Rolix Impex Series SRL
B-dul Basarabiei, Nr. 256, Poarta 2, Bucuresti, Sector 3
J40/12886/2010, C.I.F.: RO27863780
Banca Transilvania Pallady, Cont :RO64BTRL04701202U56328XX,
Telefon/Fax: 021-256.06.10, E-mail: **office@rolix.ro**, www.stand.ro

CAPSULĂ ANTI-SEISMICĂ

Vă este teamă de următorul mare cutremur din București? Avem o soluție!!!

.

Contextul Seismic al Bucureștiului

Bucureștiul, capitala României, este o zonă cu un risc seismic ridicat datorită proximității sale față de zona Vrancea, una dintre cele mai active din punct de vedere tectonic din Europa. Bucureștiul a fost afectat de mai multe cutremure devastatoare de-a lungul istoriei. Cel mai recent



eveniment major a avut loc în 1977, provocând pierderi semnificative de vieți și pagube materiale considerabile. Orașul este situat în apropierea zonei seismice Vrancea, care generează cutremure cu magnitudini ridicate și cu efecte resimțite pe o arie extinsă. În ultimii ani, temerile legate de un potențial cutremur devastator au crescut în rândul locuitorilor, având în vedere istoricul seismelor majore din regiune și numărul mare de clădiri vulnerabile. Conform Institutului Național pentru Fizica Pământului, frecvența cutremurelor în această regiune și potențialul lor distructiv fac din București una dintre cele mai vulnerabile capitale europene din punct de vedere seismic. Acest context accentuează necesitatea unor soluții eficiente de protecție pentru locuitorii săi. În fiecare zi, zeci de mii de vieți sunt în pericol. **Conform calculelor Re:Rise privind rezistența clădirilor, doar în București avem peste 2200 de imobile vulnerabile la cutremur, însumând zeci de mii de apartamente și spații comune. Iar acestora li se adaugă și restul localităților din România expuse activității seismice din Vrancea.**

În fața acestei amenințări iminente, prezentăm o soluție revoluționară: capsula anti-seismică din oțel ranforsat, proiectată pentru a proteja până la două persoane în timpul unui cutremur. Aceasta oferă o metodă de protecție personală care combină tehnologia avansată și durabilitatea, asigurând siguranța locuitorilor în situații de urgență.

Siguranță în orice moment

În contextul creșterii frecvenței și intensității cutremurelor, necesitatea de a asigura siguranța persoanelor, animalelor și bunurilor de valoare devine primordială.Pregătirea pentru astfel de evenimente este esențială, iar o capsulă metalică antiseismică poate fi un element crucial în planul dumneavoastră de siguranță.Cutia metalică antiseismică este concepută pentru a oferi protecție maximă în cazul unui seism. Aceasta este ideală pentru protecția persoanelor, animalelor, precum și a bunurilor de valoare cum ar fi documentele importante, bijuteriile și alte obiecte de preț. Designul robust și echipamentul complet fac din această capsulă o soluție esențială pentru siguranța în situații de urgență. Fiecare secundă contează în timpul unui cutremur. Capsula noastră de protecție seismică oferă adăpost imediat și securitate maximă în caz de dezastru. Construită din materiale extrem de rezistente, capsula este proiectată să reziste la impacturi majore și prăbușirea clădirilor.

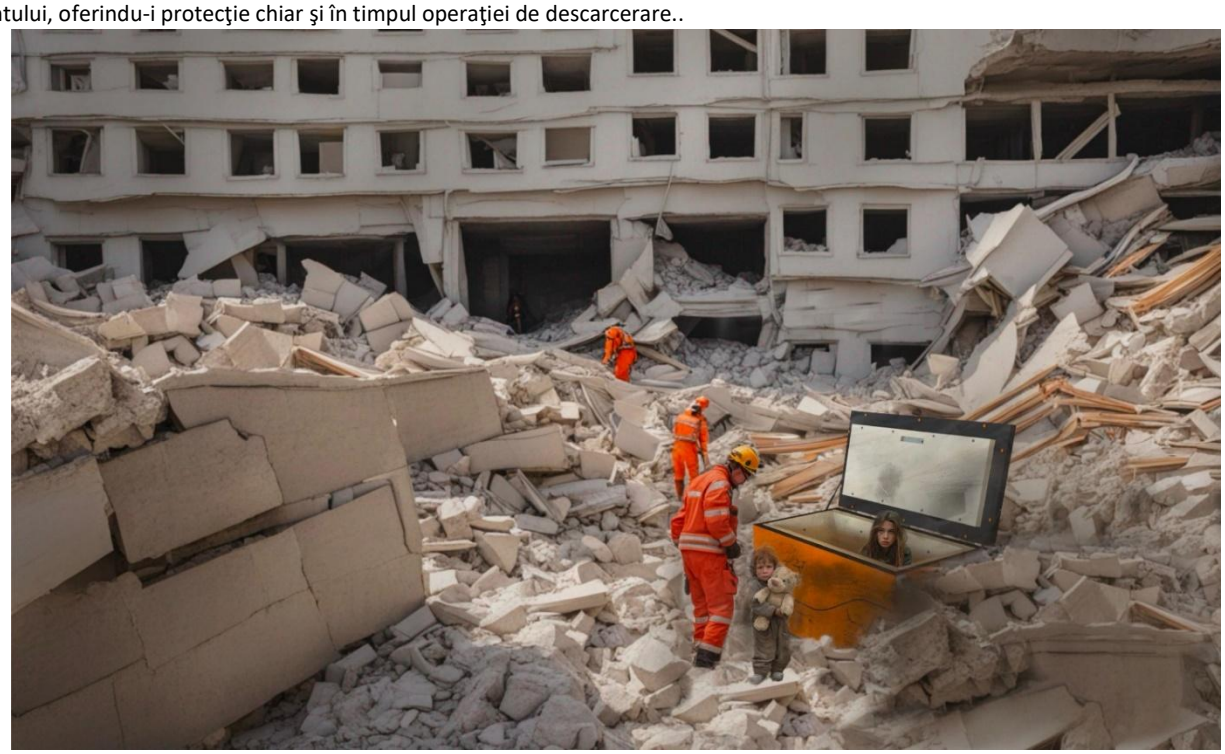


Tot ce trebuie să facă o persoană, în caz de cutremur, este să se plaseze în interiorul modulului și să aștepte să treacă pericolul. O capsulă metalică antiseismică este o structură robustă construită din panouri de cadre de oțel într-o configurație în formă de zăbrele. Oțelul utilizat este de calitate industrială, tratat pentru a rezista la coroziune și uzură, asigurând durabilitate pe termen lung. Designul zabrelit permite distribuirea uniformă a forțelor asupra întregii structuri, prevenind punctele de concentrare a tensiunii care ar putea duce la cedarea materialului. Această structură oferă o protecție sporită împotriva căderii molozului și a altor pericole asociate cu cutremurele

