



# भूकंप आने पर...

- क्या ना करें :**
1. भूकंप के झटके रुक जाने के बाद एक दूसरे को धक्का ना दें। घर या स्कूल से व्यवस्थित रूप में बाहर निकलें। पहले बच्चों, महिलाओं एवं बड़े-बूढ़ों को बाहर निकलने दें।
  2. ऐसी जगह पर खड़े ना हों जहाँ पेड़, बिजली के खम्भे, तार इत्यादि हों।
  3. एम्बुलेंसो और अन्य आपातकालीन सेवा वाले वाहनों का रास्ता न रोके।
  4. भूकम्प के दौरान घर से बाहर हैं, तो गिरती हुई वस्तुओं के नीचे न खड़े हो।
  5. शोर न करें एवं दूसरों को तंग न करें। खिड़कियों, काँच के सामान इत्यादि के पास न जायें।
  6. आपदा में घिरे लोगों को अनदेखा न करे।
  7. अफवाहों पर ध्यान न दीजिए और न ही फैलाइए।

- क्या करें :**
1. किसी मजबूत फर्नीचर जैसे कि पलंग, मेज, इत्यादि के नीचे झुके। एक हाथ से सिर को ढके। और दूसरे से फर्नीचर को पकड़ें।
  2. शांत रहें एवं दूसरों को सामान्य रहने में मदद करें। खिड़कियों, काँच के सामान इत्यादि से दूर रहें।
  3. यदि आप बाहर हों तो किसी खुले स्थान पर चले जाएँ।
  4. आपातकालीन किट सामग्री तैयार करे जिसमें खाद्य पदार्थ, पानी, कपड़ो का जोड़ा, मजबूत जूते, एक सीटी, एक रेडियो, फ्लैश लाइट या टॉर्च और कुछ नगद राशि रखें।
  5. आपदा में घिरे लोग पैदल ही बाहर निकलें और आपातकालीन सामान अपने साथ अवश्य ले जाएँ।
  6. यदि आप भूकम्प के दौरान घर से बाहर हैं, तो गिरती हुई वस्तुओं से बचें।

**Diya**  
**(Diversified Intervention Of Youth Awareness)**

www.diyaets.org.in, E-mail: info.diyaets@gmail.com & diyaets@gmail.com

+91-8750099400