Tagalog

WALANG TUBIG

WALANG KURYENTE

WALANG TELEPONO O INTERNET

Ano ang gagawin mo?

HINDI MAKAUWI

KAILANGANG LUMIKAS

NA-ISTAK SA BAHAY

GET READY .govt.nz

Ang emerhensya ay maaaring mangyari sa anumang oras, saanman. Ang mga baha, bagyo, lindol, tsunami, bulkan at iba pang peligro ay maaaring makagambala sa ating buhay, makasira ng ari-arian at makagawa ng malubhang pinsala.

Kapag may nangyaring emerhensya, ang tanggulang pambayan (civil defence) at mga serbisyong pang-emerhensya ay magiging abala sa pagtulong sa mga taong higit na nangangailangan sa kanila.

Nasa sa iyo upang tiyaking alam ng iyong pamilya (whānau) at ng mga taong iyong minamahal kung ano ang gagawin.

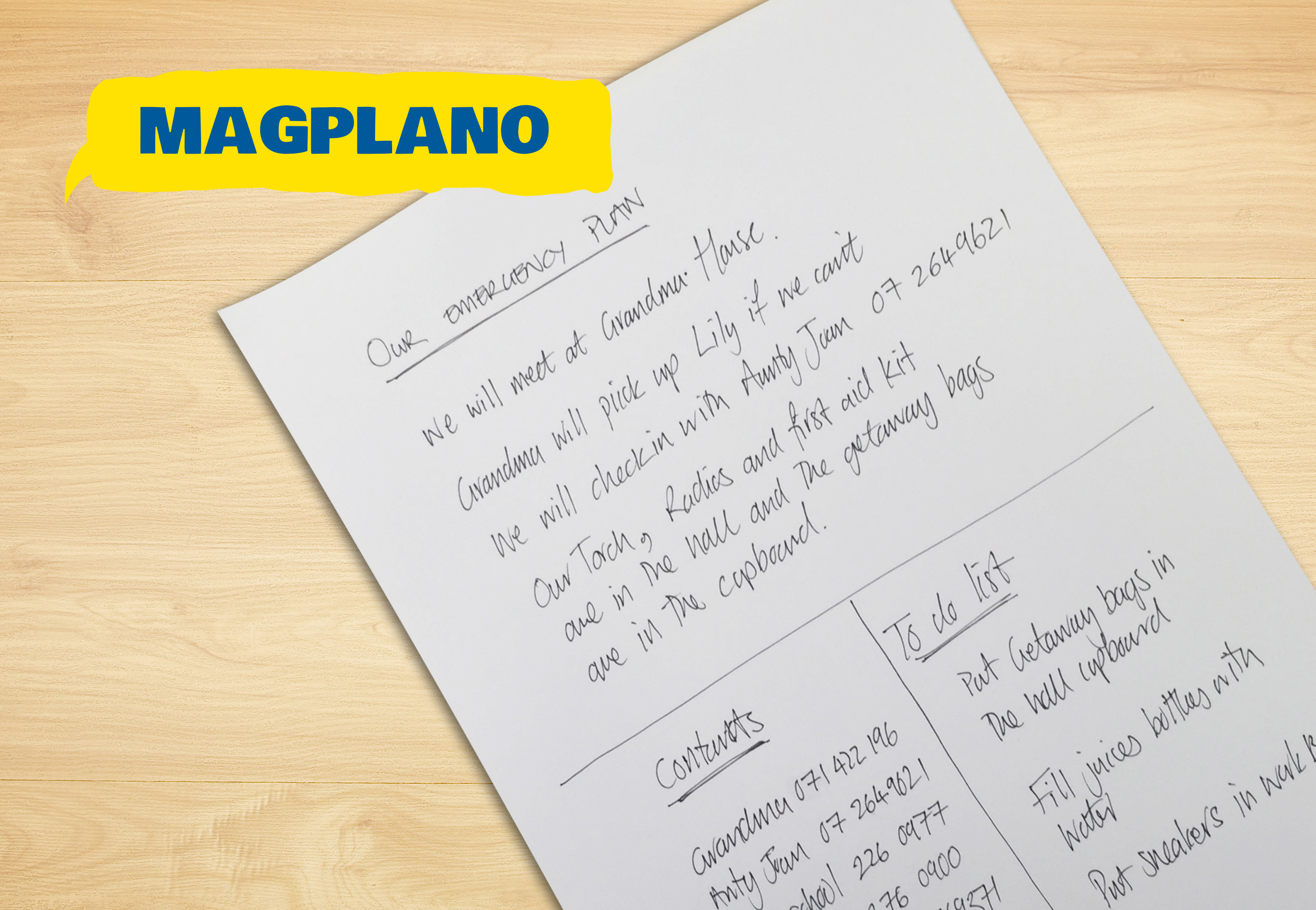
Ang magandang balita ay, talagang madali ang maghanda ngayon. Makipag-usap sa iyong pamilya at pag-isipan ang inyong gagawin.