și alte dezastre naturale. **Intr-o capsulă încap până la trei persoane – un adult (confortabil), doi adulţi (mai strâmt) sau un adult şi unul/doi copii.**

Caracteristici principale:

- ***Protecție imediată**:* Permite intrarea și închiderea rapidă pentru a te proteja de căderi de moloz sau obiecte grele de mobilier, precum și de prăbușirea pereților, plafoanelor etc.
- ***Solicitări**:* Capsula rezistă cu uşurinţă la sarcini între 60-200 tone-forţă (în funcţie de modelul ales). Este destinată salvării vieţii celui/celor ce o folosesc în timpul unui cutremur şi asigurării condiţiilor de supravieţuire până la încetarea pericolului, sau, în cazul în care imobilul se prăbuşeşte, până la eliberarea ocupantului, oferindu-i protecţie chiar şi în timpul operaţiei de descarcerare..



- ***Rezistență la impact major***: Construcția din oțel oferă o rezistență excepțională la impact și la compresie, protejând ocupanții de căderea molozului, a obiectelor zburătoare și a altor pericole. Capsula oferă o protecție net superioară față de metodele simpliste de adăpostire în timpul unui cutremur, precum adăpostirea sub mese sau lângă pereți interiori. Structura sa robustă și sistemele de siguranță integrate asigură supraviețuirea chiar și în cele mai severe condiții
- ***Supraviețuire pentru minim 3-5 zile***: Capsula este concepută pentru a oferi supraviețuire timp de aproximativ 3-5 zile pentru două persoane, cu resursele incluse. În funcție de gestionarea resurselor și de numărul ocupanților (oameni și animale), această perioadă poate varia. În cazul unei singure persoane, durata asigurării supraviețuirii poate ajunge și la 6 zile. Capsula nu este etanșă, deci se poate respira în mod natural.
- ***Interior confortabil***: Interiorul capsulei este capitonat cu perne de burete de 4 cm grosime pentru a oferi confort și izolare termică. Buretele utilizat este de densitate mare, având proprietăți excelente de absorbție a energiei seismice. Pernele de burete sunt dispuse uniform pe toate suprafețele interioare, asigurând protecția completă a ocupanților și bunurilor. Acestea asigură confortul fizic și termic necesar pentru supraviețuire.
- ***Sistem de iluminare propriu***: Capsula este echipată cu un sistem de iluminare independent, asigurând vizibilitate chiar și în cazul unei pene de curent. Sistemul utilizează LED-uri pentru a asigura o iluminare eficientă și de durată. Intensitatea luminii poate fi ajustată în funcție de necesități, economisind energie.
- ***Acces facil***: Capsula este echipată cu o ușă de acces robustă, cu mecanism de blocare de siguranță care poate fi operat din interior. Capacul capsulei stă deschis în permanență, permițând accesul rapid în caz de urgență.



- ***Ieșire de urgență***: În caz de urgență, toate laterale capsulei se pot desface din interior, permițând ocupanților să iasă din capsulă printre profilele structurii metalice zăbrelite.
- ***Spațiu suficient***: Capsula este suficient de spațioasă pentru a adăposti confortabil o persoană adultă, un animal de companie mic și bunuri valoroase, cum ar fi documente și bijuterii.
- ***Mobilitate***: Capsula este dotata cu mânere și roti. Dimensiunile compacte și greutatea relativ redusă permit transportarea ușoară a capsulei în caz de urgență sau în scopul facilitării activităților casnice (precum curățenia) sau a unor modificări la nivelul locuinței (precum optimizarea unui anumit spațiu, extindrea sau repoziționarea mobilierului etc.).
- ***Monitorizare în timp real (optional)***: Posibilitatea monitorizării prin WiFi sau alte mijloace de comunicare, asigurând intervenția rapidă.
- ***Capac deschis înainte de utilizare***: Capacul capsulei stă deschis în permanență, permițând accesul rapid în caz de urgență.
- ***Dimensiuni ajustabile:*** Capsula este disponibilă în mai multe dimensiuni, adaptabile la diverse necesități de spațiu și capacitate. Greutatea variază în funcție de dimensiune, dar este optimizată pentru a oferi un echilibru între rezistență și confort. Varianta BASIC are dimensiuni interioare de: L-190cm, l-80cm, H-80cm. Capsula poate fi poziționată atât pe orizontală cât și pe verticală.
- ***Transport și montaj facil***: -Capsula este demontabilă pentru a putea fi transportată mai ușor și vine însoțită de instrucțiuni de montaj. Transportul si montajul sunt servcii asigurate la cererea clientului. Procedura de instalare este simplă și poate fi realizată contra cost (in functie de locatie) în câteva ore

de către o echipă de tehnicieni. Capsula trebuie instalată într-o locație stabilă și accesibilă. Se recomandă fixarea acesteia pe o bază de beton pentru a preveni deplasările nedorite în timpul unui cutremur.

- ***Liniște sufletească***: Calmul este crucial pentru a gestiona eficient situația în cazul unui cutremur. Faptul că aveți la îndemână o capsulă antiseismică care oferă o șansă reală de supraviețuire, vă poate induce o stare de relaxare psihică care să diminueze panica și nivelul de stres iminente ale unei situații de urgență generate de un cutremur.

- ***Kit de supraviețuire inclus***: Dotată cu un set complet de supraviețuire pentru a asigura necesitățile de bază până la sosirea ajutoarelor (minim 3-5 zile). Kitul de supraviețuire este stocat în compartimente organizate pentru acces rapid și eficient. Fiecare articol este etichetat clar, iar manualul de utilizare include instrucțiuni detaliate pentru fiecare componentă.



