

ShakeOut sa Panahon ng COVID-19



Sa buong pandemiya, karamihan sa atin ay nanatili sa bahay at nag-iba ng pamumuhay kasama na ang lugar ng trabaho at eskwelahan, at kung saan nakikipag-ugnay sa ibang tao. Habang nagpa-plano sa ShakeOut, isipin ang: Kailan mo huling tinignan ang iyong mga gamit pang-trahedyang? Nagawa mo na ba ang “Pagpapatibay sa Iyong Lugar” upang maiwasan ang pagkasira o pinsala? Anong mga pagbabago ang ginawa mo sa iyong mga planong pang-emerhensiya at importanteng kontak? Gaya ng dati, ang mga taga-organisa ng ShakeOut ay andito upang tulungan ka (at ang lahat sa kahit saang lugar) upang makalahok ng matagumpay.



Mga Isasa-alang-alang:

- **Paano isasagawa ang inyong pagsasanay?** Sa personal, malayuan, o parehas? Isaalang-alang ang pagpupulog sa video at paggamit ng mga presentasyon ng mga lider sa pagsasanay sa ShakeOut.org/COVID19.
- **Piliin ang iyong petsa** (o pagsasanay ng mas maliit na grupo sa ibat-ibang petsa). Ang karamihan ay maaari pa ring makilahok sa International ShakeOut Day (10/21 sa taong ito).
- **Sundin ang lokal na panuntunan sa kalusugan at kaligtasan** para sa pagdistansya at pagsuot ng maskara.
- Sundin ang **Pitong Hakbang Tungo sa Kaligtasan sa Lindol** upang maprotektahan ang iyong pamilya, lugar ng trabaho, ari-arian, at buhay laban sa susunod na matinding lindol. bit.ly/7stepsECA.
- Para sa gamit at tips upang pamunuan at suportahan ang ShakeOut sa online o sa personal, bisitahin ang ShakeOut.org/COVID19.
- Maghanda para sa **ibang peligrong** malapit sayo, gaya ng lubhang masamang panahon, sunog, pagbaha, tsunami, pagguho ng lupa, at pagsabog ng bulkan.

Sumali Sa Amin

Oktubre 21
ShakeOut.org

ShakeOut

ShakeOut.org/COVID19

