Mag-Ipon Ng Mga Kakailanganin Sa Kagipitan

Pagkatapos ng malakas na lindol, ang electrisidad, tubig at gas ay maaring maputol. Maaring hindi makarating ang tulong sa inyong daku ng ilang araw. Kaya tiyakin na nakaipon ka ng mga sumusunod sa iyong bahay. Magtago ka rin ng mga ito sa iyong opisina at sa iyong sasakyan.

- ☐ **Plaslait** at sobrang baterya. Maglagay ng plaslait malapit sa iyong kama at sa iba pang taguan. Huwag sumindi ng posporo o kandila pagkatapos ng lindol hangga't hindi mo natitiyak na walang singaw ang gas.
- ☐ **Maliit na radyong de baterya.** Ang telepono ay maaring hindi pa magamit o gamit pang-emergency lamang. Ang radyo ang magiging sanhi ng impormasyon para sa iyo.
- ☐ **Kit ng pangunang lunas at kaalaman sa pangunang lunas.** Kailangan may sapat na gamit ang iyong kit at ito ay nasa tamang kinalalagyan upang madaling matagpuan. Mag-aral ng bagong pamaraan sa pangunang lunas at CPR.
- ☐ **Pamatay ng apoy.** Itong kagamitan ay dapat tama sa lahat ng uri ng apoy at nasa dako na madaling matagpuan. Dapat ang lahat ay marunong gumamit nito.
- ☐ **Pagkain.** Mag-ipon ng pagkain para sa isang linggo bawat tao. Ang mga delatang pagkain ay dapat mapalitan pagkatapos ng ilang buwan.
- ☐ **Tubig.** Mag-ipon ng tubig na sapat para sa tig-iisang galon bawat tao bawat araw. Itago sa nakaseguronng panglagyan at palitan bawat anim na buwan. Magla-an din ng pangdisempekta (iodine tablets o chlorine bleach) para dalisayin ang tubig kung kailangan.
- ☐ **Kumot, damit at sapatos.** Extrang kumot at damit ay kailanganin upang huwag lamigin. Gamitin ang matibay na sapatos upang mapangalagaan ang mga paa sa basag na salamin at iba pang basag na mga bagay.
- ☐ **Kagamitan para sa pagluluto sa labas.** Magtago ng barbecue, charcoal, starter at posporo kung sakaling maputol ang electrisidad at gas.
- ☐ **Iba pang pangangailangan.** Magtago ng gamot at pagkain na tatagal ng isang linggo para sa sanggol at sa mga nangangailangan ng espesyal na diyeta.
- ☐ **Iba pang kagamitan.** Isama sa kit ang liyabe na gagamitin sa pagsara ng kuntador ng gas o tubig kung kailangan.

Developed by California Office of Emergency Services

Para sa dagdag na kaalaman, makinayam sa opisina ng Emergency Services o ng Red Cross:

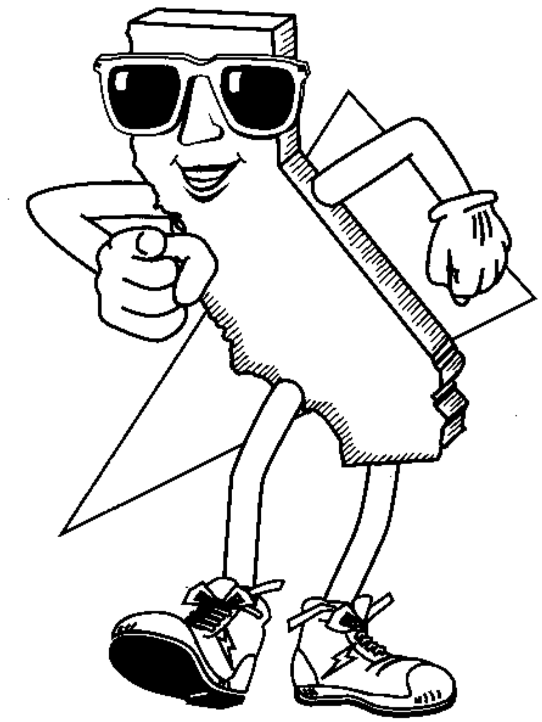
The Governor's Office of Emergency Services
2800 Meadowview Road
Sacramento, CA 95832
(916) 262-1843

OES Earthquake Programs

Coastal Region
1300 Clay Street, Suite 400
Oakland, CA 94612
(510) 286-0895

State of California
Gray Davis, Governor

Paghandaan Ang Lindol!