GET READY

GUMAWA NG PLANO KASAMA ANG IYONG PAMILYA, MGA KAIBIGAN O FLATMATE PARA MAKARAOS SA ISANG EMERHENSYA.

Isipin ang mga bagay na kailangan mo sa araw-araw at alamin ang iyong gagawin kung wala ka ng mga iyon. Kumuha ng papel at isulat ang napagkasunduan ninyo, sino ang kailangan ninyong kontakin at mga bagay na kailangan ninyong gawin para maghanda.

MAGPLANO


Our EMERGENCY PLAN

We will meet at Grandma House.

Grandma will pick up Lily if we can't

We will check in with Aunty Joan 07 2649621

Our Torch, Radios and first aid kit
are in the hall and the getaway bags
are in the cupboard.

Contacts

Grandma 071 422 196
Aunty Joan 07 2649621
school 226 0977
276 0900
9371

To do list

Put Getaway bags in the hall cupboard

Fill juices bottles with water

Put sneakers in work

Kung hindi tayo makauwi

Saan tayo magkikita-kita kung hindi natin makontak ang isa't isa at hindi tayo makauwi? Paano ka makakarating doon? Sino ang susundo sa mga bata kung hindi mo magagawa ito? Alam ba nila? Mayroon ba silang mga detalye na nasa paaralan/early childhood centre?

Kung hindi natin makontak ang isa't isa

Kanino ka makikipag-check in? Ang taong ito ay dapat nasa labas ng inyong lugar sakaling maputol ang mga linya ng telepono.

Sino ang maaaring mangailangan ng ating tulong?

Mayroon bang mga kaibigan, kapamilya o kapitbahay na maaaring mangailangan ng iyong tulong upang makaraos o lumikas sa isang emerhensya?

Sino ang kailangan nating kontakin?

(Laging tawagan ang 111 sa isang emerhensya)

Isipin ang pang-emerhensyang hotline ng inyong council, medical centre/doktor, landlord, kompanya ng seguro, kompanya ng kuryente, early childhood centre/paaralan, trabaho at pamilya.

Kung tayo ay na-istak sa bahay

Mayroon ka bang pagkain at inumin para sa tatlong araw o mahigit pa (para sa lahat kabilang ang mga sanggol at mga alagang hayop)? Mayroon ka bang mga flashlight, radyo, at baterya para sa mga ito? Paano naman ang first aid/medikal na mga suplay? Hindi kailangang ang lahat ng ito ay nasa isang malaking kahon, ngunit maaaring kailangang hanapin mo ang mga ito sa dilim.

Kung wala tayong kuryente

Paano ka magluluto, magpapainit, makakakita sa gabi? May sapat ka bang gasolina sakaling ang mga pambomba ng gasolina ay hindi gumagana?

Kung wala tayong tubig

May sapat ka bang nakaimbak na tubig na maiinom (tatlong litro kada tao para sa tatlong araw o mahigit pa)? May tubig ka ba para sa iyong mga alagang hayop? Ano ang gagamitin mo sa pagluluto at paglilinis? Ano ang gagamitin mong kubeta?

Kung kailangang umalis tayo nang madalian

Mayroon bang mga grab bag* ang lahat sakaling kailangan ninyong lumikas? Sa bahay, sa trabaho, o sa kotse?

* *Isang maliit na bag na may makakapal na damit, flashlight, radyo, first aid kit, kakaning tsitsirya at tubig, mahalagang mga gamot at mga kopya ng mahahalagang dokumento at photo ID para makaabot kayo sa inyong mas ligtas na lugar.*

Na-istak sa bahay

Sa karamihan sa mga emerhensya, pinakamabuti ang manatili sa sarili mong bahay kung ligtas na gawin ito. Maaaring mangahulugan iyan na walang kuryente at tubig o anumang paraan ng pagkuha ng suplay nang tatlong araw o mahigit pa. May sapat ka bang pagkain at tubig? Paano ang mga kapamilyang kailangan ng gamot? May sapat ka bang pagkain at tubig para sa mga alagang hayop para makaraos din sila?

