

Pla d'autoprotecció

Informació general en cas d'emergència de l'Estabulari

■ Què has de fer quan detectis una situació de perill o d'emergència?

1. **Protegeix-te** per evitar convertir-te en víctima.
2. **Avisa** al **CENTRE DE CONTROL D'EMERGÈNCIA**:



o bé adreça't al personal d'administració de l'Estabulari, facilitant aquesta informació:

- Identificació personal.
- Tipus i ubicació de l'emergència.
- Presència de ferits, en el seu cas.

Si no aconsegueixes contactar amb el **CENTRE DE CONTROL D'EMERGÈNCIA**, acciona el polsador d'alarma més proper a l'emergència.



3. Comunica la situació d'emergència a les persones que tinguis més a prop.
4. **Socorre** a les possibles víctimes fins a l'arribada dels **Equips d'Emergència**.
5. Segueix les instruccions dels **Equips d'Emergència**.

■ Quan has d'evacuar?

En escoltar per megafonia el missatge d'evacuació:

ATENCIÓN, ATENCIÓN: Aquest és un missatge d'evacuació. Dirigiu-vos ordenadament cap a la sortida d'emergència més propera per adreçar-vos al punt de reunió.

ATENCIÓN, ATENCIÓN: Este es un mensaje de evacuación. Diríjios ordenadamente hacia la salida de emergencia más cercana para acceder al punto de reunión.

ATTENTION PLEASE: This is an evacuation alarm. Please walk orderly to the closest emergency exit and go to your meeting point.

O bé per indicació dels components de l'**Equip d'Emergència**.

■ Com has d'evacuar?

Abandona tot el que estiguis fent i dirigeix-te al teu PUNT DE REUNIÓ a través de les vies d'evacuació:

- Deixa els equips que estiguis utilitzant en posició segura.
- Mantingues la calma: no cridis, ni corris.
- No utilitzis els ascensors ni els muntacàrregues.
- No t'entretenguis a recollir objectes personals.
- No retrocedeixis ni intentis tornar a l'interior de l'edifici.
- No obris cap porta si sospites que hi ha foc al darrera. Abans d'obrir la porta comprova que no està calenta i que no surt fum per sota d'ella. Si malgrat tot, s'ha de travessar un espai amb fum, respira a través d'un mocador humit i avança ajupit a quatre grapes.
- Si el foc pren la roba, no s'ha de córrer, s'ha de demanar ajuda i utilitzar, si és possible, una manta ignífuga. L'afectat ha de tirar-se a terra i rodolar sobre si mateix. Sempre que sigui possible, les persones que socorrin a la persona afectada, la cobriran amb una manta ignífuga i una vegada apagades les flames, la conduiran fins a la dutxa d'emergència més propera per refrescar la zona cremada. **Mai s'ha de projectar substància extintora contra una persona.**
 - Un cop fet aquest primer recompte, es dirigiran al **PUNT DE REUNIÓ**.
 - Ajuda en l'evacuació a persones amb mobilitat reduïda, discapacitades o ferides i evacuar-les en últim lloc per no influir en el ritme de l'evacuació dirigint les cap al **PUNT DE REUNIÓ**. Si no és possible s'han de confinar, acompanyades d'unapersona preferiblement, en un lloc segur, al costat d'una sortida d'emergència i si pot ser, visible des de l'exterior. Esperaran a ser rescatats pels **Bombers**.
 - Acompanya a les visites o contratas que tinguis al teu càrrec fins al **PUNT DE REUNIÓ**.

- Segueix en tot moment les indicacions dels components dels **Equips d'Emergència**.
- En arribar al **PUNT DE REUNIÓ**, agrupa't amb els teus companys de laboratori o departament i realitza un recompte visual. Si observes l'absència d'algun company, comunica-ho al **Responsable d'Evacuació** de la teva zona.
- Guarda silenci i estigues atent al recompte.
- Resta al **PUNT DE REUNIÓ** fins que es decreti el final de l'evacuació.

■ Què has fer si per megafonia emeten un missatge que ordena confinar-se en el centre?

