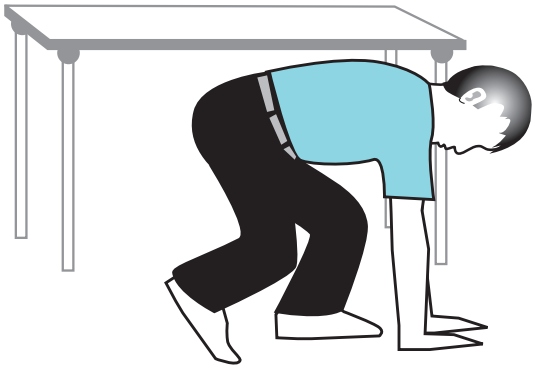
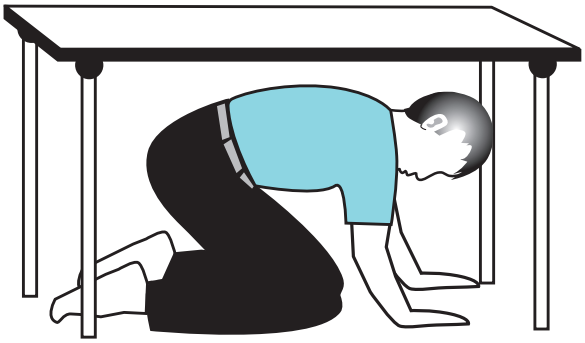
Paano maging Ligtas sa Lindol

Kapag Gumalaw ang sahig

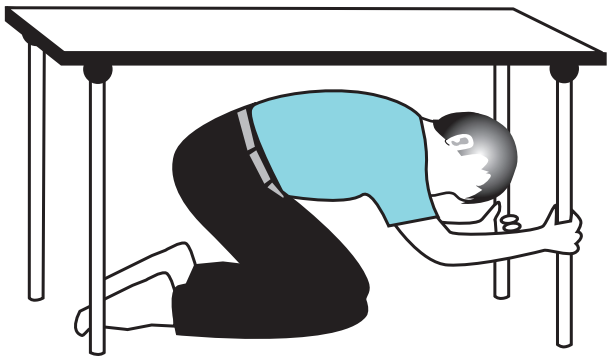
DUMAPA…



MAGTAGO…



KUMAPIT…



City of Seattle

Seattle Emergency Management

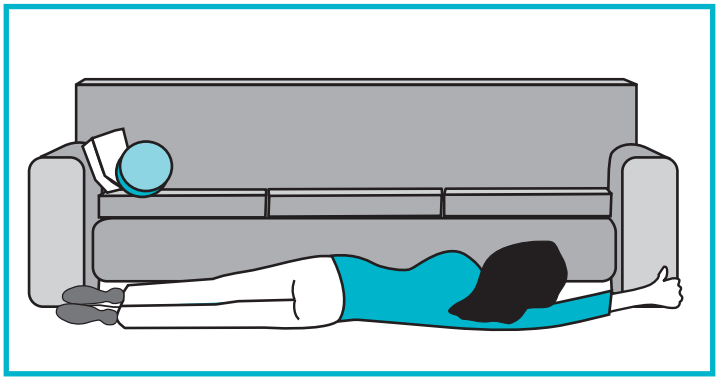
Seattle Office of Emergency Management
www.seattle.gov/emergency
206-233-5076

Paano maging Ligtas sa Lindol

- **Huwag tumakbo habang lumilindol.**
  Karamihan ng pinsala ay sanhi ng nalalaglag na bagay,
  din g nagigibang mga gusali.

- **Dumapa, magtago at kumapit sa ilalim ng mesa** sa loob ng
  3-4 na Segundo matapos ang lindol. Pumirmi hanggang matapos ang lindol.

- **Kung ikaw ay nasa lugar na walang mesa, dumapa!**
  Mag-isip mula sa ilalim, tabi, gitna.
  Ang pagtago **sa loob** ng anumang mesa ay ang pinaka magaling na opsyon.
  Dumapa **sa tabi** ng mabigat na furniture. Gumapang ng nakadapa **sa gitna**
  ng mga silya sa loob ng sinehan, simbahan at stadium. Dumapa **sa tabi**
  at ilalim ng grocery cart sa pamilihan.



- **Kung ikaw ay nasa labas…**
  Umupo at takpan ang iyong ulo ng iyong mga kamay.

- **Kung ikaw ay nasa labas ng gusali…**
  Lumipat sa loob ng gusali at humanap ng ligtas na lugar.
  Mabilis na sa labas ng gusali ay tinatawag na “zona ng pinsala”.

- **IMPOTANTE: Ang daanan o pintuan ay HINDI inirerekomendang ligtas**
  na lugar sa panahon ng lindol. Mahirap na pumirmi sa daanan o pintuan
  habang lumilindol at ang pintuan ay madalas na sanhi ng pinsala kapag
  ito ay bumukas sara habang lumilindol.