MAGHANDA

1. Ang iyong pang-emerhensyang mga suplay ay hindi kailangang nasa isang kit, ngunit maaaring kailangang hanapin mo ang mga ito sa dilim. Tiyaking alam ng lahat kung nasaan ang mga flashlight (torch) at baterya.
2. Kapag nawalan ng kuryente, unang kainin ang pagkain na nasa fridge, pagkatapos ay ang nasa freezer. Pagkatapos ay kainin ang pagkain na nasa inyong cupboard (paminggalan) o sa inyong pang-emerhensyang kit.
3. Makipagkilala sa iyong mga kapitbahay. Sa isang emerhensya, maaaring kailanganin nila ang iyong tulong o maaaring kailanganin mo ang kanilang tulong, at maaaring kayo ay magkasamang magtulungan upang makaraos.

PANGUNAHING MUNGKAHI

Manatiling up to date sa mga impormasyong pang-emerhensya sa pamamagitan ng pakikinig sa radyong pinapatakbo ng baterya o araw (solar). Tingnan ang mga website ng inyong lokal na council at/o Civil Defence Emergency Management Group at social media. Sundin ang mga tagubilin ng civil defence at mga serbisyong pang-emerhensya.

Ano ang gagawin mo?

Hindi makauwi

Sa isang emerhensya, maaaring hindi tumatakbo ang mga pampublikong sasakyan, at ang mga kalsada at kapitbahayan ay maaaring naharangan.Kung hindi mo magamit ang karaniwang dinaraanan mo pauwi, paano ka makakarating doon? Sino ang sasamahan mo? Saan kayo magkikita-kita kung hindi maaaring pumasok sa inyong kalye?

MAGHANDA

1. Pagkasunduan ang lugar kung saan magkikita-kita kung hindi ka makauwi. Ito ay maaaring isang paaralan, lugar ng kaibigan o sa pamilya (whānau).
2. Kung ikaw ay nagtatrabaho nang malayo sa bahay, humanap ng mga katrabahong nakatira sa inyong pook. Sa isang emerhensya, maaari kayong magkasamang magbiyahe.
3. Mag-iwan ang grab bag sa trabaho o sa iyong kotse. Dapat itong magkaroon ng mga panlakad na sapatos, makapal na damit, ilang kakaning tsitsirya at bote ng tubig. Makakatulong din ang isang flashlight, ilang baterya at radyo.

PANGUNAHING MUNGKAHI

Bigyan ang inyong paaralan o early childhood centre ng listahan ng tatlong tao na maaaring sumundo sa mga bata kung hindi ka makakarating doon.

Ano ang gagawin mo?

Kailangang lumikas

Sa isang emerhensya, ang ilang mga bahay, kalye, at kapitbahayan ay maaaring hindi ligtas para pamalagian at maaaring kailangan mong lumikas ng bahay nang madalian. Kung pinalikas ang inyong kalye, saan ka pupunta? Ano ang dadalhin mo? Paano ang mga alagang hayop? May mga kapitbahay ka ba na maaaring mangailangan ng iyong tulong?

MAGHANDA

1. Maghanda ng grab bag para sa lahat sa iyong sambahayan. Dapat ay mayroon itong makakapal na damit, bote ng tubig, tsitsirya, mga kopya ng mahalagang mga dokumento, at ID na may larawan. Huwag kalimutan ang anumang mga gamot na maaari ninyong kailanganin. Ilagay ang iyong first aid kit, flashlight, radyo at mga baterya sa isang lugar kung saan masusunggaban mo ang mga ito nang madalian.

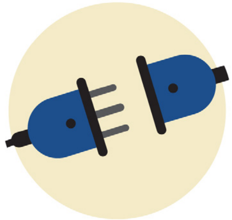
2. Magpasya kung saan ka pupunta (at tiyaking alam ng lahat sa iyong sambahayan, sakaling hindi kayo lahat magkakasama). Ang iyong lugar sa paglikas ay malamang na kasama ang mga kaibigan o pamilya, kaya tiyaking alam nila ang iyong mga plano.

3. Kung ikaw ay nakatira sa isang sona ng paglikas sa tsunami, tiyaking ang lugar na paglilikasan mo ay nasa labas ng sona.

PANGUNAHING MUNGKAHI

Kung kailangan mong lisanin ang bahay, dalhin mo ang iyong mga alagang hayop. Kung hindi ligtas para sa iyo, hindi ligtas para sa kanila. Tiyaking ang lugar na paglilikasan mo ay tatangapin ang iyong mga alagang hayop. O magkaroon ng mga detalye ng contact para sa mga kennel, cattery at mga motel na tumatanggap ng alagang hayop.

Walang kuryente



Ano ang iyong gagawin kung mawalan ng kuryete nang maraming araw. Paano ka makakakita, magluluto, magpapainit? Maaaring maapektuhan ng kawalan ng kuryente ang mga makinang EFTPOS at ATM, kaya tiyaking may kaunti kang pera sa bahay, o sapat na mga suplay upang makaraos ka nang tatlong araw o mahigit pa.