Pașii de utilizare:

1. ***Identificarea capsulei***:
   - Asigură-te că știi unde este plasată capsula în locuința sau biroul tău. Poziționează capsula într-un loc accesibil și cunoscut tuturor membrilor familiei sau colegilor de muncă.
2. ***Intrarea în capsulă***:
   - În momentul în care simți un cutremur, păstrează-ți calmul și îndreaptă-te rapid către capsulă.
   - Deschide capacul, dacă acesta nu este deja deschis, și intră în capsulă. Asigură-te că te miști rapid și eficient pentru a evita posibilele obiecte căzătoare.
3. ***Închiderea capacului***:
   - Odată ce ai intrat complet în capsulă, trage capacul pentru a-l închide etanș. Verifică dacă capacul este bine închis pentru a te proteja complet de praf, resturi și alte pericole.
   - Capacul este conceput să se închidă ușor și să ofere o protecție completă împotriva prăbușirilor.
4. ***Așteptarea***:
   - Așteaptă cu calm până ce cutremurul se oprește. Utilizează timpul pentru a evalua situația și pentru a te pregăti pentru eventualele replici.
   - Dacă este necesar, utilizează elementele din kitul de supraviețuire pentru a-ți asigura confortul și necesitățile de bază (apă, hrană, încălzitoare, etc.).
   - Folosește dispozitivele de comunicare și semnalizare din kit (stație radio, fluier, goarnă) pentru a anunța echipele de salvare despre locația ta.

Avantaje:

- Materiale ultra-rezistente: Construcția robustă garantează integritatea structurii chiar și în condiții extreme.
- Design ergonomic: Spațiu suficient pentru o persoană, asigurând confort și siguranță în timpul așteptării.
- Dimensiuni personalizabile: Cutii disponibile în diverse dimensiuni pentru a găzdui mai mulți membri ai familiei, asigurând protecție pentru toți cei dragi.
- Capacitate extinsă: Posibilitatea găzduirii mai multor cutii în regim de sharing pentru vecini, într-un loc comun accesibil tuturor, cum ar fi casa scărilor sau alte spații comune.
- Transport și montaj facil: Capsula este demontabilă pentru a putea fi transportată ușor și vine însoțită de instrucțiuni detaliate de montaj. Montajul se poate finaliza în doar 2 ore.
- Capsula de Protecție Seismică – un refugiu sigur în momente critice. Nu lăsa siguranța la voia întâmplării. Investește în protecție pentru tine și cei dragi!



Capsula metalică antiseismică oferă o soluție completă și eficientă pentru protecția persoanelor, animalelor și bunurilor de valoare în timpul unui cutremur. Cu o construcție robustă, protecție interioară superioară și un kit de supraviețuire bine echipat, această capsulă reprezintă o investiție esențială pentru siguranța în caz de dezastre naturale. Adaptabilitatea la diverse dimensiuni și nevoi, împreună cu atenția la detalii în proiectare și execuție, fac din această capsulă o alegere de încredere pentru oricine dorește să-și protejeze viața și bunurile de neprevăzut.

Pentru informatii suplimentare:
Cercetator CSIII ing Dragos Preda, 074-999-86-42, dragospreda@yahoo.com
Cercetator CSIII ing Bogdan Duran, 074-999-5555, bogdan@rolix.ro

Lista de preturi si optiuni dimensionale CAPSULA ANTI-SEISMICA

Nr	Model CAPSULĂ ANTISEISMICĂ	Nr Pers.* (as-adult scund a-adult c-copil)	Dimensiune Interioara Lungime/ Lățime (sus si la baza)/ Adancime/	Dimensiune Exterioara (cm) Lungime/ Lățime (sus si la baza)/ Adancime/	Grosime Perete teavă metalică	Greutate Capsulă (fără kit de supraviețuire)	Rezistenta Structură metalică T-1	Rezistenta Structură metalică T-2	Pret Euro *****
			cm	cm	mm	Kg	Tone ***	Tone ****	Fara TVA
1	BASIC – 1 (copii)	1as+1c sau 2c	170 / 78(68) / 66	192 / 100(90) / 86	2	284**	93,96	137,01	1590
2	BASIC – 1 (adult)	1a sau 1a+2c	190 / 85(75) / 90	210 / 107(97) / 110	2	312	93,96	137,01	1739
3	BASIC – 2 (adulti)	2a sau 2a+1c	190 / 100(92) / 90	210 / 122(112) / 110	2	344	93,96	137,01	1883
4	MASIV – 1 (copii)	1as+1c sau 2c	170 / 78(68) / 66	192 / 100(90) / 86	3	426	131,55	200,80	2235
5	MASIV – 1 (adult)	1a sau 1a+2c	190 / 85(75) / 90	210 / 107(97) / 110	3	469	131,55	200,80	2459
6	MASIV – 2 (adult)	2a sau 2a+1c	190 / 100(92) / 90	210 / 122(112) / 110	3	515	131,55	200,80	2704
7	STRONG – 1 (copii)	1as+1c sau 2c	170 / 78(68) / 66	192 / 100(90) / 86	4	568	179,27	265,13	2980
8	STRONG – 1 (adult)	1a sau 1a+2c	190 / 85(75) / 90	210 / 107(97) / 110	4	625	179,27	265,13	3278
9	STRONG – 2 (adult)	2a sau 2a+1c	190 / 100(92) / 90	210 / 122(112) / 110	4	687	179,27	265,13	3606
Accesorii suplimentare									
	Roată pivotantă 130mm******								25

* **Exemplu: Intr-o capsulă BASIC încap până la trei persoane (sau animale de companie), functie de model:**

BASIC-1 (copii) : **1a+1c:** inseamnă ca intră 1 persoană adulta scundă și 1 copil (variantă comodă), sau
2c: inseamnă ca intră 2 copii

BASIC-1 (adult): **1a:** inseamnă ca intră 1 persoană adulta de inalțime normală (variantă comodă) sau
1a+2c: inseamnă ca intră 1 persoană adulta de inalțime normală plus 2 copii (variantă strâmtă)

BASIC-2 (adult): **2a:** inseamnă ca intră 2 persoane adulte de inalțime normală (variantă comodă) sau
2a+1c: inseamnă ca intră 2 persoane adulte de inalțime normală plus 1 copil (variantă strâmtă)

** **Greutatea componentelor (exemplificare)**: Capac (57kg), Bază (45kg), Lateralele mici (52kg), Lateralele mari (90kg), Accesorii (40kg)

*** **Tone forta T-1 (incarcarea maxima preluata de structura cutiei la o comportare elastica a materialului)**

**** **Tone forta T-2 (incarcarea maxima preluata de structura cutiei la o comportare plastica a materialului)**

conform breviar de calcul din data de 18/11/2024 realizat de ing Cristian Vilcu si contrasemnat de Verificator de Proiecte ing. Predescu I.V. Mihai (expert tehnic atestat, acreditare A4, B2, D emisa de M.D.R.T. nr. 08691)

***** **Prețul**: nu conține transportul și montajul capsulei. Acesta se calculeaza in funcție de tipul de clădire, etaj, dacă există lift, etc

****** **Roată pivotanta (sunt incluse in pret 4 bucati la oricare din modele)**

Alte detalii constructive comune la toate modelele:

Geometrie capsula: Trunchi de piramida (baza mică sus in partea cu capac)

Așezare: Orizontala sau verticala (pe 4 roți), (in pozitia verticala se poate instala ca un frigider)

Finisare: Vopsit electrostic, cadru (negru mat structurat) + capace (portocalii) (se poate vopsi in orice culoare din gama RAL). Se poate asorta inclusiv cu mobilierul din casa.

