***Kung nasa labas, pumunta sa isang malawak na lugar.***

1. Lumayo sa mga poste at linya ng kuryente, pader at iba pang istruktura na maaaring bumagsak o matumba.
2. Lumayo sa mga gusaling may mga salaming mababasag.

***Kung nagmamaneho, itabi at ihinto ang sasakyan.***

1. Huwag magtangkang tumawid sa tulay o sa overpass dahil maaaring napinsala ng lindol ang mga ito.
2. Kung nasa gilid ng bundok o dalisdis, lumayo sa matatarik na lugar na maaaring maapektuhan ng pagguho ng lupa.
3. Kung nasa tabing dagat at nagkaroon ng malakas na paglindol na dahilan upang mahirapang makatayo, mas makabubuting ipagpalagay na magkakaroon ng "tsunami". Tumakbo ng mabilis patungo sa lugar na palayo sa tabing dagat.

*Ginamit na sanggunian ang mga flyers ng READY Project ng NDCC, PH/VOLCS, PAGASA, MGB, NAMR/A*

*Unang inilathala ng Strengthening Assets and Capacities of Communities and Local Governments for Resilience to Disasters (ACCORD Project)*

# LINDOL

*Muling inilimbag ng*

**DRR Activity-linked Humanitarian Assistance to Vulnerable households in the Philippines affected by Nesat and Nalgae (N & N Project)**

*At ng*

**Immediate humanitarian response to the populations most affected by Typhoon Washi in the Philippines (WASHI Project)**

EUROPEAN COMMISSION
Humanitarian Aid and Civil Protection

care

ACCORD

# Ano ang lindol?

Ang lindol ay ang mahina hanggang malakas na pagyanig ng lupa na dulot ng paggalaw ng malalaking tipak ng lupa o tectonic plates sa malalim na bahagi ng mundo.

# Ano ang mga dapat gawin na paghahanda sa lindol?

## *Bago mangyari ang lindol*

***Magplano para sa mabisang paghahanda***

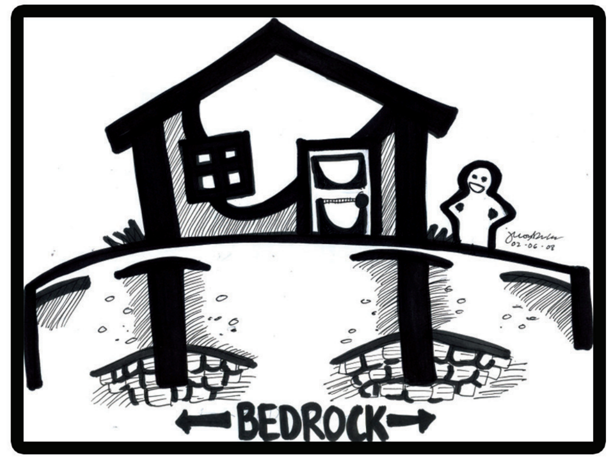
1. Alamin kung ang inyong lugar ay nakapwesto o malapit sa active fault o may peligro ng liquefaction o landslide.
2. Siguraduhin ang matibay na pagkakagawa ng bahay o gusali at naaayon sa wastong disenyo.
3. Alamin kung ang inyong bahay, paaralan o gusaling kinalalagyan ay matatag (structurally sound).

***Ihanda ang inyong tahanan at lugar ng trabaho sa maaaring maganap na lindol***

1. Itali ang mabibigat na kasangkapan sa dingding upang di matumba.
2. Ang mga gamit na babasagin, mga nakakapinsalang kemikal at mga bagay na madaling magliyab ay dapat na itago sa ibabang bahagi ng mga istante. Dapat ding tiyakin na hindi madaling matumba o matapon ang mga ito.
3. Ugaliin na isara ang mga tangke ng gas pagkatapos gamitin.

***Maging pamilyar sa inyong tahanan at lugar ng trabaho o madalas na pinaglalagian.***

1. Alamin ang matitibay na bahagi ng inyong gusali katulad ng hamba ng pintuan, mga lugar na malapit sa "elevator shafts", at matitibay na mesa kung saan maaaring manatili habang lumilindol.
2. Matutong gumamit ng pamatay sunog (fire extinguisher), mga gamit na pang-unang lunas (first aid kit), gamit pang-alarma (alarm) at labasan na pang-emergency (emergency exit). Ang mga ito ay dapat na nasa mga lugar na madaling puntahan at may malinaw na karatula.




**Karaniwang sanhi ng pinsala kapag may lindol ay mga naglalaglagang bagay.**

1. Ang mabibigat na gamit ay dapat na nakatago sa ibabang bahagi ng mga istante.
2. Tiyakin ang matibay na pagkakatali ng mga nakabiting bagay na maaaring makalag at bumagsak kapag nagkaroon ng lindol

## *Habang nagaganap ang lindol*

***Kung nasa loob ng isang matibay na gusali, manatili dito.***
Tumayo sa ilalim ng hamba ng pintuan o magtago sa ilalim ng matibay na mesa upang maprotektahan ang sarili sa mga naglalaglagan at nagha-hampasang bagay.