MAGHANDA

1. Ang iyong pang-emerhensyang mga suplay ay hindi kailangang nasa isang kit, ngunit maaaring kailangang hanapin mo ang mga ito sa dilim. Tiyaking alam ng lahat kung nasaan ang mga flashlight (torch) at baterya.

2. Magkaroon ng radyong pinapatakbo ng solar o baterya upang manatili kang up to date sa pinakabagong mga balita at babala. Alamin kung aling istasyon ng radyo ang pakikinggan para sa impormasyon sa oras ng emerhensya.

3. Mag-imbak ng pagkain na hindi na kailangang iluto (mainam ang de-lata) o magkaroon ng paglulutuan ng iyong pagkain (de-gas na barbecue o pang-kamping na kalan). Huwag kalimutan ang pagkain para sa mga sanggol at alagang hayop.

4. Kapag nawalan ng kuryente, unang kainin ang pagkain na nasa fridge, pagkatapos ay ang nasa freezer. Pagkatapos ay kainin ang pagkain na nasa inyong cupboard (paminggalan) o sa inyong pang-emerhensyang kit.

PANGUNAHING MUNGKAHI

Kausapin ang iyong mga kapitbahay kung ano ang gagawin nila kung mawalan ng kuryente. Maaaring malaman mo na mayroon silang de-gas na barbecue at ikaw ay may sapat na pagkain at tubig para mapagsaluhan (o ang kabaligtaran).

Ano ang gagawin mo?

Walang tubig

Isiping mawalan ng tubig nang tatlong araw o mahigit pa. Paano ka maliligo, magluluto, maglilinis? Ano ang iinumin mo?

MAGHANDA

1. Huwag itapon ang mga bote na walang lamang tubig o may-fizz na inumin, linising mabuti at punan ng tubig ang mga ito. Kailangan mo ng tatlong litro ng tubig kada tao para sa bawat araw na wala kayong tubig. Huwag gamitin ang mga bote ng gatas. Mahirap linisin ang mga ito at maaaring magdulot sa iyo ng sakit. Huwag ding kalimutang mag-imbak ng tubig para sa mga sanggol at alagang hayop.

2. Maaari kang mag-imbak ng tubig nang hanggang isang taon kung hahaluan mo ng walang-amoy na household bleach (pampaputi na gamit sa bahay). Gumamit ng kalahating kutsarita sa bawat sampung litro ng tubig at huwag inumin ito nang mga kalahating oras matapos ihalo.

3. Tandaang mag-imbak din ng tubig para sa pagluluto at paglilinis. Maaari mong gamitin ang tubig na nasa iyong hot water cylinder, ngunit mag-imbak ng karagdagang tubig sa mga malalaking plastik na sisidlan.

PANGUNAHING MUNGKAHI

Maaari mo ring punan ng tubig ang mga plastik na sisidlan ng sorbetes at ilagay sa freezer ang mga ito. Makakatulong ito na panatilihing malamig ang pagkain kung walang kuryente at maiinom din ito.

Ano ang gagawin mo?

Walang telepono o internet

Ano ang gagawin mo kung mawawala ang mga linya ng telepono at internet? Paano ka makikipag-ugnayan, mag-aayos ng pakikipagkita o mananatiling may kaalaman sa mga balita at babala sa panahon? Sa karamihan sa mga emerhensya, pinakamabuting manatili sa sarili mong bahay. Gawin ang iyong bahay na lugar ng pagkikita-kita at magkaroon ng alternatibong lugar sakaling hindi ka makapunta roon.

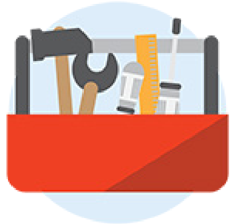
MAGHANDA

1. Kausapin ang iyong pamilya kung paano kayo mag-uugnayan at saan kayo magkikita-kita sa isang emerhensya.
2. Tiyaking alam mo ang mga pang-emerhensyang plano ng inyong paaralan o early childhood centre. Bigyan sila ng mga pangalan ng tatlong tao na maaaring sumundo sa mga bata kung hindi ka makarating doon.
3. Magkaroon ng radyong pinapatakbo ng solar o baterya upang maging up to date ka sa pinakabagong mga balita at babala. Alamin kung aling istasyon ng radyo ang pakikinggan para sa impormasyon sa oras ng emerhensya.
4. Magtabi ng nakasulat na listahan ng mahalagang mga numero ng telepono.
5. Magkaroon ng contact na out-of-town na alam ng lahat. Kung minsan, kapag putol ang mga linya ng telepono, maaari mo pa ring maabot ang mga taong nasa labas ng inyong pook. Sabihan ang lahat na mag-check in sa inyong contact na out-of-town sa pamamagitan ng text o magmensahe sa online sa isang emerhensya kung kaya ninyo.