Structura: Țeava rectangulara oțel S235JR, **Rezistență structura**: între 137-265tone (funcție de model)

Absorbția șocurilor: Placă burete spuma poliuretanica 4cm (densitate 21kg/mc). Buretele poliuretanic, datorită structurii sale celulare, are o capacitate excelentă de a absorbi energia mecanică produsă de mișcările seismice. Aceasta înseamnă că în timpul unui cutremur, salteaua va amortiza o parte semnificativă din șocuri, protejând astfel ocupanții capsulei.

Sistem de iluminat: Capsula are standard 2 lămpi LED pe pereții interiori (lateralele mici). Lămpile se aprind prin apăsare.

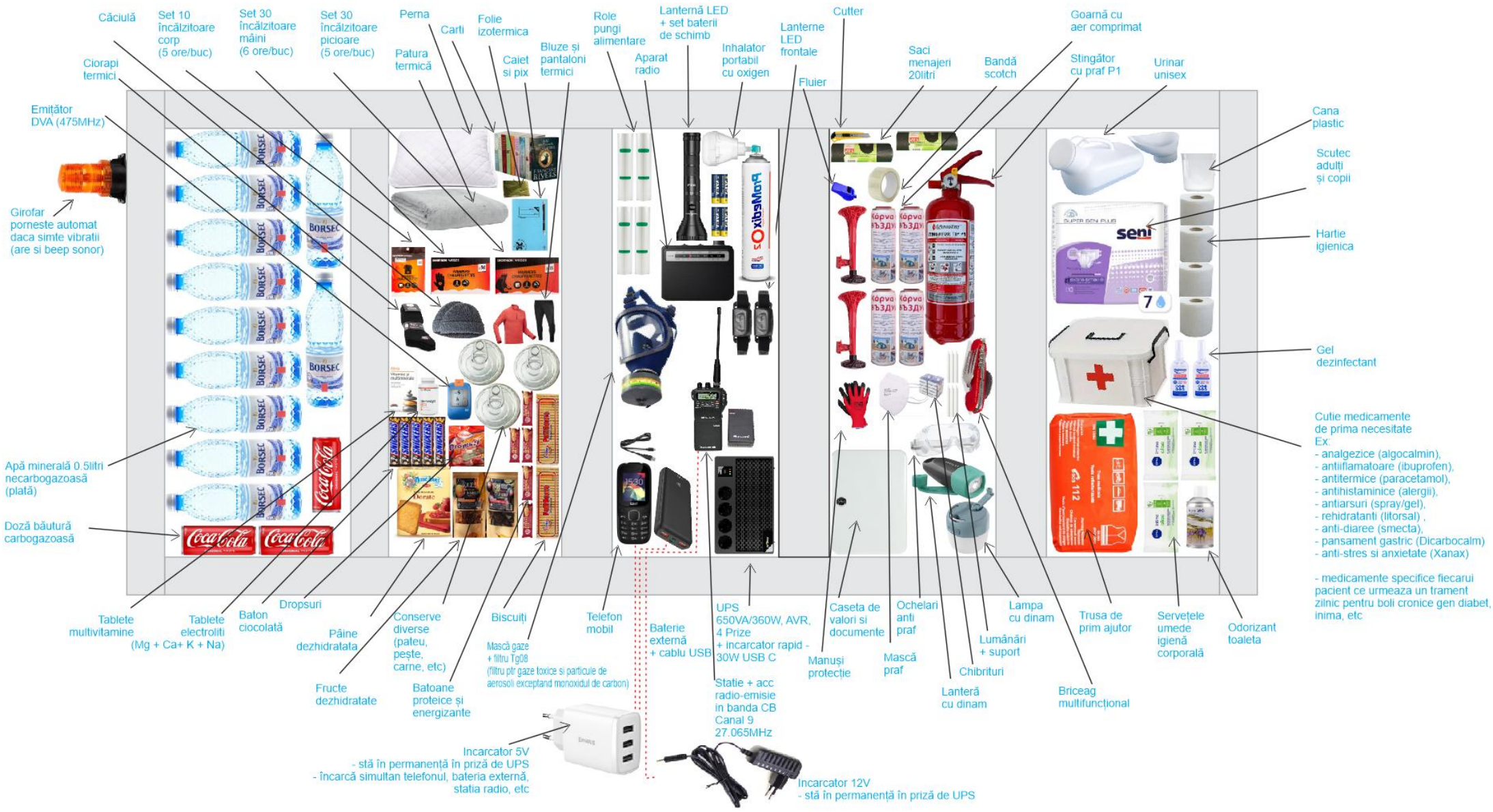
Roți (in funcție de model): Toate capsulele sunt dotate cu 4/6 roți din oțel, pivotante, cu frână, diametru 125mm, sarcină dinamică 100-200kg, sarcină statică 200-300kg. Roți suplimentare se pot achiziționa separat.

