

New Zealand

Shake
Out™



Ang ating pambansang drill sa lindol
at tsunami hiko (lakad sa tsunami)

www.shakeout.govt.nz

New Zealand ShakeOut, ang ating pambansang drill sa lindol at tsunami hiko, ay gaganapin sa 9.30n.u. sa ika-18 ng Oktubre 2018.

Ang buong New Zealand ay nanganganib sa lindol at lahat ng ating baybaying-dagat ay nanganganib sa tsunami. Hindi natin mahuhulaan kung kailan mangyayari ang mga ito, ngunit maaari nating isagawa ang tamang aksyon upang mailigtas ang ating sarili.

Ang pakikilahok sa New Zealand ShakeOut 2018 ay mabuting paraan upang matutunan ang mga tamang aksyong dapat gawin at makapaghanda.

ShakeOut - kasing-dali ito ng 1, 2, 3...

- 1 Magpalista ngayon! – mairerehistro mo ang lahat sa iyong organisasyon o sambahayan sa loob ng ilang minuto.
- 2 Ikalat ang balita (sabihin sa mga kaibigan, kapamilya at katrabaho, ibahagi sa Facebook, Twitter, atbp).
- 3 Isagawa ang Dumapa, Sumuklob at Kumapit na drill sa 9.30n.u. sa ika-18 ng Oktubre 2018*, kasunod ang iyong tsunami hiko kung ikaw ay nasa baybaying-dagat na lugar.

Bumisita sa www.shakeout.govt.nz upang magpalista, magplano ng iyong drill at hiko, maghanda at mag-download ng mga mapagkukunan upang itaguyod ang iyong drill.

* Kung hindi mo magagawa ang drill sa 9.30n.u. sa ika-18 ng Oktubre 2018, makapipili ka ng oras na angkop sa iyo sa loob ng dalawang linggong panahon ng drill (at ito ay mabibilang pa rin).



Dumapa, Sumuklob at Kumapit ay tamang aksyon na magagawa kapag may lindol.

Pipigilan ka nitong mabuwal, hindi ka masyadong mapupuntirya ng mga bagay na bumabagsak at lumilipad, at mapapangalagaan ang iyong ulo, leeg at mahahalagang bahagi ng katawan.

- **DUMAPA** sa iyong mga kamay at tuhod. Pinipigilan ka nitong mabuwal ngunit hinahayaan kang kumilos kung kinakailangan.
- **ISUKLOB** ang iyong ulo at leeg (o ang iyong buong katawan kung maaari) sa ilalim ng isang matibay na mesa o desk (kung ilang hakbang lang ang layo nito sa iyo). Kung walang malapit na masusukluban, sukluban ang iyong ulo at leeg ng iyong mga braso at kamay.
- **KUMAPIT** ka sa iyong sinukluban (o sa iyong posisyon upang pangalagaan ang iyong ulo at leeg) hanggang sa matapos ang pagyanig. Kung niyuyugyog ng pagyanig ang iyong sinukluban, gumalaw ka nang naayon dito.

Kung hindi ka makadapa, mag-brace ka sa silya o wheelchair (i-lock mo ang mga gulong) at sukluban ang iyong ulo at leeg ng iyong mga braso at kamay. Kung hindi ka makabangon mula sa kama, sukluban ng unan ang iyong ulo at leeg.

Maraming tao ang nasasaktan habang nagtatangkang kumilos HABANG lumilindol. Mas ligtas na Dumapa, Sumuklob, at Kumapit hanggang sa matapos ang pagyanig.



Kung ikaw ay malapit sa baybayin at nakakaranas ng alinman sa mga sumusunod:

- Nakaramdam ng malakas na lindol na pumipigil sa iyong tumayo, o tumatagal nang isang minuto o higit pa
- Nakakita ng biglaang pagtaas o pagbaba ng tubig-dagat
- Nakarinig ng mga malalakas at hindi karaniwang ingay mula sa dagat

Lumikas agad-agad patungo sa pinakamalapit na mataas na lugar, o sa lugar na malayung-malayo sa baybayin hanggat kaya mo. Maglakad o magbisikleta kung maaari. Huwag nang maghintay pa ng mga opisyal na babala.

Para sa tsunami na may lokal na pinagmumulan, na maaaring dumating sa loob ng ilang minuto, wala nang oras para magbigay ng opisyal na babala. Mahalagang kilalanin ang mga likas na senyales ng babala at kumilos nang maagap.

Tandaan, **MATAGAL o MALAKAS: LUMIKAS.**