

زلزله و ایمنی

رنگین کمان یک پدیده طبیعی است. زلزله هم یک پدیده طبیعی است. وقتی قسمتی از انرژی ذخیره شده در پوسته زمین ناگهان آزاد شود، می‌گوییم زلزله آمده است. ما نمی‌توانیم زمان دقیق زلزله را پیش‌بینی کنیم. بنابراین باید یاد بگیریم هنگام زلزله، چه‌گونه از خودمان مراقبت کنیم.

در خانه

پناه بگیرد

زیر میز و یا تخت خواب‌های محکم...



یادتان باشد اگر میز یا تخت حرکت کرد، پایه‌اش را محکم بگیرید و همان‌طور که زیر آن هستید، حرکت کنید.

فاصله بگیرد

از پنجره‌ها، لوسترها، کمدها و همهی وسایلی که امکان دارد سقوط کنند.



پناه بگیرد

در کج دیوارهای داخلی... بعد، دست‌هایتان را به دو طرف تکیه دهید.

مثل حالتی که در عکس می‌بینید.



فاصله بگیرد

از آشپزخانه و مخصوصاً اجاق گاز.



پناه بگیرد

کنار دیوار بنشینید. با دست‌هایتان از سر تا، محافظت کنید.

از پنجره‌های راهرو فاصله بگیرید.



استفاده نکنید

از پله‌ها و آسانسور.



در مدرسه

در مدرسه حفظ کنید

پناه بگیرید. آرامش را... در کنج دیوارهای داخلی



پناه بگیرید

زیر میز یا نیمکت...

بایدتان باشد که پایه‌های آن را بگیرید. با حرکت نیمکت، شما هم حرکت کنید.



در راهرو

کنج دیوارها قرار بگیرید. دستتان را به دو دیوار تکیه دهید.



فاصله بگیرید

در آرمایش... از آرمایشگاه، از قفسه‌های مواد و وسایل

اینجا هم زیر میزهای محکم یا کنج دیوارها پناه بگیرید.



فاصله بگیرید یا

افتادن دارد. از قفسه‌های کتاب و هر چیزی که خطر



فاصله بگیرید یا

هر چیزی که ممکن است بیفتد. در حیاط مدرسه، از دیوار، ساختمان‌های اطراف، تیر بسکتبال، دروازه فوتبال و



یک «کنج» خوب برای پناه گرفتن، کجاست؟

محل تقاطع دیوارهای داخلی ساختمان. یعنی دیوارهایی که رو به کوچه یا خیابان نیستند.

