

# 七步骤地震避险准备: 您的行动计划工作表



使用此工作表创建您的行动计划, 了解在破坏性地震之前, 期间和之后应采取的行动。请访问 [EarthquakeCountry.org/sevenstep](http://EarthquakeCountry.org/sevenstep), 以获取有关每个步骤更多之指导与资源。

## 1 加固好您的空间 | 您将固定什么物件, 以及在什么时候?



物件与位置:

在什么时候:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 2 计划要安全 | 从以下内容开始:



地区以外的联系方式:

姓名: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_

其他关键联系人:

姓名: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_

姓名: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_

会晤地点: \_\_\_\_\_

其他计划中的行动? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 3 其他应急备品物资 | 您在每个位置会存放什么?



床下包: \_\_\_\_\_

应急包: \_\_\_\_\_

家庭或工作用品: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 4 尽量减少财务困难 | 您的步骤四行动计划



整理文件: \_\_\_\_\_

加固房屋: \_\_\_\_\_

考虑买保险: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 5 趴下、护住和抓牢！ | 你会和谁一起练习，什么时候？

在家的人：

何时：

---

---

上班的人：

何时：

---

---

其他团体：

何时：

---

---



## 6 提高安全性 | 您现在要做什么，使自己之后可以提高安全性？

---

---

---

---

---



## 7 重新联系与恢复 | 你现在还能做些什么来加速你的恢复重振？

---

---

---

---

---



### 补充笔记

---

---

---

---

---

---

---

---

---