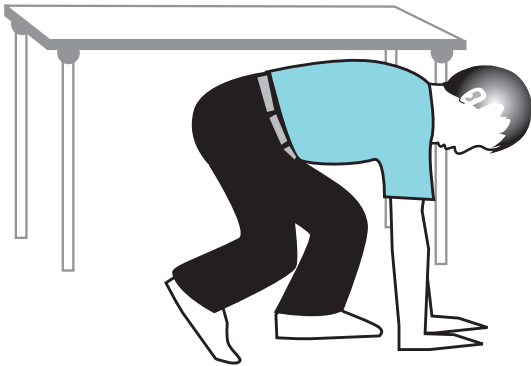


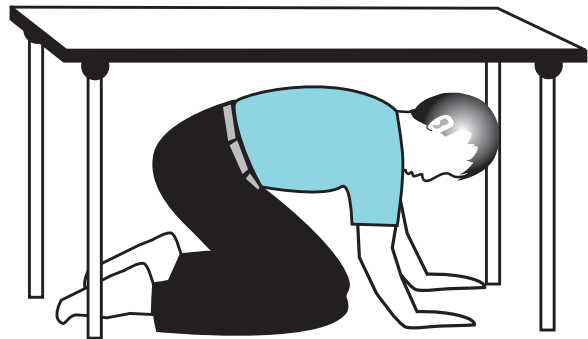
Paano maging Ligtas sa Lindol

Kapag Gumalaw ang sahig

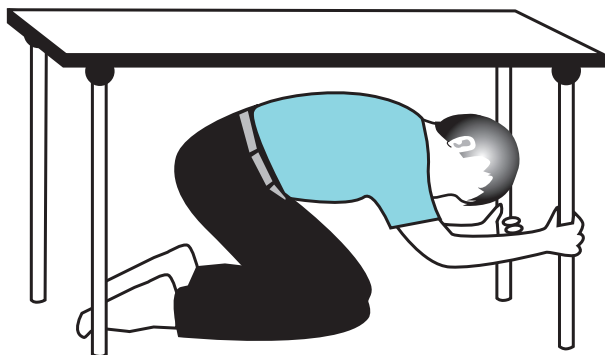
DUMAPA...



MAGTAGO...



KUMAPIT...



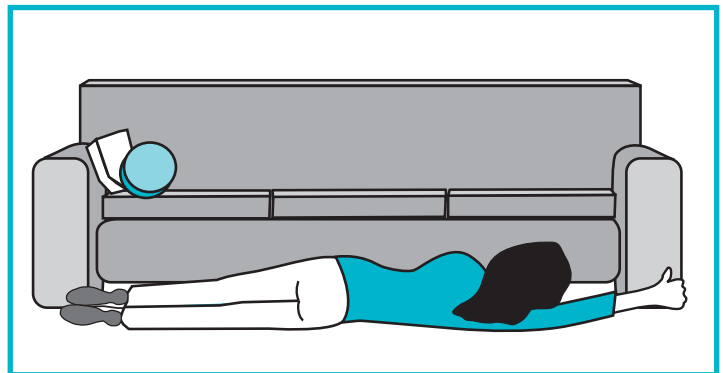
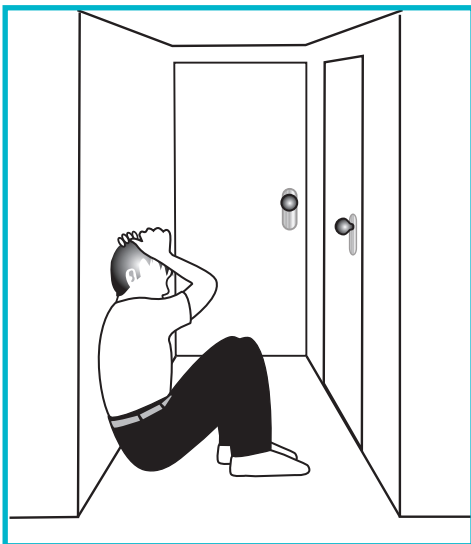
City of Seattle



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.