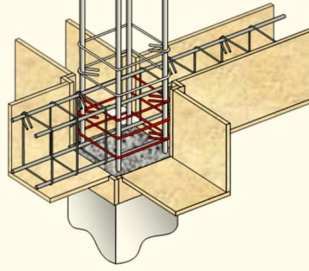
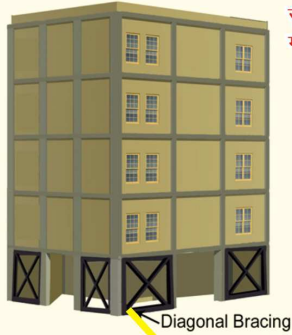


# भूकंप

से नहीं बल्कि कमजोर इमारतों के कारण लोगों कि मृत्यु होती है।



सुनिश्चित करें कि सुदृढ़ीकरण सलाखें भारतीय मानक संहिता के अनुसार व्यवस्थित हों।



खड़ी मंजिल में पुनर्सुधार किया जा सकता है जिसकी लागत भी कम होती है।

## राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन संस्थान

(गृह मंत्रालय, भारत सरकार)

5-बी, आई. आई. पी. ए. परिसर, महात्मा गाँधी मार्ग, नई दिल्ली-110002

दूरभाष - 011-2370 2432, फ़ैक्स - 011-2370 2446

वेबसाइट : [www.nidm.gov.in](http://www.nidm.gov.in)

## क्या करें.....? क्या ना करें.....?

### भूकंप से पहले

- अपने क्षेत्र के भूकंपीय वर्गीकरण की जानकारी रखें।
- अपने मकान का निर्माण करते समय सुनिश्चित करें कि वह आपकी सुरक्षा के लिए डिजाइन किया गया है। यह देखें कि आपकी इमारत को भारतीय मानक ब्यूरो (BIS) (IS:18932002) की संहिताओं द्वारा निर्धारित मानकों के अनुरूप डिजाइन एवं निर्मित किया गया है। (अधिक विवरण के लिये [www.ndma.in](http://www.ndma.in), [www.bmtpc.org](http://www.bmtpc.org) और [www.nicee.org](http://www.nicee.org) में देखें)।
- अपने पुराने मकान की सिविल इंजीनियर से जाँच कराएँ, तथा बताये गये परामर्शों पर इंजीनियर की निगरानी में अमल करें।
- अपने निवास स्थान पर सुरक्षित स्थानों, जैसे कि मजबूत मेज, डेस्क के नीचे या अन्य सुरक्षित स्थान का चयन करें, जहाँ पर भूकंप के दौरान आसानी से पहुँचा जा सके। इन जगहों पर “झुको, ढको और पकड़ो” पर कम से कम महीने में एक बार अभ्यास जरूर करें।
- भूकंप के बारे में आधारभूत सुरक्षा, सावधानियाँ इत्यादि सीखने के लिए घर, स्कूल या कार्यस्थल में बैठक/संगोष्ठी का आयोजन निरन्तर रूप से करें।
- अपने घर पर भूकंप आपातकालीन किट रखें। इसमें कम से कम तीन दिनों के लिए खाद्यसामग्री तथा अपनी सुरक्षा के लिए सभी आवश्यक वस्तुओं को शामिल करें।
- भूकंप का पूर्वानुमान लगाना संभव नहीं है। अतः अफवाहों पर ध्यान न दें और ना ही उन्हें फैलाएं।

### भूकंप के दौरान

- भयभीत न हों, शांत रहें।
- भूकंप के दौरान फर्श पर झुक कर किसी मजबूत मेज या डेस्क के नीचे शरण लें तथा इसे कसकर पकड़ लें। कंपन रुकने तक वहीं प्रतीक्षा करें।
- अगर आप बाहर हैं तो खुली जगह पर जायें व इमारतों, पेड़ों, तंग गलियों और बिजली के खम्बों व तारों से दूर रहें। खुली जगह पर ही रहें जब तक कंपन रुक न जाए।
- अगर आप वाहन में हैं तो खुली जगह पर वाहन रोकें और वहीं पर रहें, जब तक कंपन रुक न जाए। क्षतिग्रस्त हो गए पुलों/फ्लाईओवर को पार करने की कोशिश न करें।
- अगर आप संरचना की दृष्टि से मजबूत इमारत में हैं तो वही रहें। यदि किसी पुराने कमजोर भवन में हैं तो निकटतम एवं सुरक्षित रास्ते से बाहर निकलें।
- यदि आप तटीय क्षेत्र में हैं, तो सुरक्षित स्थान पर जायें और सूनामी चेतावनी का पालन करें। (अधिक विवरण के लिए [www.incois.gov.in](http://www.incois.gov.in) में देखें)।
- यदि आप पहाड़ी क्षेत्रों में हैं, तो सतर्क रहें। भूस्खलन होने एवं चट्टानों के गिरने के स्थान से दूर हो जाएं।

### भूकंप के बाद

- अपनी व दूसरों की सुरक्षा का ध्यान रखें। घायलों को चिकित्सा सेवा प्रदान करने का प्रबंध करें।
- रेडियो/टीवी द्वारा आवश्यक सूचना एवं निर्देश प्राप्त करें।
- टूटी हुई बिजली या गैस लाइनों की जाँच करें और क्षतिग्रस्त क्षेत्रों से बाहर रहें।
- अति तीव्र कंपन के पश्चात, आफ्टर शाक के लिए तैयार रहें।
- आंशिक रूप से क्षतिग्रस्त इमारतों में प्रवेश न करें। बाद के बड़े झटकों से इमारतों को और क्षति हो सकती है तथा कमजोर इमारतें ढह सकती हैं।
- क्षतिग्रस्त क्षेत्र में घूमने फिरने के लिए अपना दुपहिया वाहन/कार इस्तमाल नहीं करें। बचाव एवं राहत कार्यों के लिय आवाजाही हेतु सड़कों की आवश्यकता होती है।
- अगर आपके लिए अपना घर खाली करना अनिवार्य है तो आप जहाँ जा रहें हैं उस स्थान की जानकारी का संदेश छोड़ें।
- नुकसान का मूल्यांकन करें एवं संरचना इंजीनियर की देखरेख में मरम्मत कार्य करायें।

भूकंप सुरक्षा उपाय विवरण के लिए देखें : [www.nidm.gov.in/safety\\_earthquake.asp](http://www.nidm.gov.in/safety_earthquake.asp)