

Actions to Take During an Earthquake

No one knows when an earthquake will occur. When an Earthquake Early Warning is announced, or when you feel the first tremors, the most important thing is to get yourself somewhere safe. If you are inside a room, this might mean getting underneath a table, but in any case, you and others should seek out a space where items will not fall, topple or be moved into you. If you are outside, stay clear of concrete block wall fences, and watch out for objects falling off of buildings. It is important to cultivate a regular awareness and mindset that will allow you to make snap decisions wherever you might be when an earthquake strikes.

发生地震时的行动

地震何时何地发生谁都不知道。收到紧急地震速报或感觉到摇晃时,将安全放在首位采取行动。在屋内,就躲到桌子底下,使身体靠近物体“不落下、不倒塌下来、不移动过来”的空间;在户外,则请注意砌块墙,以及从大楼落下的物体等。平时就保持意识很重要,这样您就可以凭瞬间的判断做出正确的选择。

發生地震時的行動

誰都不知道何時與何地會發生地震。收到緊急地震速報或感覺到地面搖晃時,首要任務就是把安全放在首位並採取行動。當人還在屋內時,就躲避到桌子下,使身體靠近物體「不落下、不倒塌、不移動過來」的空間內;當人在戶外時,請注意身旁的磚牆以及從大樓落下的物體等。重點在於平時就應當保持這種意識,這樣就能瞬間做出判斷而採取正確的選擇。

지진 발생 시의 행동

지진은 언제 어디서 일어날지 모른다. 긴급 지진속보를 수신하거나 흔들림을 느꼈을 때는 안전 확보를 최우선으로 생각하고 행동한다. 실내에서는 테이블 아래 등과 같이 물건이 "떨어지지 않고, 넘어지지 않고, 이동해 오지 않는" 공간에 몸을 숨기고, 옥외에서는 블록 담장이나 건물 위에서 떨어지는 물건 등에 주의한다. 어디에서든 신속한 판단을 할 수 있도록 평소부터 의식해 두는 것이 중요하다.

Các hành động cần thực hiện khi xảy ra động đất

Không ai biết khi nào một trận động đất sẽ xảy ra. Khi Cảnh báo Sớm về Động đất được công bố hoặc khi bạn cảm thấy những chấn động đầu tiên, điều quan trọng nhất là bạn phải đến nơi an toàn. Nếu bạn đang ở trong một căn phòng, điều này có thể có nghĩa là chui xuống gầm bàn, nhưng trong bất kỳ trường hợp nào, bạn và những người khác nên tìm một không gian mà các đồ vật sẽ không bị rơi, đổ hoặc di chuyển vào người bạn. Nếu bạn đang ở bên ngoài, hãy tránh xa hàng rào tường bê tông và coi chừng các vật thể rơi ra từ các tòa nhà. Điều quan trọng là phải trau dồi nhận thức và tư duy thường xuyên để cho phép bạn đưa ra các quyết định nhanh chóng cho dù bạn đang ở đâu khi động đất xảy ra.

Mga aksiyon na dapat gawin kapag nagkaroon ng lindol

Hindi natin alam kung kailan at saan magkakaroon ng lindol. Sa pagtanggap ng emergency earthquake bulletin o di kaya'y sa oras na makaramdam ng pag-uga, bigyan ng prayoridad ang sariling kaligtasan sa pagkilos. Kapag nasa loob ng bahay, pumailalim sa mesa at iba pa, o lumagi sa isang lugar na kung saan "walang nahuhulog, nabubuwal, gumagalaw" na mga bagay, at mag-ingat sa mga pader na bloke sa labas ng bahay pati mga bagay na maaaring bumagsak mula sa mga gusali. Mahalaga ang maging alerto palagi at magkaroon ng mabilis na paghatol sa sitwasyon kahit saan man naroroon.

Ações a Tomar Durante um Desastre

Não se sabe quando e onde um terremoto ocorrerá. Ao receber um alarme de emergência de terremoto ou sentir um tremor, dê a máxima prioridade à garantia da sua segurança. Quando estiver dentro de casa ou em algum recinto, mantenha-se em um local onde as coisas "não caiam ou não se movam", como debaixo de uma mesa e, se estiver fora, tome cuidado com a queda de muros de blocos ou de objetos. É importante que você esteja ciente desses problemas no dia a dia para poder avaliar a situação onde quer que esteja.