



Osobe s intelektualnim poteškoćama



Lako čitanje

# BEZBJEDNI I JEDNAKI

prilikom zemljotresa, poplava i šumskih požara



Osobe s intelektualnim poteškoćama su poput **svih drugih ljudi**.



Osobama s intelektualnim poteškoćama, može biti **teško da razumiju** događaje i da nauče nove stvari.



Osobe s intelektualnim poteškoćama, imaju **pravo na korisne informacije**.



Važno je da informacije budu **jasne** i što lakše **razumljive**.

# KATASTROFE

Katastrofa je elementarna nepogoda ili druga nesreća koja je izazvana:



Djelovanjem  
prirodnih sila



Ljudskom  
nepažnjom

Svojom veličinom, intenzitetom i iznenadnom pojavom ugrožava:



Zdravlje



Živote velikog  
broja ljudi



Materijalna dobra



Životnu sredinu

Do katastrofe dolazi iznenada i ne može se spriječiti.  
Katastrofe se mogu pojaviti bilo gdje i bilo kad.

### Katastrofe mogu biti:



ZEMLJOTRES



POPLAVA



POŽAR



Osobe sa intelektualnim poteškoćama nekada ne mogu same da prepoznaju katastrofu.  
**Ne znaju šta treba da urade.**

### Osobama sa intelektualnim poteškoćama treba podrška:



Porodice



Ličnog asistenta



Prijatelja



Komšija

## Što treba da uradite prije katastrofe:



Redovno gledajte vijesti.



Informišite se koje su moguće katastrofe na vašem području.



Proučite kako da se ponašate za vrijeme katastrofe.



Razmislite koji ljudi mogu da vam pomognu.



Oni su vaš krug podrške.



Dogovorite se s njima kako mogu da vam pomognu u toku i poslije katastrofe.



Te osobe možda neće biti uvijek dostupne i možda nećete moći da ih dobijete.



Ako ste sami pozovite broj 112, da bi vam bila pružena pomoć.

# OBEZBIJEDITE DA VI I VAŠ DOM BUDETE SIGURNI.

## Za zaštitu od zemljotresa:



Pričvrstite namještaj za zid ili osigurajte drugu podršku.



Uramljene slike i ogledala ne stavljajte iznad kreveta i iznad prostora za sjedenje.

## Za zaštitu od šumskih požara:



Neka okolina zgrada i šatora bude uredna.



Upalite roštilj samo na mjestu, koje je predviđeno za to.



Uklonite grane drveća i pokupite suhu travu.

## Za zaštitu od poplava:



Kod upozorenja o mogućim poplavama, podignite namještaj i vrijedne stvari sa poda.



Iskopajte male kanale oko kuće, da voda lakše otiče.



Ako ne možete sami, onda zamolite vaš krug podrške da vam pomogne.

## Mjere za zaštitu i spašavanje su:



Evakuacija



Sklanjanje i zbrinjavanje  
nastradalog i ugroženog  
stanovništva.

## U SLUČAJU EVAKUACIJE:



Pridržavajte se uputstava  
nadležnih službi



Recite da vam  
treba pomoć

## Razmotrite svoje potrebe i potrebe članova vaše porodice:



Sa sobom ponesite samo  
najnužnije stvari, koje ste  
pripremili za hitne slučajeve.



Ponesite lijekove

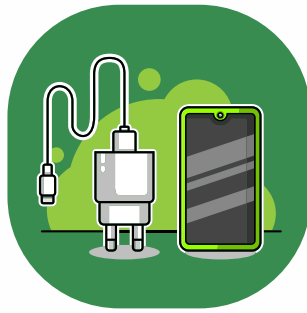


Pribor za ličnu higijenu

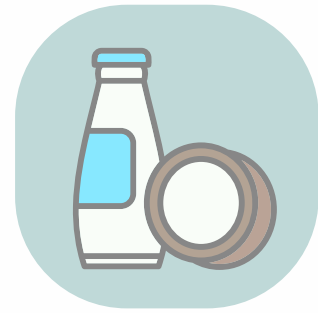
## Što treba da uradite prije katastrofe:



Lična dokumenta i  
novac



Mobilni uređaj i punjač



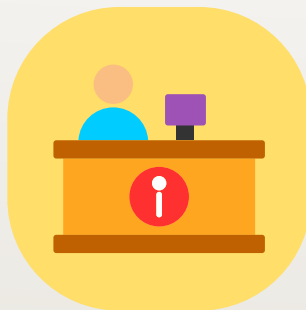
Bocu sa vodom i suve  
namirnice, konzerve.



