após um terremoto

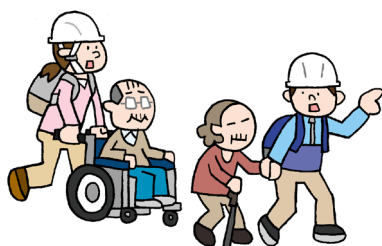
Evacue o local de acordo com a sua situação

- ◆ Se a sua casa estiver em risco de desabar ou houver um incêndio nas proximidades, evacue-se para um local seguro
- ◆ Evacue a pé. Se você evacuar de carro, poderá bloquear o caminho de pedestres e veículos de emergência.



Confirmar se seus vizinhos estão seguros

- ◆ Verifique primeiro a segurança de sua casa e depois verifique seus vizinhos
- ◆ Esteja especialmente atento aos idosos, deficientes e outras pessoas que precisam de tempo para serem evacuados



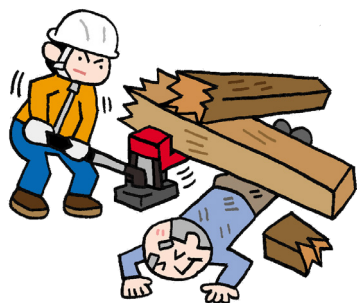
Obter informações precisas

- ◆ Obtenha informações precisas de fontes confiáveis, como programas de notícias, estações de rádio, governo e departamentos de polícia e bombeiros
- ◆ Evite ser enganado por informações falsas e rumores, que aumentam durante os desastres



Cooperar com os esforços de resgate

- ◆ Ajude a resgatar pessoas presas sob edificações desabadas ou móveis caídos



Considerar evacuação em casa

- ◆ Se a sua edificação for resistente a terremotos e não houver perigo de desabamento, considere a evacuação em casa. Tenha um estoque de água, alimentos e necessidades diárias preparados para esse fim.



Confirmar a segurança antes de evacuar

- ◆ Se precisar evacuar o local, desligue os disjuntores e feche a válvula de gás principal antes de sair.



O que é um alerta urgente de terremoto?

Quando os microtremores iniciais perto do epicentro de um terremoto são detectados, um alerta urgente de terremoto é emitido antes que o tremor forte comece. Quando a intensidade sísmica máxima do terremoto é estimada na 5 fraco ou superior, a televisão, o rádio e os celulares transmitem o alarme. O tempo entre o alerta urgente de terremoto e o início dos tremores é extremamente curto, variando de alguns segundos a menos de um minuto, e o alerta prévio pode não ser recebido a tempo em áreas próximas ao epicentro. Lembre-se, sua primeira prioridade é proteger a sua própria segurança.



