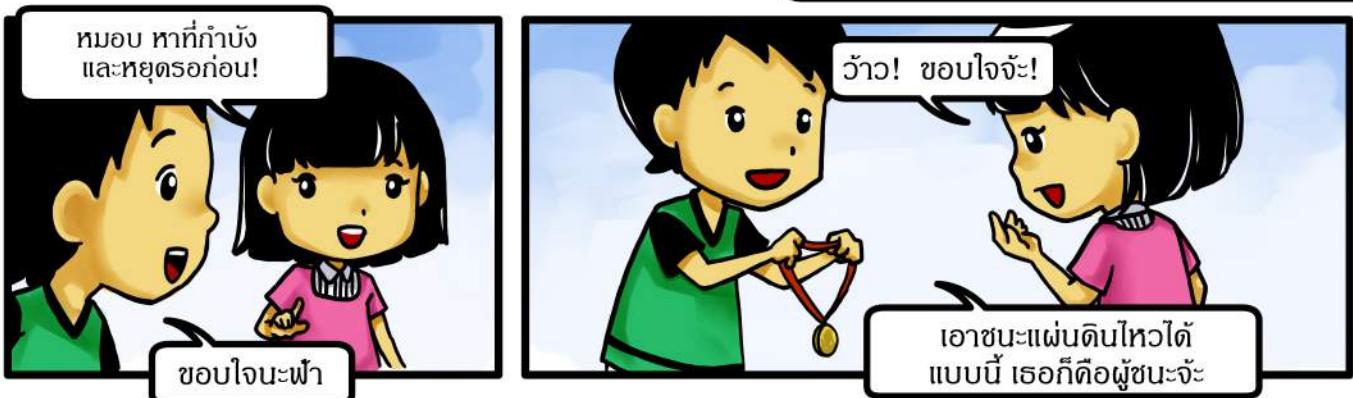




เตรียมพร้อมไว้เมื่อภัยมา: แผ่นดินไหว





ข้อควรจำเมื่อเกิดแผ่นดินไหว ศึกษาให้ดี เคล็ดลับเหล่านี้ช่วยคุณและครอบครัวได้

- ทุกคนในครอบครัวควรทราบว่าสามารถหลบภัยได้ที่ไหนบ้างเมื่อเกิดเหตุแผ่นดินไหว
- เข้าร่วมฝึกซ้อมรับมือแผ่นดินไหวทั้งที่บ้าน ที่ทำงานและโรงเรียน
- หมอบ หาที่กำบังและหยุดรอภัย
- ถ้ามีเตียงที่แข็งแรงในบริเวณนั้น ให้เข้าไปหลบข้างใต้ จับขาโต๊ะด้วยมือข้างหนึ่งและใช้อีกข้างปักปูองตาข่ายของคุณ
- หากคุณนอนอยู่บนเตียง ให้รออยู่ตรงนั้น ใช้มอนปักปูองศรีษะของคุณ
- หากคุณอยู่ข้างนอก หาพื้นที่โล่งห่างไกลจากสิ่งอันตรายที่สามารถตกใส่ เช่น อาคาร ต้นไม้ ไฟถนนและสายไฟ
- หยุดรอจนกว่าแผ่นดินไหวจะสงบ
- ห้ามใช้ลิฟท์โดยเด็ดขาด
- ปิดระบบไฟฟ้า แก๊สและน้ำประปา และถอดปลั๊กไฟเครื่องใช้ไฟฟ้า
- หลังจากการสั่นไหวครั้งแรกสิ้นสุดลง ให้ระวังแผ่นดินไหวซ้ำ



ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับภัยพิบัติต่าง ๆ ได้จาก www.redcross.org/prepare/disaster/earthquake.

สภากาชาดไทย

1871 อาคารเทิดพระเกียรติ

ถนนอังรีดูนังต์ แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน

กรุงเทพมหานคร 10330

โทรศัพท์ 0-2256-4038

โทรสาร 0-2255-3064

อีเมล์ intertrc@redcross.or.th

เว็บไซต์ www.redcross.or.th

สนับสนุนโดย



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

หน่วยงานที่ร่วมก่อตั้นนุชนธร
และการปักปูองพลเรือน



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