PANGUNAHING MUNGKAHI

Sa isang emerhensya, ang mga linya ng telepono ay mabilis na napupuno ang kapasidad. Panatilihing bukas ang mga linya upang ang mga tawag na pang-emerhensya ay makapasok at, kung kaya mo, gamitin ang text o magmensahe sa online upang manatiling nakikipag-ugnayan.

Gawing mas ligtas ang iyong bahay



Hindi natin mahuhulaan ang mga sakuna, ngunit maaari nating paghandaan ang mga ito. Isa sa pinakamainam na mga lugar na pagsimulan ay ang iyong bahay. Ang Natural Hazards Commission Toka Tū Ake ay may mahalagang impormasyon tungkol sa mga hakbang na maaari mong gawin upang ihanda ang iyong bahay at protektahan ang iyong whānau.

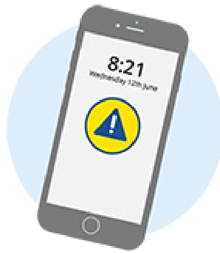
PAANO MAGAGAWANG MAS LIGTAS ANG IYONG BAHAY

1. Gumamit ng mga bracket o strap (salalayan o pantali) upang siguruhin ang mga muwebles na mataas at mabigat sa mga ulo ng pako sa dingding.
2. Ilipat ang mga bagay na mabibigat at babasagin sa mga mas mababang istante o cupboard.
3. Magsabit ng mga larawan at salamin gamit ang angkop na mga sabitan (hindi isa lang na pako).
4. Tiyaking alam mo ang lokasyon ang pang-emerhensyang pampatay na mga switch at gripo para sa gas at tubig.
5. Ang ilang mga brick at kongkretong chimney (tsimenea) ay nasa mas malaking panganib ng pagkabuwag sa lindol. Tingnan ang website ng Natural Hazards Commission Toka Tū Ake para sa karagdagang impormasyon kung paano gagawing mas ligtas ang mga chimney.
6. Kung ang iyong bahay ay may nakabiting pundasyon ng sahig, suriin na ang mga ito ay nasa mabuting kondisyon. Suriin na mahusay ang mga koneksyon sa pagitan ng mga pundasyon at bahay sa ibabaw.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga hakbang, at marami pa, bisitahin ang website ng Natural Hazards Commission Toka Tū Ake sa naturalhazards.govt.nz/be-prepared

Natural Hazards Commission
Toka Tū Ake

Manatiling may kaalaman



Mahalagang malaman ang iba't ibang paraan upang ikaw ay manatiling may kaalaman sa oras ng emerhensya.

Radyo

Kung mamatay ang kuryente, ang isang solar o de-bateryang radyo (o radyo ng kotse) ay maaaring makatulong sa iyo na maging up to date sa pinakabagong mga balita.

Alamin kung sino ang iyong mga kapitbahay

Makipagkilala sa iyong mga kapitbahay. Sa isang emerhensya, maaaaring matulungan ninyo ang isa't isa habang ang civil defence at mga pang-emerhensyang serbisyo ay abalang tumutulong sa mga tao na higit na nangangailangan sa kanila. Makisangkot sa inyong komunidad at makipagkilala sa iyong mga kapitbahay bago mangyari ang isang emerhensya.

Online

Para sa lokal na mga update, tingnan ang website ng inyong council at ang social media. Pati rin ang website ng inyong Civil Defence Emergency Management Group at ang social media.

Ang mga pambansang pag-update ay makukuha sa www.civildefence.govt.nz at sa @NZCivilDefence Twitter channel.

Emergency Mobile Alert

Ang Emergency Mobile Alert ay isang paraan ng pagtanggap ng impormasyon tungkol sa mga emerhensya sa inyong pook. Kung nanganganib ang iyong buhay, kalusugan o propyedad, ang mga Emergency Mobile Alert ay maaaring ipadala sa iyong mobile. Hindi mo kailangang mag-sign up o mag-download ng app.

