

# 抗震保命 3步驟

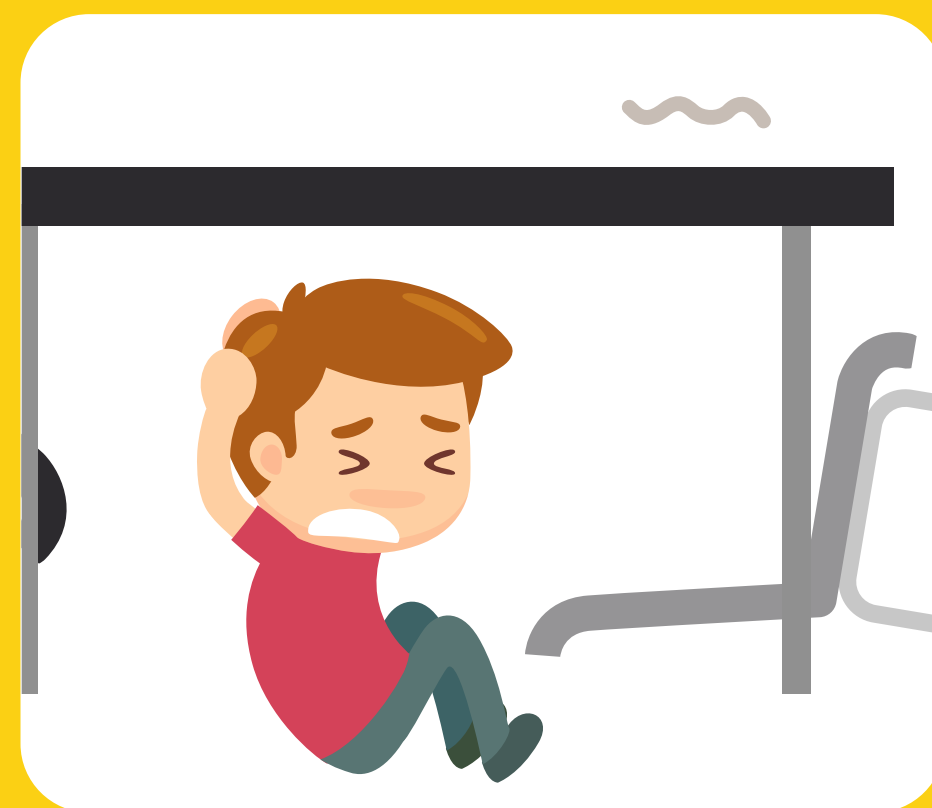
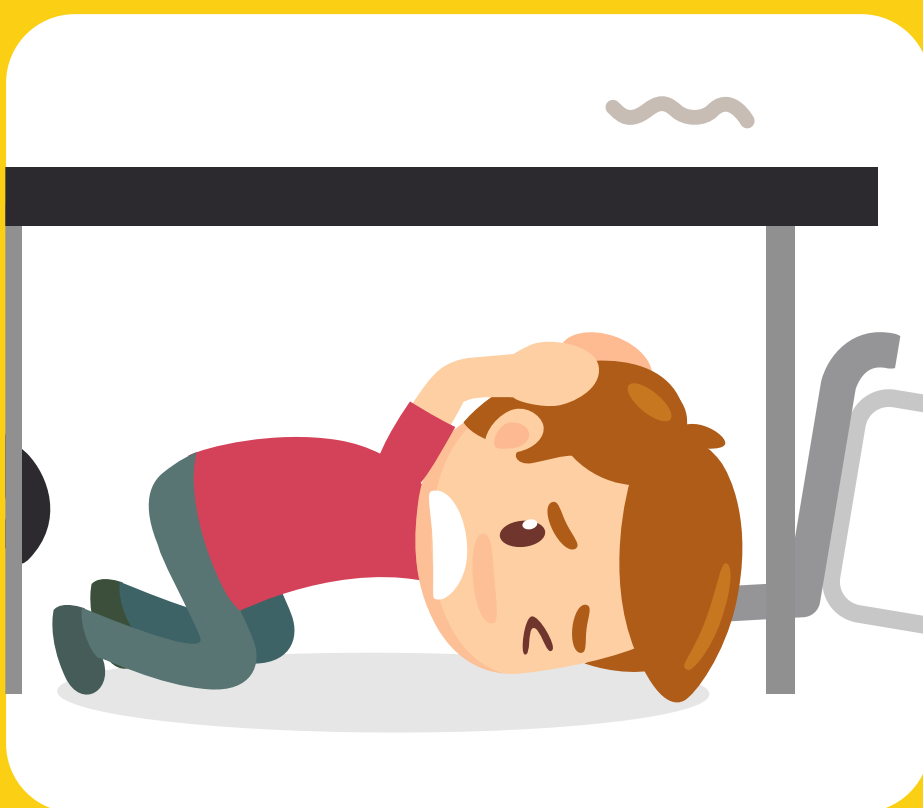
