



HƯỚNG DẪN NHẪM GIẢM BỐT SỰ THIẾT HẠI DO ĐỘNG ĐẤT

Thiên tai bao gồm động đất rất khó dự đoán nó sẽ xảy ra khi nào, ở đâu và như thế nào.

Việc hàng ngày có sự chuẩn bị về "Tinh thần", "Vật chất" sẽ làm giảm bớt được sự thiệt hại.

Mức độ yên tâm trong nhà bạn là ở mức độ nào?

Việc trao đổi với nhau trong gia đình là rất quan trọng. Bạn hãy trao đổi và quyết định với nhau về những điều sau đây.



- Nơi tránh nạn và đường đi đến nơi đó.
- Cách xác nhận sự an toàn của các thành viên trong gia đình với nhau.
- Phương pháp đối phó trong trường hợp không về nhà được từ nơi làm việc, hoặc trường học.
- Thức ăn, nước uống trong trường hợp khẩn cấp.
- Đồ quý và vật mang theo trong trường hợp khẩn cấp.
- Những nơi nguy hiểm trong nhà.

Bạn phải làm gì ở trong nhà?

- Cố định giá sách và tủ đựng quần áo vào cột, tường, hoặc trần nhà.
- Không để đồ nặng, đồ cứng trên giá sách và tủ đựng quần áo.
- Dán thêm một lớp phim trên kính của giá sách và tủ đựng quần áo.
- Gắn TV, loa v.v... vào tường bằng keo dán chống trượt.
- Trữ nước trong hồ tắm.



Bạn phải làm gì bên ngoài nhà?

- Tạo giao lưu với hàng xóm.
- Gia cố tường quanh nhà, thay đổi nguyên vật liệu làm tường để chắc chắn hơn kéo sụp đổ.
- Tham dự các tập huấn và hội thảo về phòng chống thiên tai do hội tự trị tổ chức.
- Đổ đầy xăng sẵn vào bình xe.
- Thử một lần đi bộ từ nơi làm hoặc trường học về nhà.

Khi bạn đang ở nhà, nếu bắt đầu rung chuyển

- Chui xuống gầm bàn và che đầu bằng gối hoặc nệm.
- Tránh xa giá sách, tủ đựng quần áo và những nơi có khả năng đổ ngã.
- Không vội vã rời khỏi toà nhà khi nhà đang rung.
- Không cần phải cố gắng tắt lửa khi đang rung.



Sau khi hết rung, bạn phải làm gì?

- Xác nhận sự an toàn của mọi thành viên trong gia đình.
- Mở cửa và cửa sổ để có lối thoát hiểm.
- Xác nhận sự thiệt hại xung quanh nhà qua cửa ra vào, cửa sổ.
- Tắt nguồn khí gas.
- Tắt nguồn điện.
- Khi thấy có lửa, hãy hô lớn để thông báo cho hàng xóm và những người xung quanh.
- Khi có người bị thương do động đất, hãy hợp tác với hàng xóm và cứu người đó.

Khi bạn đang ở ngoài

- Che và bảo vệ đầu bằng túi xách hay cánh tay.
- Tránh xa những nơi có đồ vật dễ đổ ngã như tường đá, máy bán nước tự động.
- Nắm chặt tay cầm, vòng nắm trên tàu điện, xe buýt.
- Nếu đang lái xe ô tô, giảm dần tốc độ và ngừng lái.



Sau khi hết rung, bạn phải làm gì?

- Kiểm tra xem thiệt hại xung quanh ra sao.
- Khi có người bị thương, hãy hợp tác với người xung quanh và sơ cứu người gặp nạn.
- Tuân theo sự hướng dẫn của nhân viên nếu bạn ở trong tàu điện, xe buýt, siêu thị.
- Đừng chen lấn xô đẩy đến cửa ra vào nếu bạn đang ở khu phố ngầm, hoặc nhà ga tàu điện ngầm.
- Liên lạc để gia đình biết mình an toàn.
- Theo dõi tin tức chính xác về động đất qua tivi, radio v.v... và đừng hoang mang do tin đồn.
- Trong trường hợp xe cộ không đi lại được thì;
 - Đậu xe ở ngoài tuyến đường hoặc lề đường
 - Cắm chìa khóa xe vào ổ cắm
 - Không khóa cửa xesau đó để xe lại tại chỗ và tránh nạn.