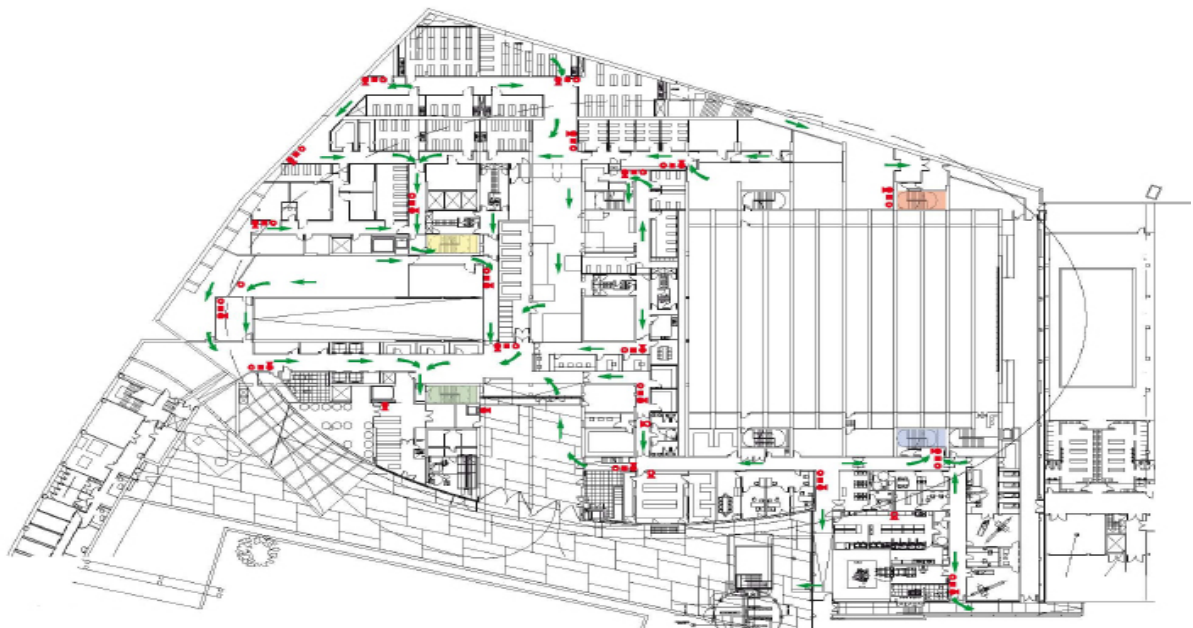
- No surtis de l'edifici, segueix les indicacions facilitades per megafonia.
- Tanca totes les portes i finestres, si s'escau.
- Podràs seguir instruccions sobre l'evolució de l'emergència a través dels missatges periòdics emesos per megafonia o pel personal d'administració de l'Estabulari.

■ Què has fer si et trobes atrapat?

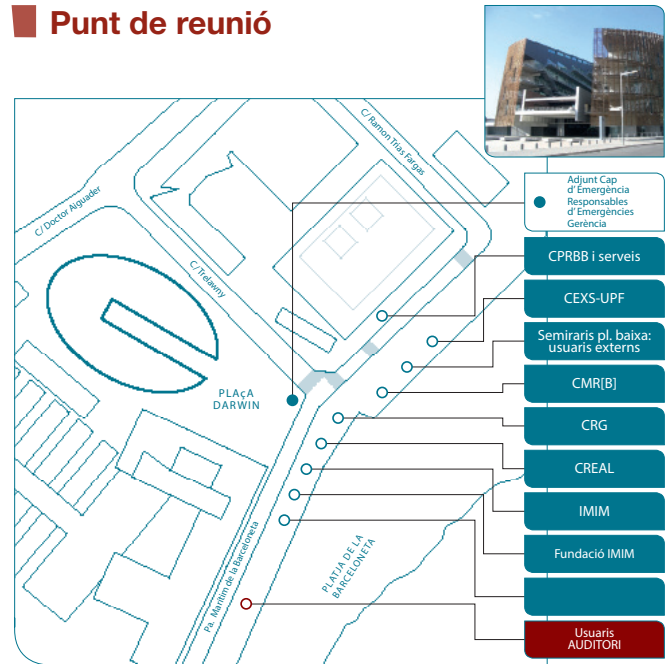
Mantingues la calma, dirigeix-te a una zona segura.

- Tanca portes.
- Comunica la teva situació trucant al **CENTRE DE CONTROL D'EMERGÈNCIA**.
- Espera a ser rescatat.

■ Vies d'evacuació de l'Estabulari



■ Punt de reunió



CPRBB i serveis CPRBB	Passeig Marítim de la Barceloneta. Alçada porta accés CSIC, al costat pas de vianants. PUNT DE REUNIÓ, que correspon al personal del CPRBB, i serveis CPRBB.
CEXS-UPF	Davant l'accés Restaurant Lounge Club CDLC.
Seminaris	Davant l'accés Restaurant Agua.
CMRB	Inici de la rampa d'accés a la platja.
CRG	Barana de protecció de la rampa (zona parada de venda de gelats i estacionament Bicing)
CREAL	Davant del cartell Punt Informació Barceloneta.
IMIM	Davant l'accés Urgències Hospital del Mar.
Auditori	Davant l'accés Restaurant El Vent