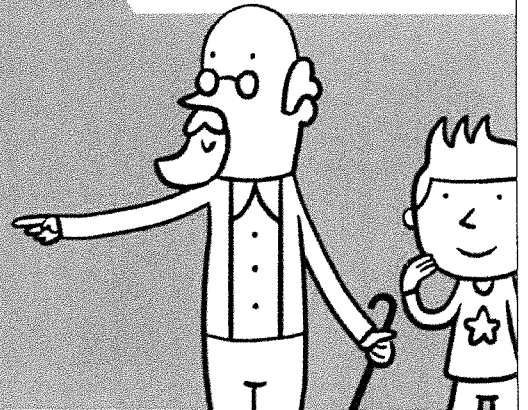


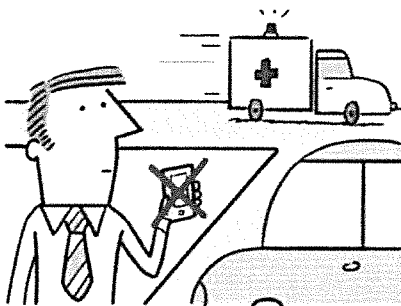
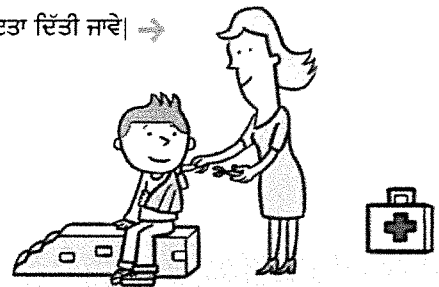
ਸੈਂਨਹੀ
 ਹੈ ਖਤਰਾ
 ਭੂਚਾਲ ਦਾ

ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਭੂਚਾਲ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ



ਯਕੀਨ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ
 ਕਿਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੈ, ਜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। →

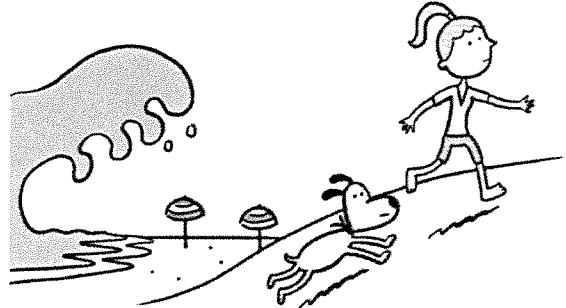
← ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗੈਸ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ
 ਬਿਜਲੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਵੋ, ਅੱਤੇ ਜੁੱਤੀ ਪਹਿਨ ਲਵੋ,
 ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਲਿੱਫਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ,
 ਪੌੜੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੋ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
 ਕਿ ਪੌੜੀਆਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਣ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਬਾਹਰ ਆ ਗਏ,
 ਤਾਂ ਸਾਵਧਾਨੀ ਦਾ ਰਵੱਈਆਂ ਅਪਣਾਓ।



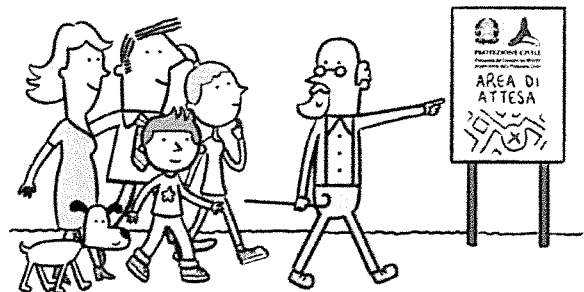
ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ↑
 ਦੀ ਸੀਮਤ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਕਾਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਸੰਕਟ ਵਾਹਨ
 ਦੇ ਚੱਲਣ ਵਿਚ ਰੁੱਕਾਵਟ
 ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੁਨਾਮੀ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ
 ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੀਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ ਅਤੇ
 ਇੱਕ ਉੱਚੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਚਲੋ ਜਾਓ। →



ਨਗਰ ਨਿਗਮ ਦੀ ਯੋਜਨਾ
 ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਏ
 ਉਡੀਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਖੇ ਪਹੁੰਚੋ। →



ਇਸ ਕਾਰਡ ਨੂੰ ਇੱਕ ਖਾਸ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਲਟਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲੇ: ਇਹ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਗੱਲਾਂ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

