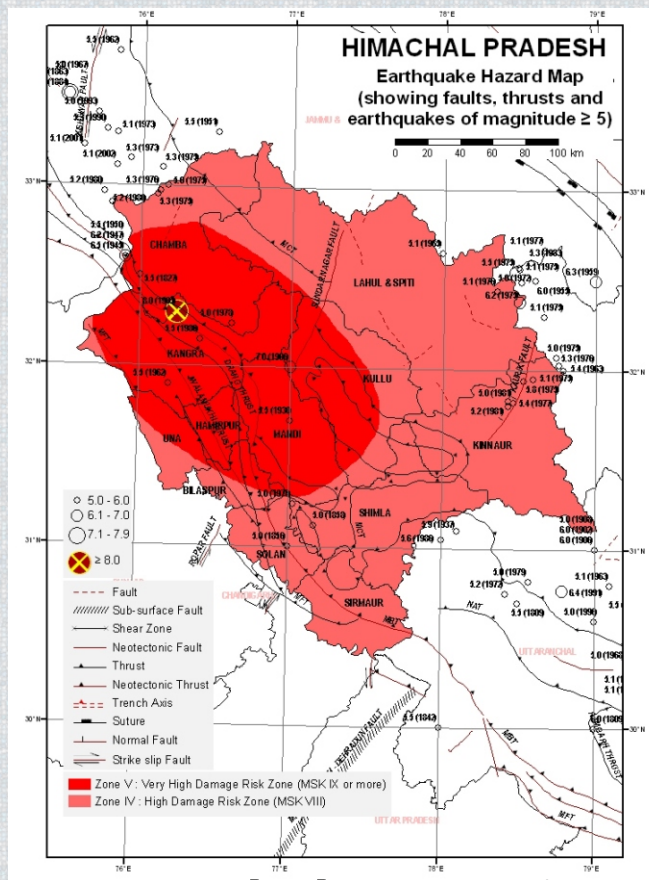




भूकम्प के बाद क्या करें

- अफरातफरी न मचायें तथा पुनः भूकम्प के झटकों के प्रति सचेत रहें।
- बिजली के सामान को न छुएँ, बिजली के तारों से दूर रहें।
- क्षतिग्रस्त मकानों में प्रवेश न करें।
- रोशनी के लिये माचिस के बजाय टार्च का प्रयोग करें।
- गैस सिलिण्डर या अन्य उपकरणों को चालू न करें।
- घायल व फंसे लोगों की मदद करें, जहाँ जरूरत हो प्राथमिक उपचार दें।
- अफवाहें न फैलायें। विश्वसनीय सूचना हेतु रेडियो सन्देश सुनें।
- सहायता के लिये फोन नम्बर 100, 101 एवं 108 नम्बर पर सम्पर्क करें।



हिमाचल प्रदेश में भूकम्प सम्बन्धी
संवेदनशीलता को दर्शाता मानचित्र

अधिक जानकारी हेतु कृपया संपर्क करें
हि. प्र. आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

हिमाचल प्रदेश सचिवालय, शिमला

टेलीफोन — 0177 2880331

फैक्स — 0177 2625657

ईमेल- sdma-hp@nic.in

वेबसाइट- www.hpsdma.nic.in

राजकीय मुद्रणालय, हि0 प्र0, शिमला-1236-राजस्व/16-16-9-2016-100 प्रतियां।



भूकम्प बचाव व उपाय

हिमाचल प्रदेश के अधिकांश जिले भूकम्प के जोन IV एवं जोन V में आते हैं। राज्य ने वर्ष 1905 में कांगड़ा एवं 1975 में किन्नौर में भूकम्प की विभिषिका को झेला है। ऐसे में सुरक्षा उपायों से ही भूकम्प से होने वाले जान-माल की क्षति को कम किया जा सकता है।



हि. प्र. आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण द्वारा
विकसित व जनहित में जारी।

राज्य आपदा प्रबंधन नियंत्रण कक्ष - 1070



भूकम्प आने से पहले क्या करें

- मकान खरीदते समय या भवन का निर्माण करते समय इस बात का ध्यान रखें कि वह भूकम्परोधी हो।
- मकानों का निर्माण प्रशिक्षित संरचना अभियन्ता की सलाह से करावें।
- यदि आपका मकान भूकम्प के दृष्टिकोण से सुरक्षित नहीं है तो संरचना अभियन्ता के सुझावों से रेट्रोफिटिंग द्वारा उसे भूकम्परोधी बनायें।
- घरेलू सामान जैसे आलमारी, बुक केस, गीजर, फ्रिज इत्यादि को सुरक्षित दीवाल से बांध कर रखें जिससे भूकम्प के दौरान उनके गिरने की वजह से किसी व्यक्ति को चोट न पहुँचे।
- भारी वस्तुओं को हमेशा नीचे रखें, बिस्तर के ऊपर लटके सामान जैसे— फोटो, शीशा आदि को हटाकर अन्य स्थान पर रखें जिससे भूकम्प आने पर उनके गिरने की वजह से किसी व्यक्ति को चोट न पहुँचे।
- भूकम्प पश्चात एकत्रित होने के लिये अपने घरों व आफिस के आसपास खुले स्थानों का चयन करें।
- खाने—पीने का जरूरी सामान, नगदी, मौसम के अनुसार कपड़े, कम्बल, टॉर्च, मोमबत्ती, जूते, दस्ताने, दवायें, बैटरी से चलने वाला रेडियो, प्राथमिक उपचार सामग्री, आवश्यक दस्तावेज हमेशा तैयार रखें।
- अपने परिवार तथा समुदाय के अन्य सदस्यों के साथ भूकम्प से होने वाले खतरों तथा उनसे बचने के उपायों के बारे में विचार—विमर्श करें।
- ज्वलनशील पदार्थों को सुरक्षित स्थान में रखें।
- भूकम्प से बचाव के लिये कमरे में मजबूत चौकी या पलंग रखें व घर के चारो कोने को खाली रखें जिससे भूकम्प के दौरान सुरक्षा ली जा सके।



भूकम्प के समय क्या करें

- भूकम्प महसूस होते ही किसी मजबूत मेज या पलंग के नीचे चले जायें तथा अपने शिर या शरीर के महत्वपूर्ण हिस्सों को ढक लें या दीवाल के किसी एक कोने में खड़े हो जायें।
- एलपीजी गैस एवं बिजली के मेन स्विच को तुरन्त बन्द कर दें।
- यदि भूतल पर हों तो तुरन्त खुले मैदान में चले जायें परन्तु ध्यान रखें वहां बड़े पेड़, बिजली के खम्बे, मोबाईल टावर, मकान या ओवर ब्रिज न हों।
- लिफ्ट, बीम या छत आदि के नीचे न खड़े हों, इनकी चपेट से बचें, कांच की खिड़की दरवाजे इत्यादि से दूर रहें।
- विकलांग, वृद्ध, बच्चों व गर्भवती महिलाओं का विशेष ध्यान रखें।
- अगर आप वाहन में हैं तो खुली जगह पर वाहन रोकें और उसी में बैठे रहें जब तक कम्पन रुक न जाये।
- बहुमंजिली मकान से नीचे उतरने में लिफ्ट का प्रयोग न करें।