Kit de supravițuire BASIC (26 de produse de primă necesitate **incluse** la **oricare** model, pentru minim 3-5 zile):

- **Apă minerală,** 0.5 litri necarbogazoasă (plată), 16sticle
- **Conserve diverse,** (pateu, carne, etc.), 5 cutii, (ATENȚIE la termenul de expirare)
- **Baton ciocolată**, 2bucăți, (ATENȚIE la termenul de expirare), PRODUS VIDAT
- **Pâine deshidratată** (crocanta), 230g/pachet, 1 pachet (ATENȚIE la termenul de expirare), PRODUS VIDAT
- **Dropsuri mentolate sau de fructe**, 1 pachet (ATENȚIE la termenul de expirare), PRODUS VIDAT
- **Biscuiți** (petit beurre), 1 pachet, (ATENȚIE la termenul de expirare) , PRODUS VIDAT
- **Tablete multivitamine**, 2 cutii, (ATENȚIE la termenul de expirare)
- **Saci menajeri 20 litri** - 2 role + **Rolă pungi alimentare** - 2 role
- **Hârtie igienică**, set de 6 role + **Șervețele umede igienă corporală**, 1 cutie
- **Gel dezinfectant**, 2buc
- **Trusă de prim ajutor**, 1buc
- **Lanternă cu dinam**, 1buc + **Baterii**, AAA, 8buc
- **Aparat de radio FM/AM, portabil,** 1buc
- **Cană plastic,** 2buc
- **Fluier**, 1buc
- **Set 10 încălzitoare mâini** (6 ore/buc), 1buc
- **Set 10 încălzitoare picioare** (5 ore/buc), 1buc
- **Folie de supraviețuire** (folie izotermică), 2buc
- **Pătura termică** (polar), 1buc
- **Urinar unisex**, 1 cutie
- **Goarnă cu aer comprimat**, 1buc
- **Pernă fibre** 50x70cm, 1buc
- **Briceag multifunctional**, 1buc



Kit de supraviețuire - situat în podeaua capsulei anti-seismice



Nr. certificat : 6709 ISO 9001:2015
Nr. certificat : 3800 ISO 14001:2015
Nr. certificat : 2854 ISO 45001:2018
ISO 13485

CERTIFICARE - ISO9001:2015, ISO14001:2015, ISO14001:2018, ISO13485:2016

ROLIX s-a dedicat in permanenta imbunatatirii calitatii produselor si serviciilor oferite. Ca o incununare a acestor eforturi, firma noastra a redobandit in mai 2020 certificarea ISO9001:2015 dar si ISO14001:2015, in 2022 ISO45001:2018 si in ian 2024 ISO13485:2016, fiind astfel membra a unui sistem de management al calitatii international recunoscut.

Fabricat în România

Optiuni suplimentare pentru KIT-ul SUPRAVIETUIRE
(preturi exprimate in ron/UM cu TVA inclus)
Cantitatile sunt orientative pentru un adult si aprox. 5 zile cu un consum moderat

PRODUSE	UM	Cant	Pret/buc
Alimentație și Hidratare			
1. Apă minerală 0.5 litri necarbogazoasă (plată)	st	30	5
2. Doză băutură carbogazoasă	doze	10	5
3. Baton ciocolată	buc	10	5
4. Pâine deshidratată (crocanta), 230g/pachet	buc	3	22
5. Dropsuri mentolate sau cu gust de fructe	pac	1	10
6. Fructe deshidratate (meriosare, caise, prune, pere, mere, etc)	pac	2	25
7. Conserve diverse (pateu, pește, carne, etc.)	buc	10	6
8. Biscuiți simpli (petit beurre)	buc	2	15
9. Tablete multivitamine	cut.	2	25
10. Tablete electroliți (Mg + Ca + K + Na)	buc	2	40
Încălzire și Confort			
1. Căciulă	buc	2	60
2. Set 10 încălzitoare corp (5 ore/buc)	set	2	55
3. Set 30 încălzitoare mâini (6 ore/buc)	set	2	35
4. Set 30 încălzitoare picioare (5 ore/buc)	set	2	35
5. Pernă fibre 50x70cm	buc	1	50
6. Folie izotermică	buc	2	20
7. Bluză și pantaloni termici (polar)	buc	2	100
8. Pătura termică (polar)	buc	2	50
Comunicare și Semnalizare			
Baterie externă 20000+ cablu USB	buc	1	200
Telefon mobil simplu (not smart) + incarcator	buc	1	150
Emitator DVA (475MHz) -	buc	1	1000
Stație radio-emisie în bandă CB, antena inclusa	buc	1	500
Aparat radio portabil AM/FM	buc	1	100
Goarnă cu aer comprimat	buc	2	60
Fluier	buc	1	5
UPS 300VA	buc	1	350
Girofar + sistem detectie miscare giroscopica	buc	1	200
Financiare			
Bani cash si un card secundar (in caz de nevoie urgenta)	Ron	1	1000

PRODUSE	UM	Cant	Pret
Iluminare			
1. Lanternă LED + set baterii de schimb	buc	1	50
2 Lanternă LED frontală	buc	1	40
3 Lampă cu dinam	buc	1	95
4 Lanternă cu dinam	buc	1	50
Igienă și Sanitație			
1. Cană plastic	buc	1	10
2. Scutece adulți și copii	buc	30	5
3. Hârtie igienică	role	10	20
4. Gel dezinfectant	St.	2	8
5. Urinar unisex	buc	1	50
6. Șervețele umede igienă corporală	pac.	2	8
7. Odorizant toaletă	buc	1	20
Medicamente și Prim Ajuto			
1. Cutie medicamente de primă necesitate (ex: analgezice, antiinflamatoare, antitermice, antialergice, antitusive, rehidratant, antidiareice, pansament gastric, anti-stres și anxietate, etc.)	buc	1	Variabil fct. de optiuni
2. Trusă de prim ajutor simpla	buc	1	50
Siguranță și Protecție			
1. Stingător cu praf P1	buc	1	150
2. Mănuși protecție	buc	2	10
3. Mască anti-praf	set	1	10
4. Ochelari anti-praf	buc	1	20
5. Mască gaze + filtru 708 (filtru pt gaze toxice și particule de aerosoli exceptând monoxidul de carbon)	set	1	550
Diverse și Utilitare			
1. Role pungi alimentare	buc	2	5
2. Cutter	buc	2	6
3. Caiet și pix	buc	1	5
4. Casetă de valori și documente	buc	1	250
5. Brichetă multifuncțională	buc	1	20
6. Chibrituri	cut.	1	2
7. Bandă scotch	buc	1	10
8. Saci menajeri 20 litri	buc	10	8
9. Briceag multifunctional	buc	1	50

Nr. certificat : 6709 ISO 9001:2015 Nr. certificat : 3800 ISO 14001:2015 Nr. certificat : 2854 ISO 45001:2018 ISO 13485

CERTIFICARE - ISO9001:2015, ISO14001:2015, ISO14001:2018, ISO13485:2016
ROLIX s-a dedicat in permanenta imbunatatirii calitatii produselor si serviciilor oferite. Ca o incununare a acestor eforturi, firma noastra a redobandit in mai 2020 certificarea ISO9001:2015 dar si ISO14001:2015, in 2022 ISO45001:2018 si in ian 2024 ISO13485:2016, fiind astfel membra a unui sistem de management al calitatii international recunoscut.