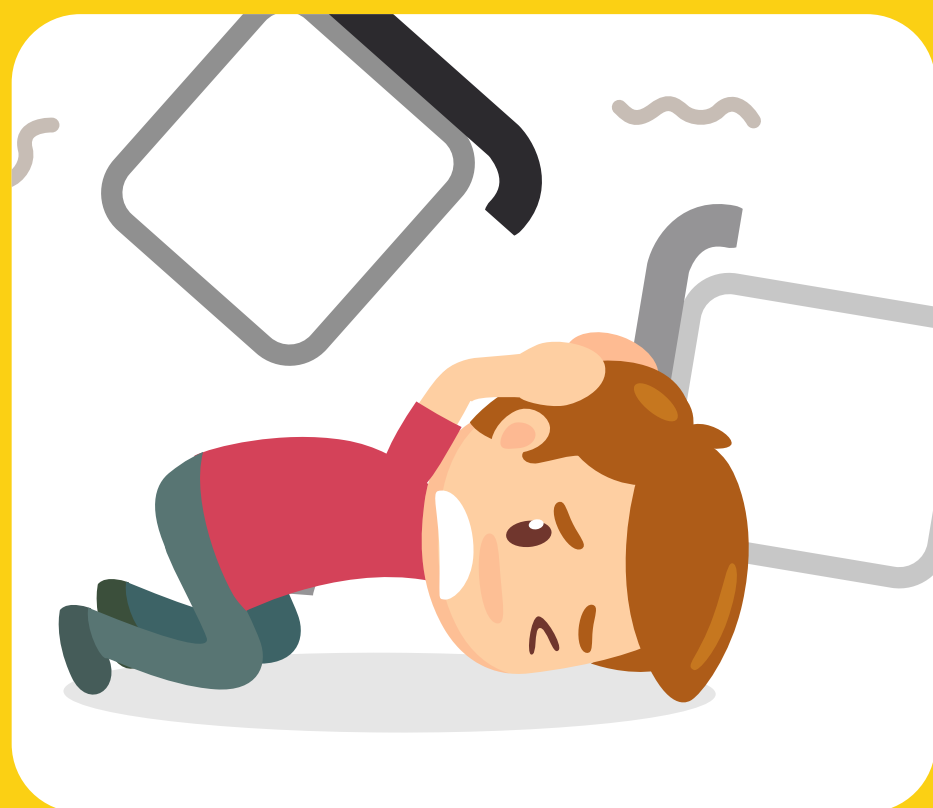
近年來，大型地震帶來的危害事件時有所聞。臺灣地震頻繁，當發生地震時請勿驚慌，就地尋找穩固家具，重點保護頭頸部



