O que fazer quando ocorrer um terremoto de intensidade sísmica 4 ou superior?

Multilingual Information on Disaster Risk Reduction

1. Primeiro, proteja sua própria segurança.

•Abrigue-se embaixo de uma mesa e proteja a cabeça com uma almofada ou bolsa.

•Afaste-se de janelas, móveis e luminárias.

2. Não saia correndo para fora.

•Enquanto o chão estiver tremendo, evite se movimentar sem necessidade. Tome cuidado com objetos que possam cair e móveis que possam tombar.

•Se estiver ao ar livre, afaste-se das paredes dos edifícios, muros de concreto e máquinas de venda automática.

3. Verifique as fontes de fogo e a eletricidade.

•Depois que os tremores pararem, desligue o fogão a gás e outras fontes de fogo.

•Se sentir cheiro de gás ou perceber algo anormal, não acenda fogo nem toque nos interruptores elétricos. Vá para um local seguro.

4. Verifique as informações corretas pela televisão ou pelo rádio.

•Acompanhe as informações sobre terremotos e tsunamis divulgadas pela Agência Meteorológica do Japão e pelas autoridades locais.

•Mesmo que o tremor em terra seja fraco, um terremoto com epicentro no fundo do mar pode provocar um tsunami.

5. Garanta uma rota de evacuação e evacue se necessário.

•Abra as portas e janelas para garantir uma rota de evacuação.

•Se for emitido um alerta ou aviso de tsunami, afaste-se imediatamente da costa e da foz dos rios e evacue para locais elevados ou outros lugares seguros.