Odjeću u skladu sa  
vremenskim uslovima



Povedite sa sobom kućne  
ljubimce.



Po dolasku na odrediše se  
vrši registracija i pruža se  
najhitnija pomoć.



Recite osoblju - kakva  
vam pomoć treba i koja su  
vaša ograničenja.



Obavijestite porodicu  
i bliske osobe gdje se  
nalazite.

## Šta da se uradi za vrijeme katastrofe:

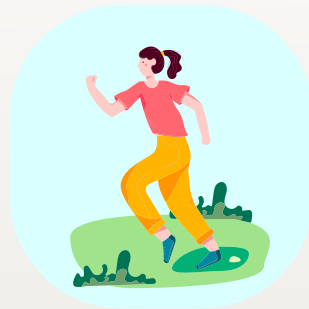
### ZEMLJOTRES

#### Ukoliko ste u unutrašnjem prostoru:



- Potražite sklonište ispod čvrstih stolova
- Sagnite glavu do koljena
- Zaštitite glavu laktovima
- Pokrijte potiljak dlanovima svojih ruku

#### Ako ste napolju:



- Brzo idite na otvoreni prostor

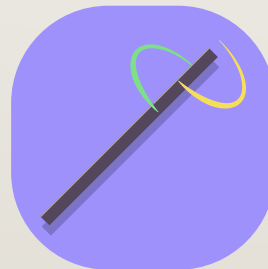
#### Ako ste poslije zemljotresa zarobljeni u ruševinama:



Ostanite mirni.



Ako ima prašine, pokrijte usta i nos odjećom ili bilo čime što vam je pri ruci.



Udarajte predmetom u zid ili metalne cijevi u redovnim intervalima, da bi vas spasioci mogli čuti.



Zovite u pomoć i to će pomoći spasiocima da vas pronađu.



# POPLAVA



Kada ste u poplavljenoj zgradi, pređite na viši sprat.



Ne prelazite vodeni tok, čak iako je nivo vode samo do koljena.



Poštujte blokade ulica i zatvorene podvožnjake.

# POŽAR

**Ako je požar u blizini vašeg boravišta:**



Ako ste u kući, a u vazduhu ima dima, zatvorite vrata i prozore.



Isključite sisteme ventilacije i klimatizacije.



Čekajte uputstva.



Čekajte vatrogasce - spasioce.



Ne uključujte se sami u gašenje požara.



Stavite masku preko usta.

## Šta uraditi poslije katastrofe:

### ZEMLJOTRES

Ako je zgrada oštećena:



Nemojte ulaziti.



Ako nema struje, za osvjetljenje koristite lampu na baterije.



Nemojte da palite šibice.



Ne pušite.

**Ukoliko dođe do poremećaja u snabdijevanju pitkom vodom, pridržavajte se uputstava o prokuvavanju vode ili koristite vodu u bocama.**



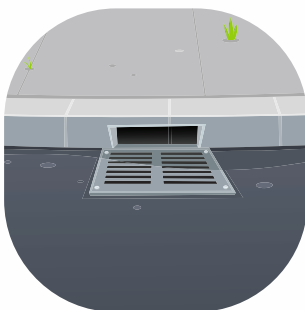
ili



## Neka stručna osoba pregleda:



Vodovodne instalacije



Kanalizacione instalacije



Gasne instalacije



Električne instalacije



Dimnjake

## POPLAVA

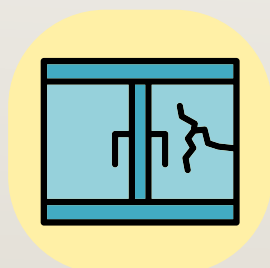
Poplave mogu da oštete:



Zgrade



Da poplave podrum  
i donje spratove

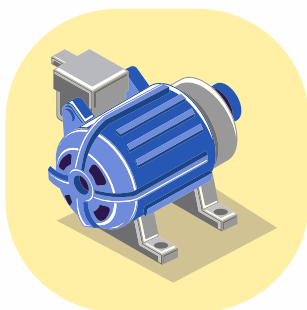


Da oštete  
namještaj



Da se nataloži  
blato

## Šta treba da se uradi:



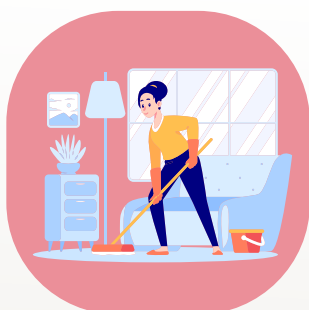
Da se ispumpa voda iz poplavljenih prostorija.



Da se ukloni nanijeti materijal i poplavljena oprema.



Da se opere odjeća.



Da se očiste i dezinfikuju prostori.



Da se bace predmeti, koji se ne mogu očistiti.



Nemojte piti vodu sa česme.



Bacite hranu, koja je došla u kontakt sa poplavljenom vodom.



Od prljave hrane i vode se možete razboljeti.

# POŽAR



Slijedite uputstva nadležnih tijela o povratku u svoj dom.



Provjetrite zgradu, kada u vazduhu nema dima ili mirisa dima.

# BROJ 112



U Crnoj Gori i u zemljama EU, **broj 112** (za pozive u hitnim situacijama) je dostupan 24 sata, sedam dana u nedjelji besplatno. Ako vam treba hitna medicinska pomoć ili pomoć vatrogasaca - spasilaca, drugih hitnih službi ili policije, pozivom na broj 112, operateru dajete sledeće informacije:



Ko zove, reći svoje ime



Šta se dogodilo



Gdje se dogodilo i koja je vaša adresa



Kada se dogodilo



Koliko ima  
povrijeđenih



O kakvim se  
povredama radi



Kakva vam je pomoć  
potrebna



Zovite broj 112, samo u  
hitnim slučajevima.



# KAKO DA SE PRISTUPI OSOBAMA SA INTELKTUALNIM POTEŠKOĆAMA

Osobama sa intelektualnim poteškoćama, može biti teško da razumiju događaje i da se snađu u novim nepoznatim situacijama. Osobe sa intelektualnim poteškoćama imaju pravo na informacije kao i svi drugi ljudi.

Važno je da osobe sa intelektualnim poteškoćama imaju informacije, koje se što jasnije i što lakše razumiju.

Ako ste u prilici da kontaktirate sa osobama sa intelektualnim poteškoćama, opišite im situaciju koja se dogodila ili opasnost u kojoj su se našli.

Pitajte, da li im treba pomoć. Provjerite, da li je osoba shvatila ono što ste joj rekli. Ukoliko nije, onda joj ponovite polako, na drugačiji način, pokušajte sa konkretnim predmetima ili sličicama.

Možete koristiti i neverbalnu komunikaciju, kao što je pokazivanje rukama i klimanje glavom.

Ne ostavljajte osobu sa intelektualnim poteškoćama samu, ako ne komunicira i ne zna šta joj je potrebno.

Ukoliko je moguće potražite blisku osobu, koja će vam pomoći da shvatite kako se osoba sa intelektualnim poteškoćama osjeća i koji nivo podrške joj treba. Ukoliko to nije moguće, osigurajte joj trenutnu psihosocijalnu podršku i volontera, koji će brinuti o njoj do trenutka kada će se obezbijediti njen smještaj.

Govorite kratko, jasno, jednostavnim rječnikom i budite strpljivi. Moguće je da osoba sa intelektualnim poteškoćama ne govori ili joj treba vremena.



**Co-funded by  
the European Union**



Ravnateljstvo civilne zaštite

UPRAVA  
REPUBLIKE  
SLOVENIJE



ZA ZAŠČITO IN REŠEVANJE



Izdaje: Ministarstvo unutrašnjih poslova Crne Gore, Direktorat za zaštitu i spašavanje,  
u okviru projekta Safe and Equal in Emergencies (SEE ME).  
Brošura je urađena u saradnji sa mr.sc. Mirjana Jakovčev