ALAMIN ANG TUNGKOL SA MGA PELIGRO

Upang alamin ang tungkol sa mga uri ng peligro na maaaring magsanhi ng mga emerhensya kung saan ka nakatira at ang tamang aksyon na dapat gawin, bisitahin ang **www.getready.govt.nz**

BAHA

BAGYO

LINDOL

TSUNAMI

AKTIBIDAD NG BULKAN

PAGGUHO NG LUPA

BAHA

Ang mga baha ay madalas nangyayari at maaaring magsanhi ng maraming pinsala. Ang mga baha ay karaniwang sanhi ng malakas na pag-ulan o mga unos na may kidlat at kulog. Ang mga ito ay maaaring magsanhi ng pinsala at pagkawala ng buhay, pinsala sa ari-arian at pagdumi ng ating tubig at lupa.

Nagiging mapanganib ang mga baha kung ang tubig ay napakalalim o umaagos nang matulin o tumaas ang tubig nang mabilis, o kung ang mga ito ay may tangay na basura gaya ng mga sanga ng puno at mga piraso ng yero.

SA ORAS NG PAGBAHA

- Huwag kailanman magtangkang lumakad, lumangoy o magmaneho sa tubig-baha.
- Itaas ang mga nasa sahig na mamahalin at mapanganib na mga bagay sa mataas na lugar hangga't maaari.
- Itaas mula sa sahig ang mga kurtina, alpombra at kagamitan sa kama.
- Makinig sa radyo at sundin ang mga tagubilin ng mga serbisyong pang-emerhensya.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Para sa karagdagang impormasyon kung ano ang gagawin bago, habang at makaraan ang pagbaha, bisitahin ang **www.getready.govt.nz**

BAGYO

Ang mga malakas na bagyo at matinding panahon ay maaaring mangyari sa anumang oras ng taon at makakaapekto sa mga malawak na lugar. Ang mga ito ay maaaring magdala ng malalakas na hangin, malakas na ulan o niyebe (snow), kulog, kidlat, buhawi at maalong karagatan. Naglalabas ang MetService ng mga pagsubaybay at babala tungkol sa matinding panahon sa pamamagitan ng mga serbisyong pambalita at sa kanilang website na **www.metservice.com**

HABANG BUMABAGYO

- Ipasok sa loob o itali ang anumang maaaring masira o madala ng malakas na hangin.
- Isara ang mga bintana at pinto, isara ang mga kurtina upang mahadlangan ang pinsala mula sa nasisirang mga bintana.
- Manatili sa loob at ipasok ang iyong mga alagang hayop. Kung kailangan mong lumisan, dalhin mo sila.
- Makinig sa radyo at sundin ang mga tagubilin ng mga serbisyong pang-emerhensya.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Para sa karagdagang impormasyon kung ano ang gagawin bago, habang at makaraan ang bagyo o matinding panahon, bisitahin ang www.getready.govt.nz

LINDOL

Bawat taon, tayo ay nagkakaroon ng mahigit 150 lindol na sapat ang lakas para maramdaman. Ang isang malakas na nakakapinsalang lindol ay maaaring mangyari sa anumang oras at maaaring sundan ng mga aftershock na magpapatuloy nang matagal. Karamihan sa mga pagkamatay at malubhang mga pinsala na kaugnay ng lindol ay sanhi ng nabubuwag na mga pader, at bumabagsak na salamin at mga bagay dahilan sa pagyanig. Sa isang malaking lindol, ang mga bato o brick at salamin ay maaaring mahulog sa mga kalsada mula sa mga gusali.

SA ORAS NG INDOL

- Kung ikaw ay nasa loob, Dumapa, Sumuklob at Kumapit – huwag tumakbo sa labas at baka ikaw ay manganib matamaan ng bumabagsak na mga brick at salamin.
- Kung ikaw ay nasa labas, lumayo ka ng ilang hakbang mula sa mga gusali, puno, poste ng ilaw sa kalsada at mga poste ng linya ng kuryente, pagkatapos ay Dumapa, Sumuklob at Kumapit.
- Dumapa, Sumuklob at Kumapit hanggang sa huminto na ang pagyanig.
- Kung ang lindol ay mas matagal kaysa sa isang minuto o may sapat na lakas upang gawing mahirap ang pagtayo, mabilis na pumunta sa pinakamalapit na mataas na lugar o palayo sa baybay-dagat hangga't kaya mo paalis sa mga sona ng paglikas sa tsunami.
- Maraming pinsala ang nangyayari makaraang huminto ang pagyanig, mag-ingat sa mga basag na salamin at matutulis na bagay.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa gagawin bago, habang at makaraan ang lindol, bisitahin ang www.getready.govt.nz

TSUNAMI

Ang tsunami ay sunud-sunod na mga alon na sanhi ng mga malalakas na lindol. Lahat ng mga babaying-dagat ng New Zealand ay nasa panganib ng tsunami. Ang alon ng tsunami ay maaaring lumaki at nagiging isang matuling pader ng tubig.

