

ভূমিকম্প

সাজু থাকক • সান্নিধ্য গ্ৰহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক



জৰুৰীকালীন অৱস্থাৰ বাবে শিশুসকলক প্ৰস্তুত কৰক

শিশুসকলক গুৰুত্বপূৰ্ণ তথ্য মনত ৰাখিবলৈ সহায় কৰক।



শিশুসকলক জৰুৰীকালীন যোগাযোগৰ তথ্যৰ সৈতে সংযোজিত কৰক।



জৰুৰীকালীন যোগাযোগ নম্বৰত ফোন কৰাৰ অভ্যাস কৰক।



শিশুসকলক প্ৰস্তুত কৰক

বিশেষভাৱে সক্ষম শিশুৰ বাবে সুৰক্ষাৰ তথ্যৰ সুবিধা নিশ্চিত কৰক।



শিশুসকলক মোবাইলৰ বেটাৰী বচাবলৈ পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰক।



শিশুসকলক বয়স অনুসৰি প্ৰাথমিক চিকিৎসা প্ৰদানৰ শিক্ষা দিয়ক।



শিশুসকলক সংহাৰিৰ বিকল্পসমূহ শিকাওঁক

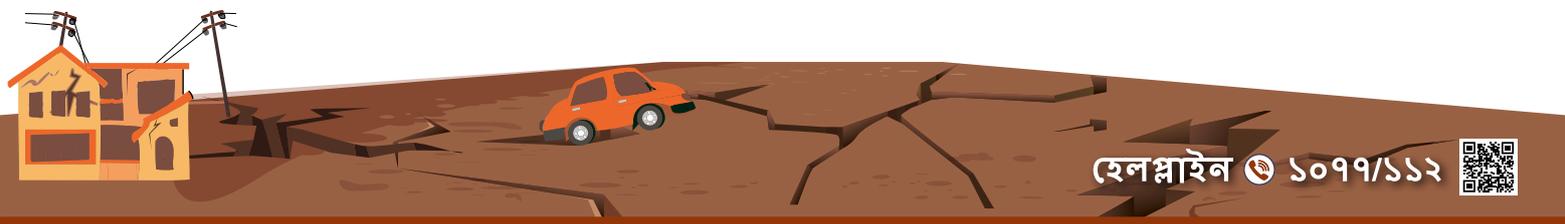
বাহিৰলৈ ওলাই যাওঁক: দুৰ্যোগৰ পৰা আঁতৰি থাকক, ঘূৰ্ণীবতাহৰ আশ্ৰয় শিবিৰলৈ যাওঁক আৰু তাতেই থাকক।



বাহিৰত থাকক: বিপদ বাহিৰত ৰাখক। দুৱাৰ, খিৰিকীবোৰ তলা লগাই, বন্ধ কৰি আঁতৰি থাকক।



লুকাই থাকক: নিজকে নিৰাপদ ঠাই যেনে ভিতৰৰ কোঠাত সুৰক্ষিত কৰি ৰাখক; যদি কোঠাটো পৰি আছে, তেন্তে গধুৰ আচবাবৰ তলত থাকক।



হেল্পলাইন ☎ ১০৭৭/১১২



সাজু থাকক • সান্নিধ্য গ্ৰহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক



যদিহে আপুনি দেখা পায় যে কোনো সন্তান হেৰাইছে বা
পিতৃ-মাতৃ / আত্মীয় / যত্নলোৱা ব্যক্তিৰ পৰা পৃথক হৈছে

শিশুক আঘাত
পোৱাৰ পৰা বা
বিপথে পৰিচালিত
হোৱাৰ পৰা
সুৰক্ষিত ৰাখক।



চাইল্ড
হেল্পলাইন জানি
থওক # ১০৯৮

শিশুৰ যোগাযোগৰ
তথ্য পৰীক্ষা কৰক
আৰু সেই নম্বৰত
জনাওক



শিশুটিক শিশুৰ
অনুকূল ঠাইলৈ লৈ
যাওক। (মনোনীত
যত্নলোৱা ব্যক্তিক
হস্তান্তৰ কৰক)



