

# ShakeOut 倒數口訣



使用以下倒數口訣，確保你的組織中每個人都有機會參與你的 ShakeOut 演習。

## 6 為你的組織進行註冊 參與 [ShakeOut.org/register](https://ShakeOut.org/register)。

- 包括整個組織的參與人數。
- 鼓勵員工同時在家中為地震安全逃生進行演練

## 5 與部門領導見面 審視計劃，以確定哪一種級別的演習 將於你的組織進行，以及有什麼人會參與。演習手冊可在 [ShakeOut.org](https://ShakeOut.org) 網站的資源版塊找到，並提供有關這些級別的指示：

- 第 1 級 — 簡易：伏地（或抱頭），遮擋和手抓牢
- 第 2 級 — 基本：生命安全演習
- 第 3 級 — 中階：決策討論和演習
- 第 4 級 — 高階：業務運營討論和演習



## 4 制訂一個演習計劃，在當中描述你的演習目標、將要發生的事情時序（甚至如蹲/抱頭、遮擋、手抓牢），以及演習後的反饋會議，以發現有哪些地方做得好，哪些地方可以改進。跟你的參與者分享計劃。

## 3 鼓勵供應商、承包商、合作組織和在你網絡中的其他人 一同參與，以提高地震抗災能力，並與他們分享 ShakeOut 準備資源。考慮其他能夠讓你的組織做好準備的步驟，例如簽訂協議以確保在災難後仍可使用你所依賴的服務或產品。

## 2 通過活動提高員工的地震防備意識：

- 在你的組織內張貼 ShakeOut 橫幅和標誌，鼓勵和提醒員工、供應商和客戶積極參與。
- 向員工發送電子郵件，提供關於如何在家中和工作場所做好準備的資訊和提示。
- 鼓勵員工通過電子郵件和社交媒體分享與地震有關的訊息。

## 1 在演習期間，審視和使用其他 ShakeOut 資源 如：

- 演習錄音和錄像廣播
- 地震安全無障礙提示 ([EarthquakeCountry.org/accessibility](https://EarthquakeCountry.org/accessibility))
- 為店鋪中或其他情況下的民眾提供特別定制的指示

## 0 在 ShakeOut 日舉行演習（如有必要，亦可選擇其他日期）。

- 演習後舉行討論，聽取大家的心得體會，並計劃下一步措施，繼續提高地震防備能力。