भुकम्प आउदा परिस्थिती अनुसार अपनाउने सावधानी

भुकम्प आएको बखत ठिक निर्णय लिन गार्हो भएकोले, त्यसको लागी पहिल्यै सुरक्षा विधी अभ्यास गरेर तयार हुने।

행정안전부 Ministry of the Interior and Safety
여성가족부 Ministry of Gender Equality and Family
한국건강가정진흥원 KOREAN INSTITUTE FOR HEALTHY FAMILY

भुकम्पले हल्लाउदा

भुकम्पले हल्लाउन्जेल सम्म टेबल मुनी गएर शरिर जोगाउने, टेबलको खुट्टा समाएर बस्ने।

हल्लाउने रोकेपछि?

हल्लाउन रोकेपछि बिजुली र ग्यास बन्द गर्ने, ढोका खोलेर ढोका बाहिर सुरक्षित छ छैन ठम्याउने।

बिल्डिङ्बाट बाहिर निस्कदा?

बिल्डङ्बाट बाहिर निस्कदा भर्याङबाट जति सक्दो छिटो ओर्लने। (भुकम्पको बेला एलिभेटर नचढ्ने)

※ एलिभेटरभित्र भए सबै तलाको बटन एकैचोटि दबाउने र ढोका खुल्ने पहिलो तलामा निस्किने।

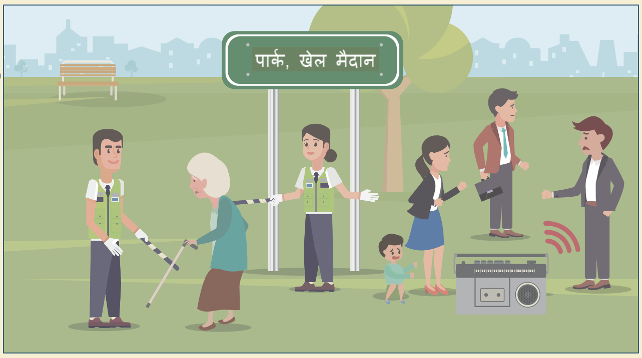
बिल्डिङ बाहिर निस्किए पछि?

बिल्डिङ् बाहिर झोला वा हातले टाउको जोगाएर, बिल्डिङ्सँग दुरी राखेर छेउछाउ हेर्दै भाग्ने।

बिल्डिङ्बाट बाहिर निस्कदा?

झर्ने सामानदेखि होशियार भएर छिटो मैदान वा पार्क जस्तो खुला ठाउमा जाने। (गाडी नचलाउने)

सुरक्षित ठाउमा आइपुगेपछि?



रेडियो वा सार्वजनिक प्रसारणबाट पाउने जानकारीको आधारमा चल्ने।

भुकम्प आउदा आफु भएको ठाउ अनुसार अपनाउने सावधानी

भुकम्प शुरु हुने बित्तिकै ठिक निर्णय लिन सजिलो हुदैन,
त्यसको लागी पहिल्यै सुरक्षा विधी अभ्यास गरेर तयार हुने।

행정안전부
Ministry of the Interior and Safety
여성가족부
Ministry of Gender Equality and Family
한국건강가정진흥원
KOREAN INSTITUTE FOR HEALTHY FAMILY

घर भित्र भएको बेला

टेबल मुनी गएर शरिरलाइ जोगाउने। हल्लिन रोकिएपछि बिजुली र ग्यास बन्द गर्ने, ढोला खोलेर खतरा नभएको ठम्याएपछि बाहिर निस्कने।

घर बाहिर भएको बेला

माथिबाट खस्ने सामानबाट जोगिन झोला वा हातले टाउको जोगाउने। बिल्डिङ र बाटो छाडेर फराकिलो मैदान वा पार्कतिर आश्रय लिने।

एलिभेटरमा भएको बेला

सबै तलाको बटन एकैचोटि दबाउने र ढोका खुल्ने पहिलो तलामा निस्किएर भर्याङ तिर लाग्ने।

※भुइचालो आएको बेला एलिभेटर नचढ्नु होला।

विध्यालयमा भएको बेलामा

डेस्क मुनी छिरेर डेस्कको खुट्टा च्याप्पै समाएर बस्ने। हल्लिने रोकिएपछि ताती मिलाएर खेलमैदानतिर जाने।

डिपार्टमेन्ट स्टोर, मार्टमा भएको बेला

माथिबाट झर्ने सामानबाट शरिर जोगाउने, भर्याङ अथवा खम्बाको छेउमा जाने। हल्लिन रोकिएपछि बाहिर निस्कने।

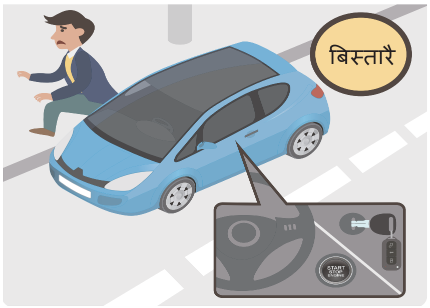
फिल्म हल, खेल स्टेडियममा भएको बेला

हल्लिन रोकिन्जेल सम्म झोला वा हातमा भएको कुराले जीउको सुरक्षा गरेर आफ्नो ठाउमा बसिरहने। आदेश अनुसार संयम भएर निस्कने।

सबवे चढिरहेको बेला

हात समात्ने ह्यान्डल वा पिल्लर समातेर लड्न बाट बच्ने। सबवे रोकिएपछि आदेश अनुसार गर्ने।

गाडी चलाइरहेको बेला



इमर्जेन्सी बत्ती बालेर बिस्तारै बाटोको दायापट्टि गाडि रोक्ने, रेडियोबाट समाचार सुन्ने र गाडी मै साँचो छाडेर सुरक्षित रहने।

पहाड अथवा समुंद्रमा भएको बेला

पहिरो जान वा भीर झर्न सक्छ, होशियार रहने। समुद्रको छेउमा समुद्री बाढी आएमा उचो ठाउतिर भाग्ने।