Fabricat in Romania

Sfaturi despre cutremur



Siguranța psihică în cazul unui cutremur este crucială pentru a reduce stresul și anxietatea și pentru a gestiona eficient situația. Iată câteva sfaturi pentru a menține siguranța psihică în timpul și după un cutremur:

Înainte de cutremur

1. **Educație și pregătire:** Participă la cursuri de pregătire pentru cutremure și informează-te despre ce trebuie să faci înainte, în timpul și după un cutremur. În cazul în care un copil trebuie să folosească capsula, este important ca acesta să fie instruit în prealabil despre procedurile de urgență și utilizarea resurselor din capsulă. Animalele de companie ar trebui să aibă un mic kit propriu, care să includă apă, hrană și eventuale medicamente necesare.
2. **Plan de urgență:** Creează un plan de urgență cu familia ta. Asigurați-vă că toți membrii familiei știu ce să facă și unde să se întâlnească după un cutremur.
3. **Kit de urgență:** Pregătește un kit de urgență care să includă apă, mâncare, medicamente, lanternă, baterii, trusa de prim ajutor și alte articole esențiale.

În timpul cutremurului

4. La începutul unui cutremur, toți ocupanții trebuie să se deplaseze rapid spre capsulă. Ușa etanșă trebuie inchisa manual, asigurând protecția imediată. Pernele de burete din interior protejează ocupanții de impacturi. Capsula este suficient de spațioasă pentru a găzdui un copil sau un animal de companie de dimensiuni mici până la medii.
5. **Păstrează-ți calmul:** Încearcă să rămâi calm și să-ți controlezi respirația. Reamintește-ți că majoritatea cutremurelor durează doar câteva secunde.
6. **Acțiuni de siguranță:** Adăpostește-te urgebt intr-o capsula anti-seimica (daca detii asa ceva), sub o masă solidă sau într-un loc sigur, departe de ferestre, oglinzi și obiecte care ar putea cădea.
7. **Nu fugi:** Evită să alergi pe scări sau să ieși afară în timpul cutremurului. Este mai sigur să rămâi unde ești și să te protejezi.

După cutremur

1. **Evaluează situația:** Verifică dacă există răniți și oferă ajutor de primă necesitate dacă este sigur să faci asta.
2. După încetarea mișcărilor seismice și evaluarea siguranței exterioare, ușa capsulei poate fi deschisă pentru a permite ieșirea. Asigurați-vă că zona este sigură înainte de a evacua capsula.
3. **Comunică:** Contactează membrii familiei și prietenii pentru a le spune că ești în siguranță. Folosește mesaje text sau rețelele sociale pentru a evita aglomerarea liniilor telefonice.
4. **Evită zonele periculoase:** Stai departe de clădirile avariate și urmează indicațiile autorităților.

Gestionarea stresului și anxietății

1. **Exprimă-ți emoțiile:** Vorbește cu familia și prietenii despre experiența ta și despre cum te simți. Exprimarea emoțiilor poate ajuta la reducerea stresului.
2. **Activități relaxante:** Practică activități care te relaxează, cum ar fi meditația, exercițiile fizice, sau hobby-urile tale preferate.
3. **Ajutor profesional:** Dacă te simți copleșit de anxietate sau stres, ia în considerare să vorbești cu un psiholog sau un consilier.

Exerciții și tehnici de relaxare

1. **Respirația profundă:** Inspiră lent pe nas, ține-ți respirația câteva secunde, apoi expiră încet pe gură. Repetă de câteva ori pentru a reduce tensiunea.
2. **Meditație:** Găsește un loc liniștit și concentrează-te pe respirație sau pe un obiect specific pentru câteva minute.
3. **Tehnici de împământare:** Concentrează-te pe senzațiile fizice din mediul tău, cum ar fi textura unui obiect sau sunetele din jurul tău, pentru a-ți liniști mintea.

Gestionarea resurselor si comunicatii

1. Gestionați cu atenție resursele de apă și alimente pentru a asigura supraviețuirea pe termen lung.
2. Folosiți articolele de igienă pentru a menține un mediu curat și sănătos în interiorul capsulei.
3. Utilizați sistemul de comunicare pentru a verifica situația exterioară și pentru a contacta echipele de salvare, dacă este necesar. Radio-ul și telefonul satelit sunt esențiale pentru menținerea contactului cu exteriorul.

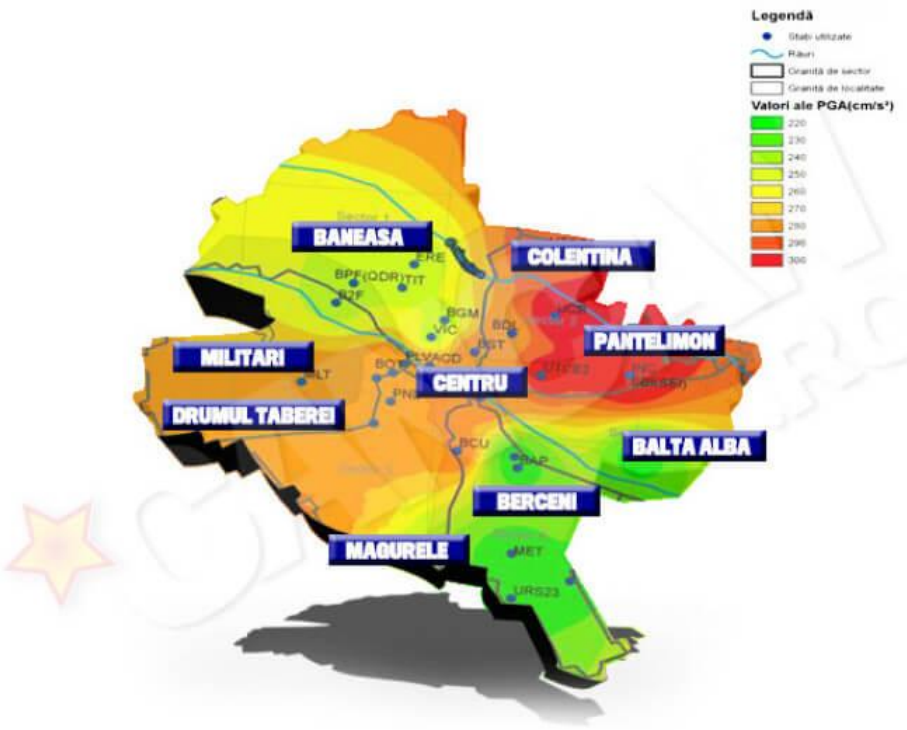
Păstrarea siguranței psihice în caz de cutremur este la fel de importantă ca și siguranța fizică. Pregătirea adecvată și cunoașterea tehnicilor de gestionare a stresului pot face o mare diferență în modul în care gestionezi astfel de situații de urgență.

