




Mag Paghahanda sa Panahon ng Lindol





Gumawa ng Sariling Oras ng Paghahanda

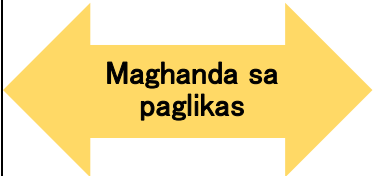
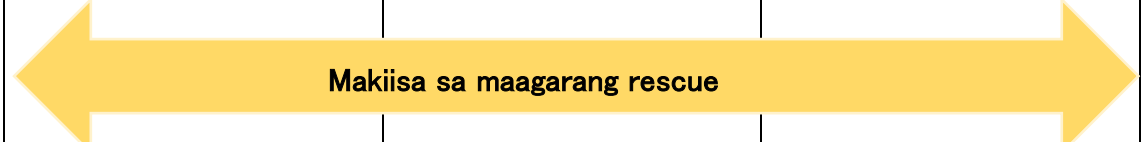
Bago Dumating ang Lindol	Alertong Pagyanig (Sa Biglaang Pagyanig ng Lindol)	Pagkatapos ng pagyanig ng lindol
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ayusin ang mga mabibigat na kagamitan sa bahay tulad ng dingding at kisame <input type="checkbox"/> Patibayin ang haligi ng bahay <input type="checkbox"/> Maglagay ng proteksyon sa mga bintana ng bahay <input type="checkbox"/> Maghanda ng Emergency Kit <input type="checkbox"/> Patibayin ang bahay laban sa lindol <input type="checkbox"/> Mag-apply ng Earthquake Insurance ng bahay 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Siguraduhin ang sariling kaligtasan <input type="checkbox"/> Manatili sa loob ng tahanan o anumang establishment hanggang sa tumigil ang pagyanig <p><u>Kapag nasa labas ng Bahay</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Umiwas sa bumabagsak na mga debris <input type="checkbox"/> Ihinto ang sasakyan sa ligtas na Luger at huwag magmaneho 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Patayin agad ang gas na lutuan at iba pang de-kuryenteng kagamitan <input type="checkbox"/> Patayin o i-off agad ang main switch ng Gas <input type="checkbox"/> Kung may maliit na sunog, siguraduhin mapatigil ang paglaki nito <input type="checkbox"/> Patayin o i-off agad ang main circuit breaker ng bahay <input type="checkbox"/> Siguraduhing ligtas sa paglabas ng bahay 

<p>「Kailan」 「Sino」 「Ano ang gagawin」</p> <p>Pagplanuhan ang “Aking Timeline”</p> <p>Ihanda ang sariling kaligtasan sa Panama Giran ng “Aking Timeline”</p>	<p>e.g.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Manatili sa ligtas na lunar <input type="checkbox"/> Magtago sa ilalim ng lamesa at Gavin ang Drop, Cover and Hold on 	<p>e.g.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Patayin o I-off ang gas <input type="checkbox"/> Siguraduhing ligtas sa paglabas
<p>Siguraduhin ang sariling kaligtasan</p>		<p>Iwasan ang malaking pinsala</p>

Ang “Aking Timeline” ay isang mahalagang paghahanda sa pagdating ng lindol sa pamamagitan ng pag-aaral at obserbasyon sa sarili sa panahon ng kalamidad.

Maglaan ng oras at panahon kasama ang mga miyembro ng pamilya at mga kaibigan upang pag-usapan kung “kailan”, “sino” at “ano” ang mga dapat gawin sa panahon ng kalamidad. Maaaring tingnan at pag-aralan ang mga delikadong lugar sa Hazard Map.

5 Minuto makalipas ang Lindol	10 Minuto Makalipas ang Lindol	1 Oras Makalipas ang Lindol	Makalipas ang Mahabang oras pagkatapos ng Lindol
<input type="checkbox"/> Magsuot ng sapatos <input type="checkbox"/> Dalhin ang Emergency kit <input type="checkbox"/> Proteksyunan ang pamilya 	<input type="checkbox"/> Siguraduhin ang kaligtasan sa buong kapaligiran 	<input type="checkbox"/> Makiisa sa maagarang rescue 	<input type="checkbox"/> Tingnan ang mga sira ng bahay <input type="checkbox"/> Pagisipan Kung saan lilikas o mage-evacuate 

<p>e.g.</p> <input type="checkbox"/> Siguraduhin ang kaligtasan sa look ng bahay <input type="checkbox"/> Maghanda sa paglikas o evacuation 	<p>e.g.</p> <input type="checkbox"/> Saraduhan ang bahay <input type="checkbox"/> Tingnan ang mga sira o damages ng bahay 	<p>e.g.</p> <input type="checkbox"/> Tulungan ng mga kapitbahay na nangangailangan ng tulong <input type="checkbox"/> Bigyan ng paunang- lunas ang mga nasugatan	<p>e.g.</p> <input type="checkbox"/> Suriin at tingnan ang mga pinsala ng mga ari-arian
--	---	--	---