

भूकंप आने से पहले अपने बच्चे के कमरे को सुरक्षित बनाएं

न्यूज़ीलैंड में भूकंप जीवन का एक आम हिस्सा है। अधिकतर भूकंप छोटे होते हैं और उनसे मामूली या बिल्कुल भी नुकसान नहीं होता, लेकिन ज्यादा शक्तिशाली भूकंप कभी भी आ सकते हैं।

बच्चे अपना काफी समय अपने बैडरूम (सोने के कमरे) में बिताते हैं, इसलिए ये बदलाव करने से आपके बच्चे के लिए एक सुरक्षित माहौल बनाने में काफी अंतर पड़ सकता है।

सुरक्षित बैडरूम की चैकलिस्ट (जाँच सूची)

- ☐ भारी वस्तुओं को ऊंची टांडों (तख्तों) नीचे के ऐसे स्टोरेज (सामान रखने की जगह) में रख दें जहाँ से वे गिर न सकें।
- ☐ दरारों और किताबों की अलमारियों जैसे ऊंचे या भारी फर्नीचर को दीवार के स्टड (दीवार के पीछे लकड़ी के फ्रेम) से सुरक्षा पट्टियों या ब्रैकेट का उपयोग करके सुरक्षित रूप से बांधें। आप इन्हें हार्डवेयर स्टोर से खरीद सकते हैं।
- ☐ अपने बच्चे के पालने, बेसिनेट या बिस्तर को खिड़कियों से दूर रखें। भूचाल में काँच टूट सकता है।
- ☐ अपने बच्चे के बिस्तर के ऊपर की जगह को खाली रखें। टांडों, (तख्तों) शीशों और भारी तस्वीरों को हटा दें।
- ☐ अगर पालने या बिस्तर में पहिए लगे हों तो उन्हें लॉक कर दें, ताकि भूचाल के झटकों के दौरान वे हिलें नहीं।
- ☐ कलाकृतियों या दर्पणों को लटकाने के लिए, उनके वजन के अनुरूप बनाए गए उपयुक्त बंद हुकों का उपयोग करें। कलाकृतियों को केवल एक कील पर लटकाने से बचें।
- ☐ जहाँ तक संभव हो, अलमारियों और दरारों को बंद रखने में मदद के लिए कुंडी या कैच (चटखनी) का प्रयोग करें।

यदि आप किराए के घर में रहते हैं, तो भी आप फर्नीचर को सुरक्षित कर सकते हैं। बस पहले अपने मकान मालिक से इस बारे में पूछ लें।



जब भूकंप आए तो क्या करना चाहिए

अपने आप को बचाने का सबसे अच्छा तरीका है ड्रॉप, कवर और होल्ड (झुके, खुद को ढके और किसी चीज को पकड़े रखें)।

ज़मीन पर झुक जाएं, हो सके तो अपने सिर और गर्दन को मज़बूत फ़र्नीचर से ढक लें, और तब तक पकड़े रहें जब तक कंपन बंद न हो जाए।

यदि आपके साथ कोई शिशु या छोटा बच्चा है, तो अपने सिर और गर्दन की सुरक्षा का ध्यान रखते हुए उन्हें अपने नजदीक ही रखें।

Don't wait for the
WOAH!