

اتبع الخطوات السبع للسلامة من الزلازل كي تكون مستعدًا للبقاء على قيد الحياة والتعافي من الزلزال المدمر المقبل. تعرف إلى المزيد على EarthquakeCountry.org/sevensteps.

استعد



الخطوة 1: تأمين مكانك من خلال تحديد المخاطر وتأمين المواد المتحركة.

1



الخطوة 2: التخطيط لتكون آمنًا من خلال وضع خطة طوارئ وتحديد كيفية التواصل.

2



الخطوة 3: تنظيم إمدادات الطوارئ في مواقع مناسبة.

3



الخطوة الرابعة: تقليل المصاعب المالية من خلال تنظيم المستندات المهمة، وتقوية ممتلكاتك، والنظر في التغطية التأمينية.

4



النجاة



الخطوة الخامسة: الانخفاض والاختباء والانتظار أو إجراءات أخرى موصى بها (إذا شعرت بالزلزلة أو تلقيت تنبيهًا).

5



الخطوة السادسة: تحسين السلامة بعد الزلازل عن طريق الإخلاء عند الضرورة، ومساعدة الجرحى، ومنع المزيد من الإصابات أو الأضرار.

6



التعافي

الخطوة السابعة: إعادة الاتصال واستعادة الحياة اليومية من خلال إعادة التجمع مع الآخرين وإصلاح الأضرار وإعادة بناء المجتمع.

7