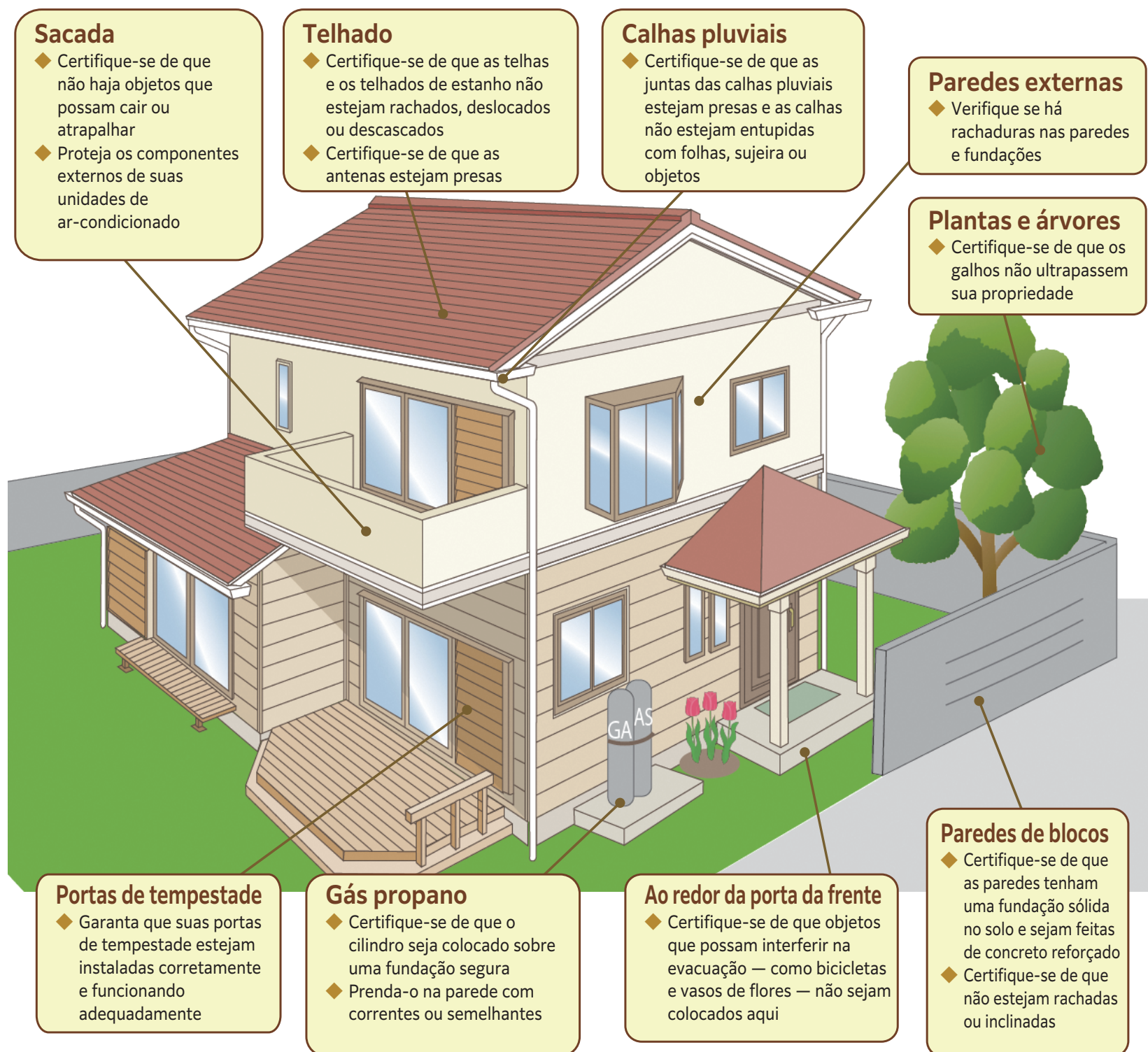
Preparação para terremotos em casa

Muitas coisas dentro e ao redor de uma casa podem se tornar perigosas. O tombamento ou deslocamento de móveis causa muitos ferimentos durante terremotos; portanto, comece com medidas de segurança simples, como inspecionar a sua casa e prender os móveis.

Além disso, as casas mais antigas podem não atender aos padrões atuais de resistência a terremotos.

Nesses casos, você deve solicitar uma avaliação de resistência a terremotos e, se forem encontrados problemas, reforme a casa conforme necessário.

Pontos a serem observados para inspeção residencial



Avaliação básica gratuita de resistência a terremotos de casas de madeira

Garantir a resistência a terremotos das casas minimiza os danos causados por terremotos. Reformas são necessárias para garantir a resistência a terremotos. Primeiro, no entanto, é importante saber a resistência da sua casa a terremotos. A cidade oferece uma avaliação simples e gratuita de resistência a terremotos para casas de madeira (até dois andares).

Informações: Balcão de Orientação de Construção, Seção de Desenvolvimento de Construção, Departamento de Desenvolvimento Urbano

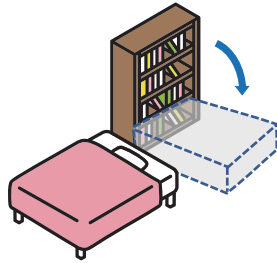
Tel.: 048-550-1551



Medidas de segurança em casa

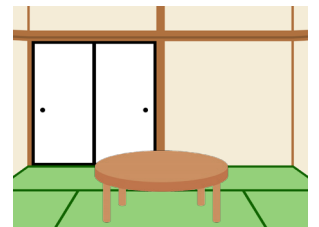
Reduzir os móveis no quarto

- ◆ Mantenha móveis grandes fora dos quartos para evitar ficar preso sob móveis caídos durante o sono
- ◆ Considere o risco de tombamento do móvel ao posicioná-lo



