

Մեծ ShakeOut-ը



Պատրաստվեք #ShakeOut-ի:

Միացե՛ք միլիոնավոր մարդկանց ողջ աշխարհում, ովքեր ամեն տարի կատարում են «Կռանալ, ծածկվել և բռնկվել» վարժությունը և երկրաշարժից պաշտպանվելու այլ գործողություններ: Շատերը մասնակցում են ShakeOut-ի միջազգային օրվան, որը ամեն տարի հոկտեմբերի 3-րդ հինգշաբթին է, սակայն դուք կարող եք կատարել ձեր վարժությունը ցանկացած օր:

Յուրաքանչյուր ոք, ցանկացած վայրում կարող է մասնակցել՝ անհատները, ընտանիքները, դպրոցները, համայնքային խմբերը և այլ կազմակերպություններ կարող են պարապել միասին՝ նույն կամ տարբեր վայրերում: Տեսակոնֆերանսի միջոցով կարող եք նաև վիրտուալ կերպով կատարել վարժությունը:

Միացե՛ք միլիոնավոր մարդկանց
Գրանցվե՛ք
ShakeOut.org

Երկրաշարժի համար պատրաստվելն օգնում է ձեզ արագ արձագանքել, երբ ցնցումները սկսվեն: Որպեսզի տեղեկանաք, թե ինչպես արձագանքել տարբեր վայրերում գտնվելիս, այցելե՛ք՝ ShakeOut.org/dropcoverholdon.

Ինչպես մասնակցել.

Պլանավորեք ձեր վարժանքը.

- Գրանցվե՛ք ShakeOut.org հասցեում՝ հաշվառվելու համար: Ձեր մասնակցությունը մոտիվացնում է մյուսներին:
- Այցելե՛ք ShakeOut.org/howtoparticipate ոլորտին վերաբերող հրահանգների, տեսանյութերի և այլնի համար:
- Տեղեկացրեք մասնակիցներին, թե երբ, ինչպես և որտեղ տեղի կունենա ձեր վարժանքը:

Պատրաստվեք երկրաշարժերին.

- Ամրացրեք կահույքը կամ այլ իրեր, որոնք կարող են ընկնել, դուրս թռչել դարակներից կամ պահարաններից:
- Ստեղծեք կամ թարմացրեք արտակարգ իրավիճակների ծրագրերը:
- Կազմակերպեք կամ լրացրեք արտակարգ իրավիճակների պաշարները:
- Այցելե՛ք EarthquakeCountry.org երկրաշարժին պատրաստ լինելու մասին լրացուցիչ տեղեկությունների համար:

Կիսվե՛ք ShakeOut-ով.

- Հրավիրեք ձեր ընկերներին, ընտանիքին, հարևաններին, գործընկերներին և այլ խմբերին՝ մասնակցելու:
- Այցելե՛ք ShakeOut.org/resources պաստառների, թռուցիկների, տեսանյութերի և այլ նյութերի համար:
- Կիսվե՛ք ձեր վարժության լուսանկարներով և տեսանյութերով՝ օգտագործելով #ShakeOut:

Եթե ցնցում եք զգում կամ անհագանգ եք ստանում

Հնարավորության դեպքում՝



Ձեռնափայտ օգտագործելիս



Քայլասայակ օգտագործելիս



Անվասայակին գտնվելիս



EarthquakeCountry.org/step5