ALAMIN ANG LIKAS NA PAMBABALANG MGA SENYALES AT KUMILOS

Kung ikaw ay malapit sa dalampasigan at daranas ng alinman sa mga sumusunod, kumilos.

- Nakaramdam ng malakas na lindol na nagpapahirap sa iyong tumayo, o isang mahinang gumugulong na lindol na tumatagal nang isang minuto o higit pa,
- Nakakita ng biglaang pagtaas o pagbaba ng tubig-dagat,
- Nakarinig ng malakas o di-karaniwang mga ingay mula sa dagat.

Pumunta kaagad sa pinakamalapit na mataas na lugar, o nang malayung-malayo sa baybay-dagat hangga't maaari.

SA ORAS NG ISANG TSUNAMI

- Pumunta kaagad sa pinakamalapit na mataas na lugar, o nang malayung-malayo sa baybay-dagat hangga't maaari. Maglakad o magbisikleta kung maaari.
- Huwag mag-sightseeing. Huwag na huwag pumunta sa dalampasigan para subaybayan ang tsunami.
- Makinig sa radyo at sundin ang mga tagubilin ng mga serbisyong pang-emerhensya.
- Lumayo sa mga nanganganib na lugar hanggang sa mabigyan ng opisyal na abiso na ligtas na.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Para sa karagdagang impormasyon kung ano ang gagawin bago, habang at makaraan ang tsunami, bisitahin ang www.getready.govt.nz

AKTIBIDAD NG BULKAN

Ang mga peligro mula sa mga bulkan ay maaaring kabilangan ng pagbagsak ng abo (ashfall), mga bumabagsak na bato, napakabilis kumilos na magkahalong mainit na gas at batong galing sa bulkan, agos ng lava at malalaking agos ng putik. Maaaring makasugat at makapatay ng tao ang mga ito, at makapinsala sa ari-arian, kung minsan ay daan-daang kilometro ang layo.

HABANG MAY AKTIBIDAD NG BULKAN

- Isara ang lahat ng mga pinto at bintana at manatili sa loob ng bahay.
- Kung ikaw ay nasa labas malapit sa pagsabog, pumasok sa loob ng kotse o gusali.
- Kung ikaw ay nasa labas sa pagbagsak ng abo, magsuot ng dust mask o takpan ang iyong bibig at ilong ng piraso ng tela.
- Huwag magmaneho kung may abo sa kalsada.
- Makinig sa radyo, sundin ang mga tagubilin ng mga serbisyong pang-emerhensya at lumayo sa may paghihigpit na mga lugar.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Para sa karagdagang impormasyon kung ano ang gagawin bago, habang at makaraan ang aktibidad ng bulkan, bisitahin ang www.getready.govt.nz

PAGGUHO NG LUPA

Ang mga pagguho ng lupa (landslides) ay maaaring mula sa pagbagsak ng isang malaking bato, o pagbagsak ng napakaraming lupa at bato na maaaring kumalat nang maraming kilometro.

Ang mga ito ay sanhi ng mga malakas na ulan, lindol at, sa ilang mga kaso, ng aktibidad ng mga tao. Ang mga pagguho ng lupa ay kadalasang nangyayari nang walang babala.

HABANG GUMUGUHO ANG LUPA

- Umalis kaagad sa daraanan ng pagguho ng lupa.
- Balaan ang mga kapitbahay at tulungan ang iba kung kaya mo.
- Kontakin ang mga serbisyong pang-emerhensya at ang inyong lokal na council.

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Para sa karagdagang impormasyon kung ano ang gagawin bago, habang at makaraan ang pagguho ng lupa, bisitahin ang **www.getready.govt.nz**

IHANDA ANG INYONG KOMUNIDAD

Makipagkilala sa iyong mga kapitbahay

Kapag nakipagkilala ka sa iyong mga kapitbahay, mas malamang na kayo ay mangangalaga sa isa't isa, lalo na sa oras at pagkatapos ng isang emerhensya, gaya ng isang bagyo o malaking lindol.

- Magbigayan ng mga detalye ng contact para makapag-ugnayan kayo sa isang emerhensya.
- Sabihin mo sa kanila ang iyong pang-emerhensyang plano at tanungin sila tungkol sa kanilang mga plano.
- Alamin kung sino ang makakatulong sa iyo at kung sino ang maaaring mangailangan ng iyong tulong.

Sumali sa isang Neighbourhood Support Group

Sumali o bumuo ng isang Neighbourhood Support Group. Ikaw at ang iyong mga kapitbahay ay maaaring magbahagi ng mga kasanayan at mapagkukunan upang tulungan kayong makaraos sa isang emerhensya.