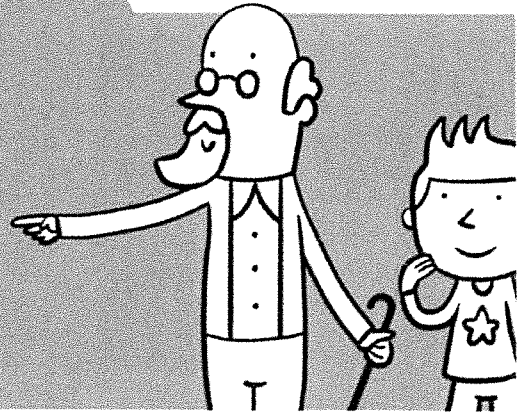
■ www.protezionecivile.gov.it

■ www.anpas.org

■ www.ingv.it

■ www.reluis.it

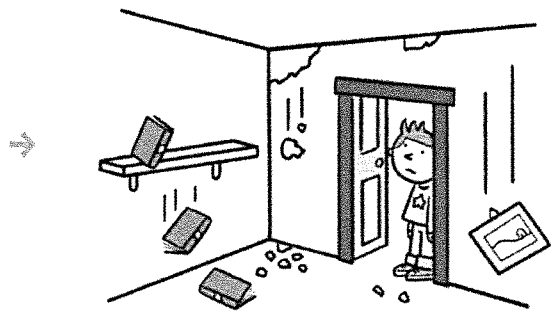
ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਭੂਚਾਲ ਆਉਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀ ਕਿਸੇ ਬੰਦ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੋ

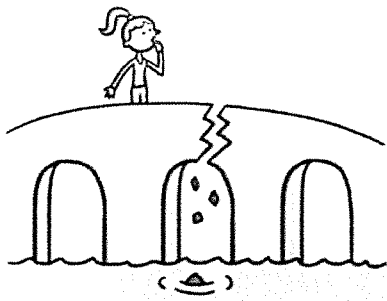
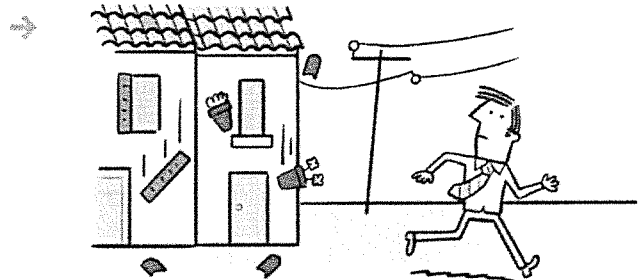
ਆਪ ਕਿਸੇ ਕੰਧ ਵੱਲ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਚੁਗਾਠ (ਮੋਟੇ ਭਾਗ ਵਾਲੀ) ਵੱਲ ਚੱਲੇ ਜਾਓ, ਜਾਂ ਇਕ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਥੱਲੇ, ਜਾਂ ਮੰਜ਼ੇ, ਜਾਂ ਟੇਬਲ ਦੇ ਥੱਲੇ ਚੱਲੇ ਜਾਓ |

ਕਮਰੇ ਦੇ ਮੱਧ ਵਿੱਚ ਡਿੱਗਿਆ ਸਮਾਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲਾਸਟਰ, ਛੱਤ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਦੇ ਟੁੱਕੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ | ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਨਾ ਕਰੋ, ਭੂਚਾਲ ਦੇ ਝੱਟਕੇ ਦਾ ਖੱਤਮ ਹੋਣ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ |



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ

ਇਮਾਰਤਾਂ, ਰੁੱਖਾਂ, ਮੁਹੱਲੇ ਦੀ ਲਾਈਟਾਂ, ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਲਾਈਨਾਂ (ਤਾਰਾਂ) ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ | ਤੁਹਾਡਾ ਗੱਮਲੇ, ਟਾਇਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਡਿੱਗਣ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ |



← ਸਾਵਧਾਨ, ਹੋਰ ਸੰਭਵ ਨਤੀਜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 ਭੂਚਾਲ : ਪੁਲ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ, ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਖਿਸਕਣਾ, ਗੈਸ ਦਾ ਰਿਸਨਾ ਆਦਿ |