

भूकम्प



क्या करें ? क्या न करें ?

भूकम्प से पहले

- अपने घर को भूकम्परोधी बनाएँ, भारी फर्नीचर व वस्तुओं को सुरक्षित स्थानों पर रखें।
- अपने घर के आसपास एक ऐसे स्थान का चयन करें, जहाँ भूकम्प के दौरान तथा उसके बाद सुरक्षित शरण ली जा सके।
- घर छोड़ते समय आपातकाल में उपभोग / उपयोग का सामान साथ रखें, जिसमें जीवन रक्षक दवाओं के साथ कम से कम तीन दिनों के लिए खाद्य सामग्री व पानी शामिल हो।
- भूकम्प के दौरान किसी मजबूत फर्नीचर के नीचे छुप जाएँ तथा अपने सिर व शरीर के महत्वपूर्ण हिस्सों को ढक लें। इस दौरान फर्नीचर को पकड़कर रखें।
- काँच व खिड़कियों से दूर रहें तथा भूकम्प के इटकों के दौरान इमारत से बाहर निकलें।
- अगर घर से बाहर हैं तो शीघ्र खुले मैदान अथवा सुरक्षित शरण स्थल पर चले जाएँ, इमारतों, पुलों व बिजली के खम्भों से दूर रहें।

भूकम्प के बाद

- सावधानी पूर्वक बाहर जायें, अस्थिर चीजों की जांच करें कि आपके आसपास या आपके ऊपर कोई अन्य खतरा तो नहीं है यह भी देखें कि आपको कोई चोट तो नहीं लगी है।
- यदि भूकम्प का इटका एक मिनट व उससे अधिक समय तक के लिए रहे, तो अगले आने वाले इटकों के लिए सावधानी बरतें।
- क्षतिग्रस्त भवनों से अपने आपको दूर रखें। सुरक्षा के निर्देशों की जानकारी के लिए स्थानीय टीवी देखें या रेडियो सुनें।

**भूकम्प है अति विनाशकारी ।
जिअअे बचाये अूझ-बूझ और जानकारी ॥**



नागरिक सुरक्षा विभाग, राजस्थान जयपुर

आपदा के समय आपातकालीन सम्पर्क दूरभाष : ईओसी जिला - 1077, ईओसी राज्य - 1070, एम्बुलेंस - 108, पुलिस - 100, फायर - 101.