Gumawa ng pang-emerhensyang plano para sa komunidad

Ang pang-emerhensyang plano para sa komunidad ay tutulong sa inyong komunidad na maunawaan kung paano ninyo matutulungan ang isa't isa sa isang emerhensya.

Kontakin ang inyong Civil Defence Emergency Management Group upang alamin kung may pang-emerhensyang plano para sa komunidad sa inyong pook. Maaari silang makipagtulungan sa iyo upang tukuyin ang mga lakas, mapagkukunan, panganib at solusyon upang tulungan ang inyong komunidad na makaraos sa emerhensya.

ALAMIN ANG MGA SUPLAY NA KAILANGAN NINYO

Sa isang emerhensya, ikaw ay maaaring ma-istak sa bahay nang tatlong araw o mahigit pa. Malamang na mayroon ka na ng karamihan sa mga bagay na kailangan mo. Hindi mo kailangang ilagay sila sa isang lugar, ngunit maaaring kailanganing hanapin mo ang mga ito nang madalian at/o sa dilim. Alamin kung anong mga suplay ang iyong kailangan at magplano upang makaraos.

Mga batayang suplay na dapat mayroon sa bahay

- ◯ Tubig para sa tatlong araw o mahigit pa — tiyaking mayroon kang siyam na litro man lamang na tubig kada tao. Ito ay magiging sapat para inumin at sa batayang kalinisan.
- ◯ Mga nagtatagal na pagkain na hindi na kailangang lutuin pa (maliban kung mayroon kang kalan na pang-kamping o de-gas na barbecue) at pagkain para sa mga sanggol at alagang hayop.
- ◯ Mga toilet paper at malalaking plastik na timba para pang-emerhensyang kubeta.
- ◯ Mga pantrabahong guwantes at wasto ang pagkakaakma na mga P2 o N95 mask.

Mga batayang suplay na dapat mayroon sa isang bag sakaling kailangan mong lumikas

- ◯ Mga flashlight at baterya
- ◯ Radyo – wind up o de-baterya
- ◯ Hand sanitiser
- ◯ Pera
- ◯ Mga kopya ng mahalagang mga dokumento at ID na may larawan
- ◯ Panlakad na mga sapatos, makakapal na damit, kapote at sumbrero
- ◯ First aid kit at iniresetang gamot
- ◯ Tubig at kakaning tsitsirya (huwag ding kalimutan ang mga sanggol at alagang hayop)

KARAGDAGANG IMPORMASYON

Pakikipag-usap sa mga bata tungkol sa mga emerhensya

Maaari mong isali ang mga maliliit na bata sa pagpaplano para sa emerhensya sa pamamagitan ng pagbibigay sa kanila ng maliliit na gawain. Kausapin sila nang matapat, ngunit hindi nakakatakot, tungkol sa ano ang maaaring mangyari sa isang emerhensya, ano ang iyong magagawa upang manatiling ligtas, at ano ang iyong plano kung hindi ka makauwi. Kung mas kasangkot sila, hindi sila masyadong matatakot kapag nangyari nga ang emerhensya.

Pangangalaga para sa mga sanggol sa isang emerhensya

Mas nanganganib ang mga sanggol na ma-dehydrate (mawalan ng tubig sa katawan) o magkaroon ng impeksyon. Kailangan nila ng natatanging pangangalaga at atensyon sa isang emerhensya.
Tiyaking mayroon kang mga suplay para sa iyong sanggol sa grab bag sakaling kailangan mong umalis ng bahay nang madalian.

Magplano para sa iyong mga alagang hayop at iba pang hayop

Ang iyong mga hayop ay iyong responsibilidad. Kailangang isali mo sila sa iyong pang-emerhensyang pagpaplano at paghahanda. Tiyaking mayroon kang sapat na pagkain, tubig at mga suplay para sa iyong mga hayop para sa tatlong araw o mahigit pa.

Magkaroon ng mga suplay sa trabaho

Tiyaking mayroon kang mga suplay sa trabaho kabilang ang matibay na panlakad na sapatos, waterproof jacket, flashlight, kakaning tsitsirya at tubig. Makipag-ugnayan sa mga nakatira sa kaparehong lugar at maaari kayong magtulungan upang magkasamang makauwi sa oras ng isang emerhensya.

TANDAANG...

GET READY

www.getready.govt.nz

Bisitahin ang website para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga sambahayan, paaralan, lugar ng trabaho, kapitbahay, paglalakbay, mga alagang hayop at higit pa.

O makipag-ugnay sa inyong lokal na Civil Defence group.

National Emergency Management Agency
Te Rākau Whakamarumaru