



# Are you prepared for an EARTHQUAKE

# भूकम्प से बचाव हेतु क्या आप तैयार हैं ?

**EARTHQUAKES** cause immense loss of lives and property and hamper the pace of development. Himachal Pradesh, which lies on very high Earthquake Risk Zone-IV & Zone-V, has witnessed the catastrophic 'Kangra Earthquake' in 1905. Being the citizens of the state, it is our responsibility to prepare properly for a possible earthquake to safeguard our lives and property. Following the below-stated tips won't stop the next earthquake, but it will surely help you to survive and cope-up in a better way.



**भूकम्प** जीवन व सम्पत्ति की अपूर्णीय क्षति करते हैं व विकास की गति को बाधित करते हैं। हिमाचल प्रदेश, जो कि भूकम्प की दृष्टि से अत्यधिक संवेदनशील जोन-IV व जोन-V में स्थित है, 1905 में कांगड़ा में आए विनाशकारी भूकम्प की विभीषिका झेल चुका है। राज्य के नागरिक के तौर पर हमारा यह दायित्व है कि हम सम्भावित भूकम्प से जीवन व सम्पत्ति की रक्षा करने हेतु ठीक से तैयारी करें। निम्नलिखित उपायों को अपनाकर आप भविष्य में आने वाले भूकम्प को टाल तो नहीं सकते, परन्तु ये उपाय आप को अपना बचाव बेहतर ढंग से कर इस आपदा से निपटने में सहायक अवश्य होंगे।

## 4 Basic actions during an earthquake बार्ते भूकम्प के दौरान ध्यान रखने हेतु

- 1 Don't panic and stay calm.**  
शान्त रहें, हड़बड़ी न करें।
- If Inside, stand in a doorway, or crouch under a table, stay away from windows or glass dividers.**  
यदि भीतर हों, तो दरवाजे की चौखट के बीच खड़े रहें, या किसी मज़बूत मेज़ या पलंग के नीचे छिप जाएं। खिड़कियों व छीछो के दरवाजों आदि से दूर रहें।
- If Outside, stand away from trees, buildings, phone & electricity lines.**  
यदि बाहर हों, तो भवनों, वृक्षों, टेलीफोन व बिजली के खम्बों तथा तारों से दूर रहें।
- If on the road, drive away from bridges or subways; stop in a normal, open road stretch; stay in vehicle till the shaking stops.**  
यदि सड़क पर हों, तो पुलों व भूमिगत रास्तों से दूर चले जाएं, किसी सामान्य, खुले स्थान पर रुकें व भूकम्पीय झटके रुकने तक वाहन में रहें।

## 6 Basic actions after an earthquake बार्ते भूकम्प के उपरान्त ध्यान रखने हेतु

- 1 Check for injuries, provide First-aid.**  
चोट/घाव की जाँच व प्राथमिक उपचार करें।
- 2 Wear shoes and safety gloves.**  
जूते व सुरक्षा दस्ताने पहनें।
- 3 Check for gas/water leakages and sewage breakage.**  
गैस/पानी के रिसाव तथा सीवेज में टूटफूट की जाँच करें।
- 4 Check for building damage and assess potential threats to safety.**  
भवन को पहुँची क्षति व सम्भावित खतरों की जाँच करें।
- 5 Don't light a fire and also avoid using electrical appliances inside the building.**  
भवन के अन्दर आग न जलाएं तथा विद्युत उपकरणों का प्रयोग न करें।
- 6 Turn on the Radio set, listen for safety instructions and follow them.**  
रेडियो सेट पर प्रसारित सुरक्षा निर्देशों को ध्यान से सुनें व उनका पालन करें।

## Survival items that you must keep on hand

## जीवन रक्षा से जुड़ी वस्तुएं जो आपके पास अवश्य होनी चाहिये



**Emergency**  
108  
Fire  
101  
Police  
100

## 7-steps to Earthquake Preparedness and Safety: What to do...

### BEFORE

- #1 Identify potential hazards in your office/home and begin to fix them**
- #2 Create your Disaster/Emergency Plan**
- #3 Create sufficient disaster supplies Kits**
- #4 Identify and fix your building's potential weaknesses**

### DURING

- #5 Protect yourself during Earthquake shaking**
- #6 Check for injuries and damage**

### AFTER

- #7 When safe, follow your Disaster/Emergency Plan**

Issued in Public Interest by

जनहित में जारीकर्ता



Himachal Pradesh State Disaster Management Authority हिमाचल प्रदेश राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण  
For more information, please visit the HP SDMA website- [www.hpsdma.nic.in](http://www.hpsdma.nic.in)  
Designed & Developed under the Govt. of India - UNDP Disaster Risk Reduction Programme (2009-2012)

In case of emergency, please call- 108 (Emergency Services), 101 (FIRE SERVICES), 100 (POLICE)



Empowered lives.  
Resilient nations.