

भूकम्प से बचाव

भूकम्प से पहले



घर को सुदृढ़ कर भूकम्परोधी बनाएं।



भारी एवं शीशे का सामान निचले खाने में रखें



अलमारी को क्लैम्प से, दीवार में जकड़ दें।



बचाव एवं प्राथमिक उपचार का प्रशिक्षण लें।



झुको-ढको-पकड़ो का नियमित रिहर्सल करें।



आवश्यक सामान के साथ सुरक्षा किट तैयार रखें।



अपने आस-पास सुरक्षित स्थलों की पहचान कर लें।



बाहर जाने वाले रास्तों को बाधामुक्त रखें

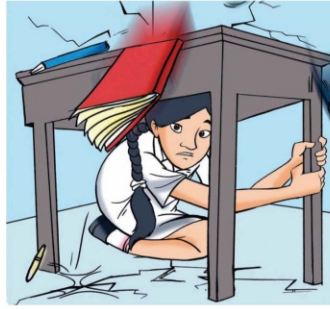
भूकम्प के समय



हड़बड़ाकर मत भागें।



कमरे के अंदरूनी कोने के पास रहें।



मजबूत टेबुल या पलंग के नीचे छिप जाएं।



गिरने वाले चीजों से दूर रहें।



सिर को बचाएं।



यदि गाड़ी चला रहे हों, तो

सड़क के किनारे रुकें, पुल पर न चढ़ें।



यदि सिनेमा या मॉल में हों, तो

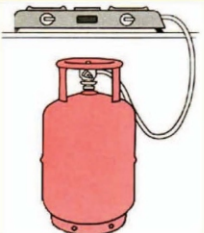
अपनी जगह पर शांत रहें, झटका रुकने पर, क्रम से बाहर निकलें।



इमरजेंसी फोन :

पुलिस	100
अग्निशमन	101
एम्बुलेंस	102, 108
राज्य आपदा नियंत्रण कक्ष, शिमला	1070
जिला नियंत्रण कक्ष	1077

भूकम्प का झटका रुकने पर



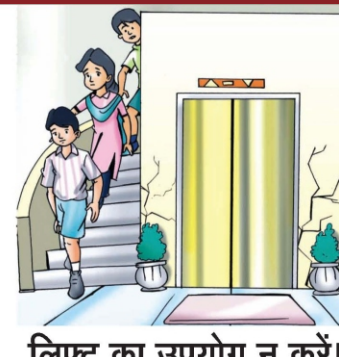
गैस सिलिन्डर बन्द करें।



मेन स्विच ऑफ करें।



घर से बाहर निकलें।



लिफ्ट का उपयोग न करें। सीढ़ी से उतरें।



गिरने वाली चीजों से सिर को बचाएं।



बिजली पोल, विज्ञापन बोर्ड, पेड़ से दूर रहें।



खुले मैदान में आ जाएं, घायलों की सहायता करें।



अफवाहों पर ध्यान न दें सरकार एवं प्रशासन से प्राप्त सुचनाओं का पालन करें



हिमाचल प्रदेश राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण,
राजस्व विभाग-आपदा प्रबंधन प्रकोष्ठ, हिमाचल प्रदेश सरकार द्वारा जनहित में जारी।

राज्य आपदा प्रबंधन हेल्पलाइन (टॉल फ्री) - 1070

Email: sdma-hp@nic.in, Website: www.hpsdma.nic.in Follow us: www.facebook.com/sajaghimachal

राजकीय मुद्रणालय, हि 0 प्र 0, शिमला-1245-राजस्व/16-15-9-2016-100 प्रतियां।

Acknowledgment : BSDMA, Patna