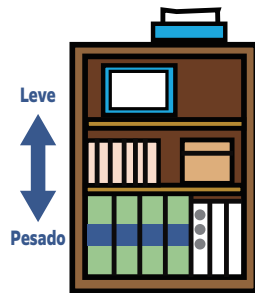
Criar espaços seguros em casa

- ◆ Garanta espaços seguros, onde a sua família possa se reunir, para evitar que móveis tombem ou caiam
- ◆ Coloque móveis grandes em cômodos não muito usados



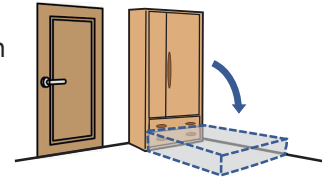
Ser criativo com armazenamento

- ◆ Guarde objetos pesados nos níveis inferiores e objetos leves em cima para baixar o centro de gravidade e tornar os móveis menos propensos a tombar
- ◆ Nunca coloque objetos, que possam cair, em cima de móveis



Proteger rotas de evacuação

- ◆ Não coloque móveis ou outros objetos perto de entradas e passagens
- ◆ Evite colocar móveis onde possam atrapalhar a evacuação, caso caiam



Evitar que os móveis tombem ou caiam

Roupeiros e estantes de livros

- ◆ Fixe os móveis com acessórios de metal em forma de L ou tirantes de mola
- ◆ Preencha as lacunas entre móveis e tetos com caixas de papelão ou semelhantes
- ◆ Use ferragens para unir móveis empilhados
- ◆ Coloque tábuas ou outros objetos sob os móveis para que fiquem encostados na parede



Equipamento de iluminação

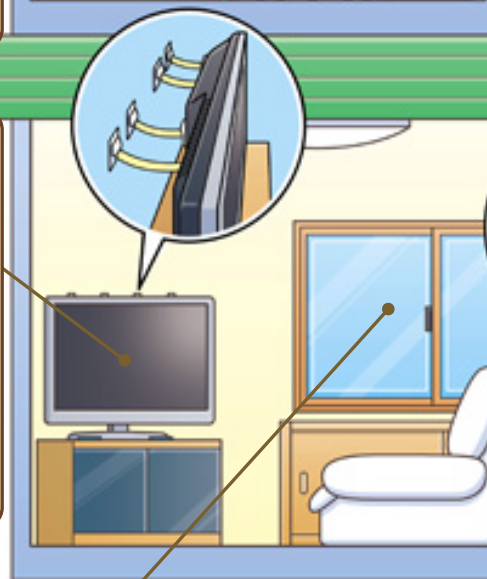
- ◆ Prenda a iluminação, pendurada no teto por um único cordão, em vários lugares com correntes e acessórios de metal. A iluminação diretamente fixada no teto é mais segura.

Geladeira

- ◆ Prenda-a com arame

Televisão

- ◆ Coloque a sua TV o mais baixo possível e prenda-a em uma parede ou um suporte com acessórios de metal ou arame
- ◆ Evite suportes para TV com rodas. Se você estiver usando um, no entanto, mantenha sempre as rodas travadas.



Janelas

- ◆ Aplique película de segurança para vidros em todas as placas de vidro, como janelas
- ◆ Use cortinas retardantes de fogo

Armários

- ◆ Instale fechos nas portas para que não abram e a louça dentro não caia

Fogão de cozinha

- ◆ Use um fogão com uma função de desligamento automático

Fonte: Relações Públicas Governamentais On-line

Você conhece disjuntores sensíveis a terremotos?

A maioria dos incêndios durante terremotos são conhecidos como incêndios elétricos "energizados". Eles são causados por aparelhos elétricos danificados ou fiação que pegam fogo quando a eletricidade é ligada ou restaurada. Um disjuntor sensível a terremotos, que desliga automaticamente a eletricidade quando registra um tremor forte, pode evitar incêndios elétricos energizados.

Existem vários tipos de disjuntores sensíveis a terremotos. Alguns você mesmo pode instalar facilmente, enquanto outros requerem trabalho elétrico. Considere aquele que melhor se adapta às circunstâncias da sua família.