কোনো ধৰণৰ
আঘাতৰ বাবে পৰীক্ষা
কৰক আৰু চিকিৎসা
সাহায্যৰ প্ৰয়োজনীয়তা
নিশ্চিত কৰক



পুলিচৰ দৰে বিষয়াক
বা উদ্ধাৰকাৰী দলক
জনাওক



হেল্পলাইন ☎ ১০৭৭/১১২



ভূমিকম্প

সাজু থাকক • সান্নিধ্য গ্ৰহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক

শিশুসকলক কেনেকৈ সুৰক্ষিত হৈ থাকিব পাৰি সেই বিষয়ে
প্ৰস্তুত কৰক



শিশুসকলক ঘৰৰ ভিতৰত
আৰু দুৱাৰ-খিৰিকীৰ পৰা
আঁতৰত থাকিবলৈ কওঁক



কঁপনিৰ সময়ত ডুপ, কভাৰ
আৰু হ'ল্ড শিকাওঁক



ধ্বংসাত্মকৰ ওপৰত
খোজ কঢ়াৰ পৰা
বিৰত থাকক



ধ্বংসাত্মকৰ তলত থাকিলে
অহা-যোৱা কৰা দিয়ক,
শক্তি সংৰক্ষণ কৰক, নাক
আৰু মুখ ঢাকি ৰাখক



ধ্বংসাত্মকৰ তলত থাকিলে
চিঞৰ-বাখৰ কৰিবলৈ
এৰক, গতিবিধি শুনা পালে
ফ্লাছলাইট ব্যৱহাৰ কৰিব
পাৰে বা হুইচেল বজাওঁক



ল'ৰা-ছোৱালীৰ সৈতে
কথা পাতক। মনোযোগ
দিয়ক আৰু তেওঁলোকক
তেওঁলোকৰ দুশ্চিন্তাবোৰ
আৰু ভয়ৰ বিষয়ে
বুজাবলৈ দিয়ক



হেল্পলাইন ☎ ১০৭৭/১১২



ভূমিকম্প

সাজু থাকক • সৱধানতা গ্ৰহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক



ভূমিকম্প সময়ত মনত ৰাখিবলগীয়া টিপছ

বিদ্যালয় বা কাৰ্যালয়ত



কিতাপৰ আলমাৰী আৰু খিৰিকীৰ পৰা আঁতৰত থাকক, আৰু টেবুলৰ তলত লুকাই থাকক।

বাহন চলাই থকাৰ সময়ত



বাহনখন ৰাস্তাৰ কাষলৈ ৰাখি ইঞ্জিন বন্ধ কৰিব আৰু ইগনিচনৰ পৰা চাবিটো উলিয়াই নিদিয়াকৈ গাড়ীখন এৰি দিয়ক

লিফটত



সকলো মহলাৰ বুটাম টিপি দূৰাৰখন খোলাৰ লগে লগে লিফটৰ পৰা ওলাই আহিব

বিল্ডিংৰ ওচৰত



বিল্ডিং বা যিকোনো ভাঙি পৰিব পৰা বা তললৈ খহি পৰিব পৰা ঠাইৰ পৰা আঁতৰি থাকক

মল বা ষ্টৰত



কৰ্মচাৰীৰ নিৰ্দেশনা মানি চলক

সাগৰৰ কাষত



চুনামীৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ সাগৰৰ পৰা পলাই ওখ ঠাইলৈ যাওঁক।

বাছ বা ৰেলত



কৰ্মচাৰীৰ নিৰ্দেশনা মানি চলক, আৰু দূৰাৰৰ পৰা লৰালৰিকৈ ওলাই যোৱাৰ পৰা বিৰত থাকক।

পাহাৰৰ ওচৰত



যিহেতু পাহাৰ বা শিলৰ গৰা ভাঙিব পৰিব পাৰে, নিৰাপদ ঠাইলৈ স্থানান্তৰিত হওঁক



হেল্পলাইন ☎ ১০৭৭/১১২

