Ano ang dapat gawin kapag nagkaroon ng lindol na may lakas na seismic intensity 4 o higit pa?

Multilingual Information on Disaster Risk Reduction

1. Unahin ang pagtiyak sa iyong kaligtasan.

•Sumilong sa ilalim ng mesa at protektahan ang ulo gamit ang unan o bag.

•Lumayo sa mga bintana, muwebles, at mga ilaw.

2. Huwag mag-panic at magmadaling lumabas.

•Huwag gumalaw kung hindi kinakailangan habang lumilindol. Mag-ingat sa mga nahuhulog na bagay at natutumbang muwebles.

•Kung nasa labas, lumayo sa mga pader ng gusali, konkretong bakod, at vending machine.

3. Suriin ang mga pinagmumulan ng apoy at kuryente.

•Kapag tumigil na ang pagyanig, patayin ang kalan at iba pang apoy.

•Kung may naamoy kang gas o may napansing kakaiba, huwag gumamit ng apoy o humawak sa mga switch ng kuryente. Pumunta agad sa ligtas na lugar.

4. Tiyaking tama ang impormasyon sa TV o radyo.

•Subaybayan ang mga impormasyon tungkol sa lindol at tsunami mula sa Japan Meteorological Agency at lokal na pamahalaan.

•Kahit mahina ang pagyanig sa kalupaan, maaaring magkaroon ng tsunami kung ang lindol ay nagmula sa ilalim ng dagat.

5. Tiyaking may ligtas na daanan palabas at lumikas kung kinakailangan.

•Buksan ang mga pinto at bintana upang matiyak ang daanan palabas.

•Kung maglabas ng babala o abiso tungkol sa tsunami, agad na lumayo sa baybayin at bukana ng ilog at lumikas sa mataas na lugar o iba pang ligtas na lugar.