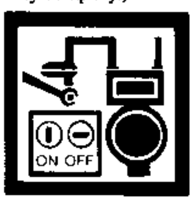
Handa Sa Lindol Na Kampanya Ng California

(Tagalog)

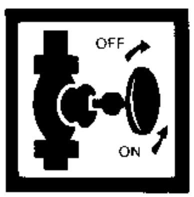
Bago Mangyari Ang Lindol

Mag-isip ng paghahanda para sa buong pamilya. Maihahanda mo ang iyong sarili sampu ng iyong pamilya sa pamamagitan ng pagsagawa ng sumusunod:

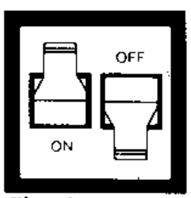
- ☐ Tiyakin kung paano at saan ang buong pamilya magtatagpo-tagpo kung sakaling mahiwalay sa isa't isa.
- ☐ Piliin kung sinong kaibigan o kamag-anak sa labas ng California ang maaring mabigyan ng impormasyon tungkol sa nangyari sa isa't isa sa panahon ng lindol at kung saan ang bawat isa pagkatapos ng lindol.
- ☐ Alamin kung saan ang ligtas na panig ng bahay: ilalim ng matatag na mesa o sa tabi ng dingding sa bandang gitna ng bahay.
- ☐ Alamin ang mapangangib na panig: malapit sa bintana, sa salamin, ilalim ng nakabiting mga bagay, fireplace at sa matataas at hindi nakasegurong mga muebles.
- ☐ Gumawa ng mga pagsasanay ng paghahanda. Alamin kung saan dako ka ligtas sa loob ng bahay.
- ☐ Mag-aral ng pangunang lunas at CPR sa Red Cross o sa ibang organisasyon sa komunidad.
- ☐ Maghanda ng emergency phone numbers.
- ☐ Alamin kung paano isara ang kontador ng gas, tubig at electrisidad kung sakaling ang mga ito ay mapinsala. (Kung nakasara ang balbula ng gas mangyaring huwag lamang itong buksan. Tawagan ang utiltity company.)



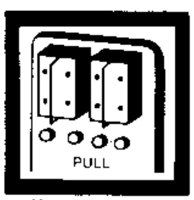
Gas Valve



Water Valve



Circuit Breaker



Pull-Out Cartridge Fuse

Water Heater

- ☐ Tiyaking matatag ang chimney, bubong, dingding at matatag din ang pundasyon ng bahay.
- ☐ Tiyaking nakasiguro ang water heater at iba pang mga kagamitan na makakasira sa mga linya ng tubig, koryente o ng gas kapag ang mga ito ay nahulog.
- ☐ Ilagay ang mabibigat at babasaging mga bagay sa mababang dako ng kabinet. Tiyaking matatag ang mga nakakabit na tanim at mga larawan lalo na yong malapit sa higaan.
- ☐ Lagyan ng seradora ang mga kabinet upang manatiling sarado ito habang lumilindol.
- ☐ Itago sa mababang panig ng kabinet ang madaling sumindi o delikadong mga bagay.
- ☐ Maghanda ng pagkain, tubig at iba pang mga pangangailangan gaya ng plaslait, radyo de baterya, mga gamot at extrang baterya, kit ng pangunang lunas at mga damit.

Kung Lumilindol

Manatiling **nasa loob** kung doon nadatnan ng lindol. Magtago sa ilalim ng mesa, o tumayo sa ligtas na sulok.

Kung **nasa labas** pumunta sa ligtas na dako malayo sa malalaking punongkahoy, mga gusali, mga pader at sa linya ng electrisidad.

Kung **nasa loob ng matataas na gusali,** lumayo sa mga bintana at dingding malapit sa labas. Magtago sa ilalim ng mesa. Huwag gamitin ang elevator.

Kung **ikaw ay nagmamaneho** tumigil at pumarada malayo sa overpass at sa mga linya ng electrisidad. Manatili sa loob hanggang matapos ang pagyayanig.

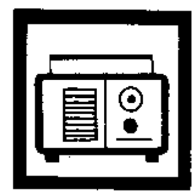
Kung **nagkataong nasa loob ng dakung maraming tao**, huwag tumakbong palabas. Lumayo sa mga bagay na maaring malaglag.

Pagtapos Na Ang Lindol

Tulungan ang mga napinsala. Gamitin ang nalalaman sa pangunang lunas. Huwag galawin ang mga malubhang napinsala maliban na lamang kung sila ay nanganganib.

Gamitin lamang ang telepono kapag emergency.

- ☐ Tingnan kung may mga bagay na maaring mapagmulan ng dagdag na sakuna.
- ☐ Siyasatin kung mayrong singaw ang gas o tulo ng tubig, naputol na linya ng koryente o labasan ng dumi. Isara ang linya kung may pinsala.
- ☐ Tingnan kung may sira ang bahay, gusali pati ang bubong, chimney at pundasyon.
- ☐ Tingnan kung may natitira pang pagkain o tubig. Makakakuha ka ng tubig sa water heater, natunaw na yelo, deposito sa kubeta at de latang gulay.



- ☐ Makinig sa radyo para sa mga dapat gawin at sa mga balita. Makisama sa mga opisyales ng gobierno tungkol sa kaligtasan ng karamihan.
- ☐ Huwag maggala. Gamitin ang sasakyan para sa emergency lamang. Dapat walang sagabal sa daan para sa emergency na sasakyan.
- ☐ Humanda sa susunod pang mga yanig.
- ☐ Huminahon at tulungan ang iba.
- ☐ Kung kailangan kang lumipat mag-iwan ng mensahe sa loob ng bahay upang malaman ng iba mong kasamahan kung saan ka matatagpuan.