Nr. certificat : 6709 ISO 9001:2015 Nr. certificat : 3800 ISO 14001:2015 Nr. certificat : 2854 ISO 45001:2018 ISO 13485

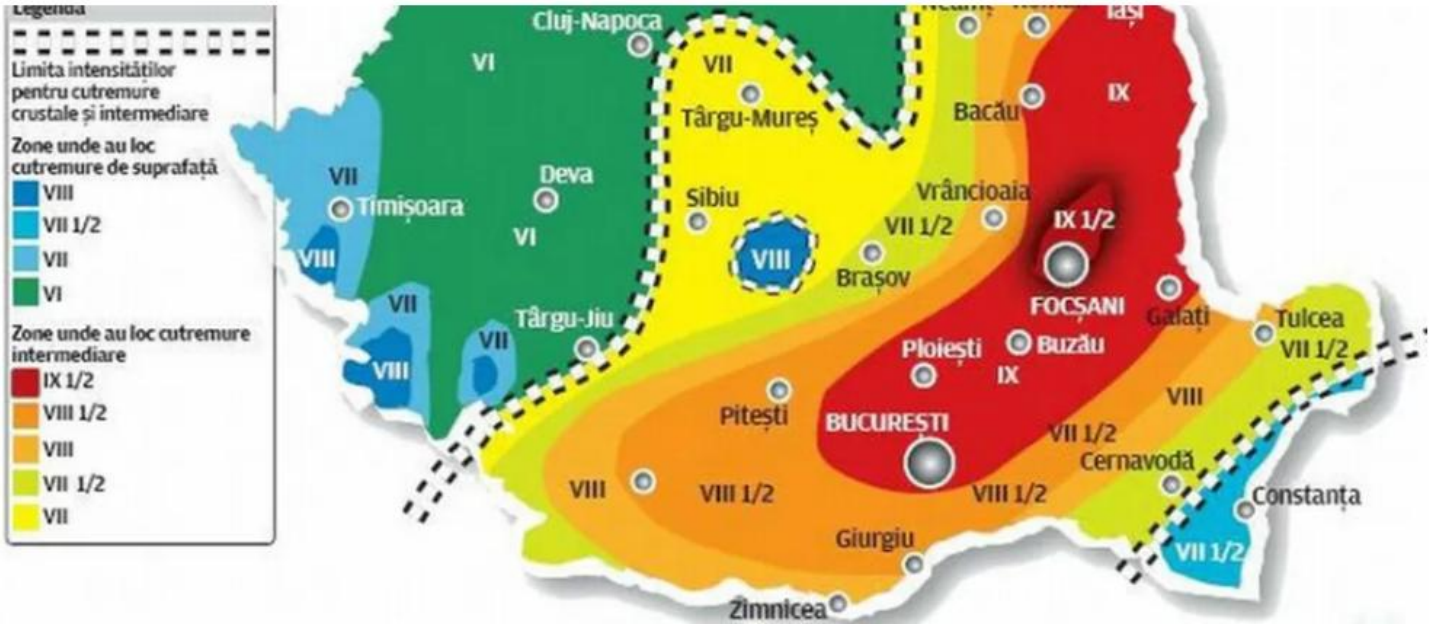
CERTIFICARE - ISO9001:2015, ISO14001:2015, ISO14001:2018, ISO13485:2016
ROLIX s-a dedicat in permanenta imbunatatirii calitatii produselor si serviciilor oferite. Ca o incununare a acestor eforturi, firma noastra a redobandit in mai 2020 certificarea ISO9001:2015 dar si ISO14001:2015, in 2022 ISO45001:2018 si in ian 2024 ISO13485:2016, fiind astfel membra a unui sistem de management al calitatii international recunoscut.

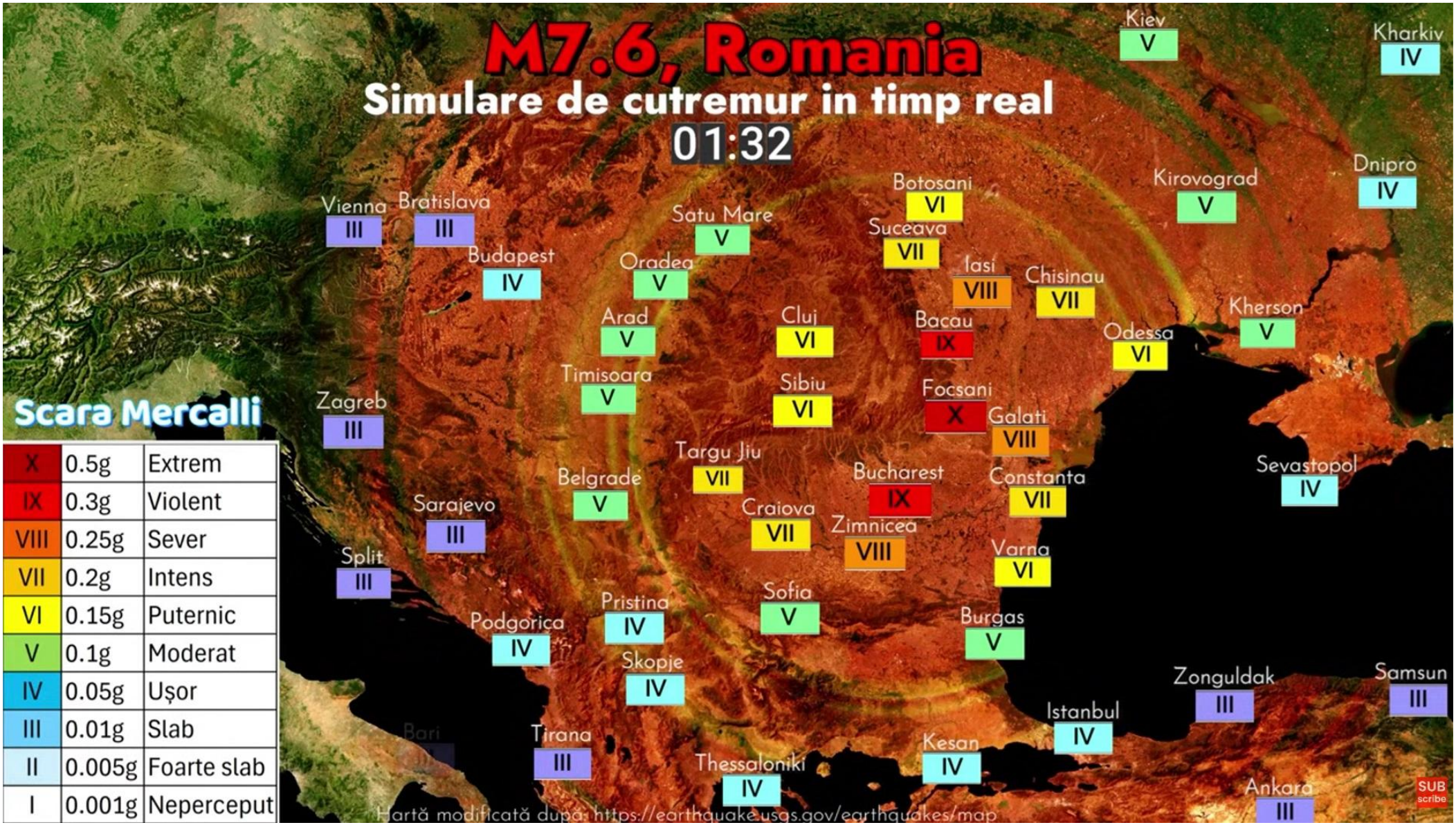
Fabricat in Romania

Gradul General de de risc seismic al diferitelor zone din București,
în speță Accelerarea Solului la cutremure.



HARTA RISCULUI SEISMIC: Cele mai periculoase şi cele mai sigure oraşe din România,
în caz de CUTREMUR





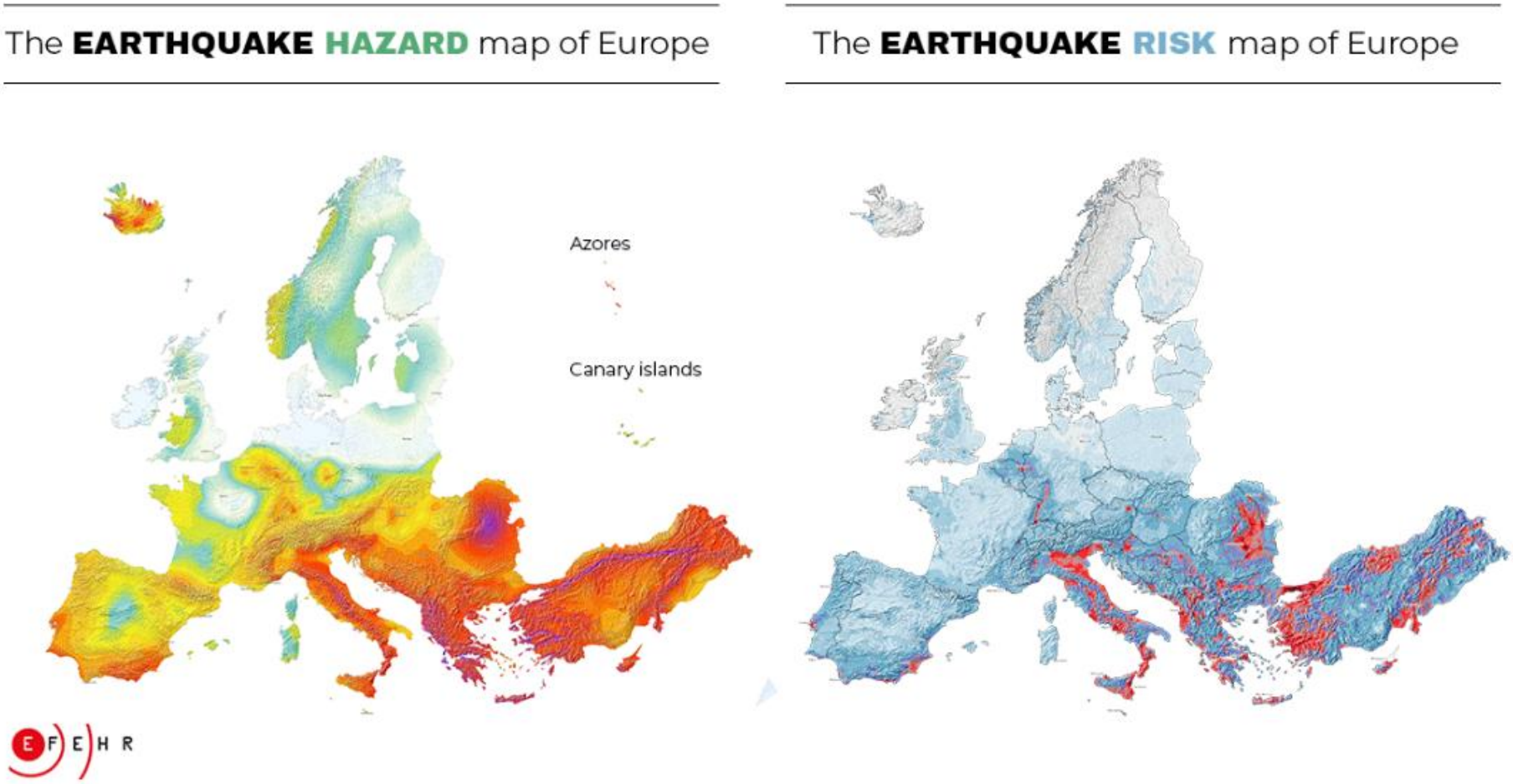
Sursa: https://www.youtube.com/watch?v=rtdcTSly0h4

Nr. certificat : 6709 ISO 9001:2015 Nr. certificat : 3800 ISO 14001:2015 Nr. certificat : 2854 ISO 45001:2018 ISO 13485

CERTIFICARE - ISO9001:2015, ISO14001:2015, ISO14001:2018, ISO13485:2016

ROLIX s-a dedicat in permanenta imbunatatirii calitatii produselor si serviciilor oferite. Ca o incununare a acestor eforturi, firma noastra a redobandit in mai 2020 certificarea ISO9001:2015 dar si ISO14001:2015, in 2022 ISO45001:2018 si in ian 2024 ISO13485:2016, fiind astfel membra a unui sistem de management al calitatii international recunoscut.

Modelele europene de hazard și risc seismic oferă informații comparabile privind distribuția spațială a nivelurilor preconizate de zguduiri ale solului datorate cutremurelor, frecvența acestora, precum și impactul lor potențial asupra mediului construit și asupra bunăstării oamenilor.



Sursa: www.infp.ro