趴下

掩護

穩住



若身旁有使用行動輔具或輪椅者，應留意

固定

掩護

穩住



若遇到需要求助時，

請透過1955專線或撥打119等官方管道尋求幫助!



# Three steps to stay safe during an earthquake

In recent years there has been much reporting from around the world about deadly earthquakes.

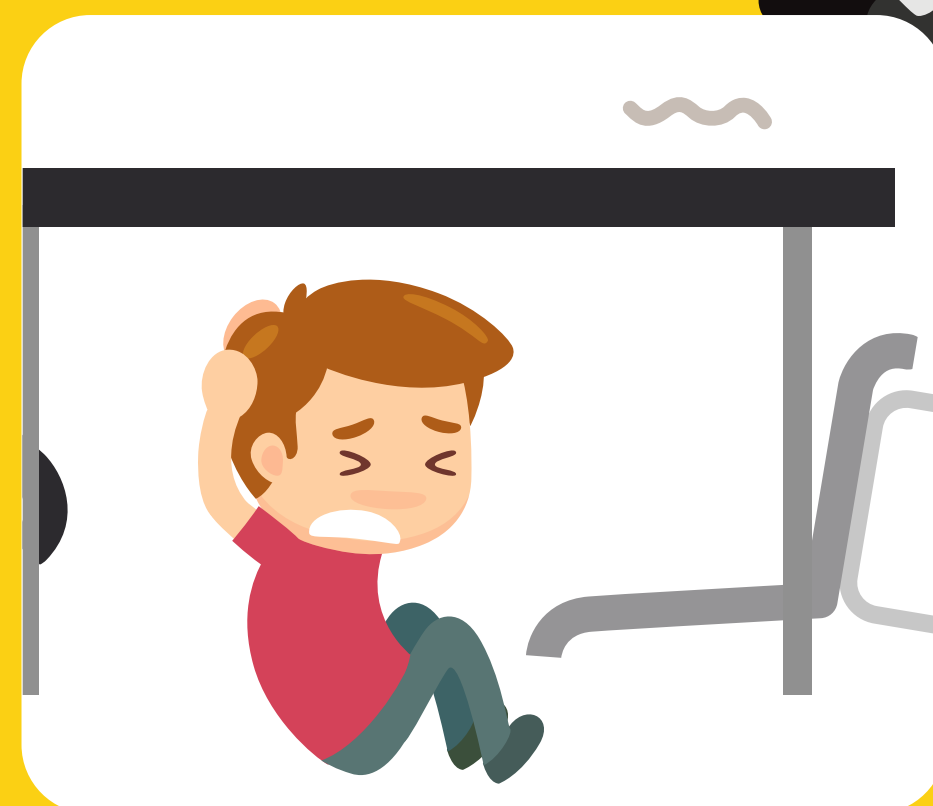
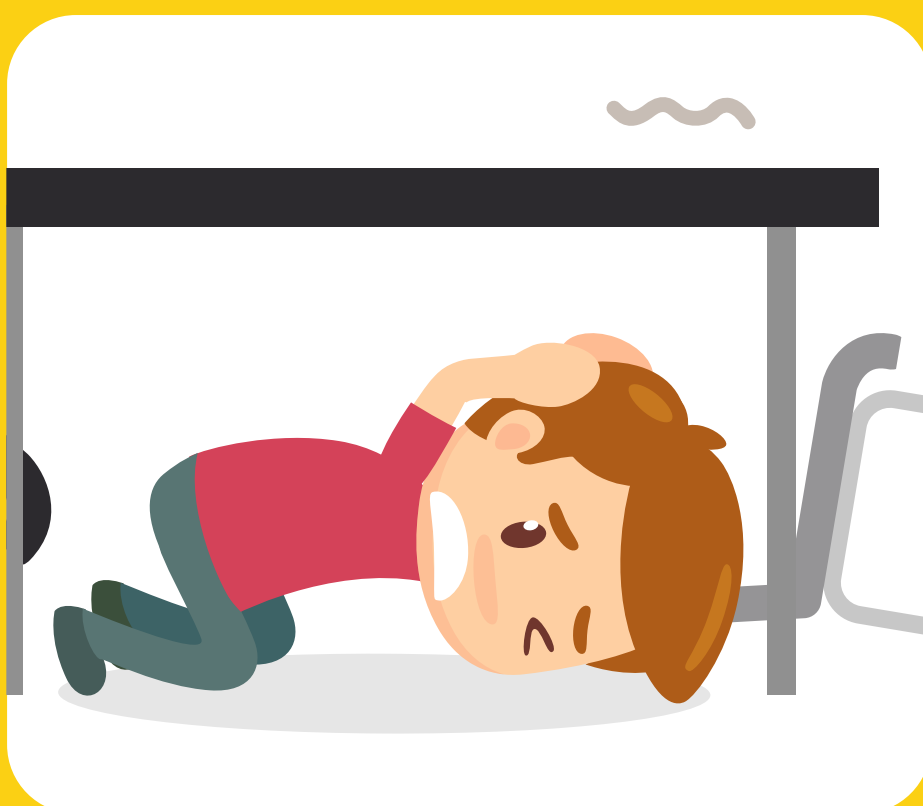
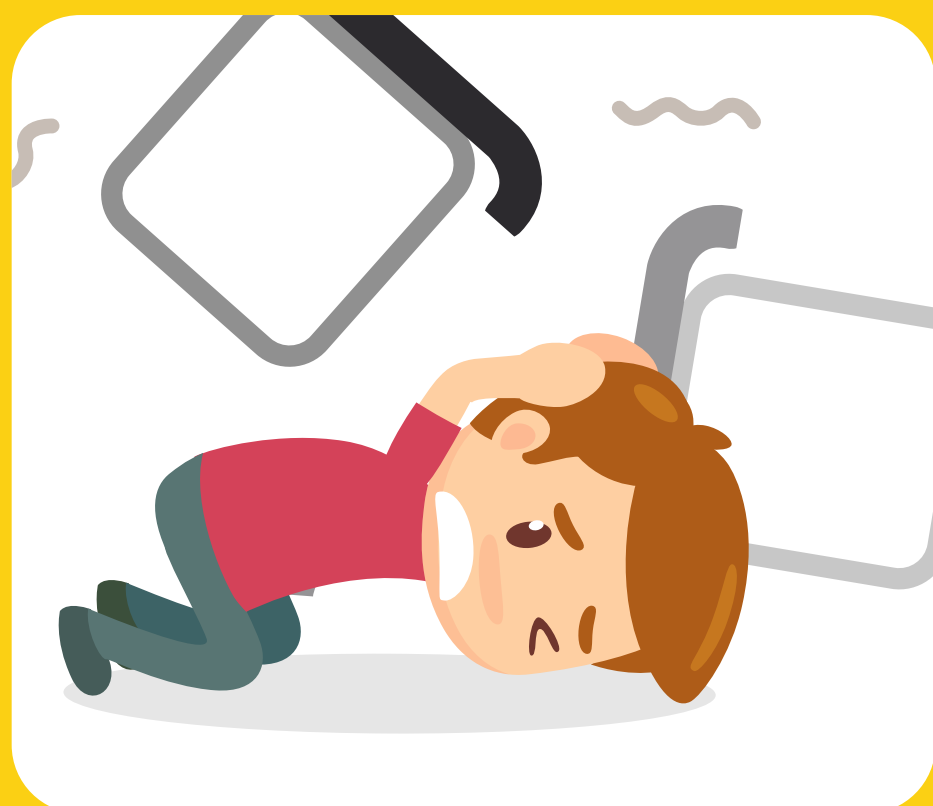
Earthquakes are commonplace in Taiwan, if you experience one stay calm, remain in place and find a solid piece of furniture. Remember to protect your head and neck.



**Get down**

**Take cover**

**Brace yourself**



If you use a mobility assistance device, or a wheelchair, be sure to:

**Ensure the device is fixed in place**

**Take cover**

**Brace yourself**



**If you need assistance, contact us through such official channels as the 1955 Hotline or call emergency services at 119**

# 3 Langkah

## Perlindungan Diri Saat Gempa

Beberapa tahun terakhir ini, sering terdengar gempa bumi skala besar yang menimbulkan dampak membahayakan.

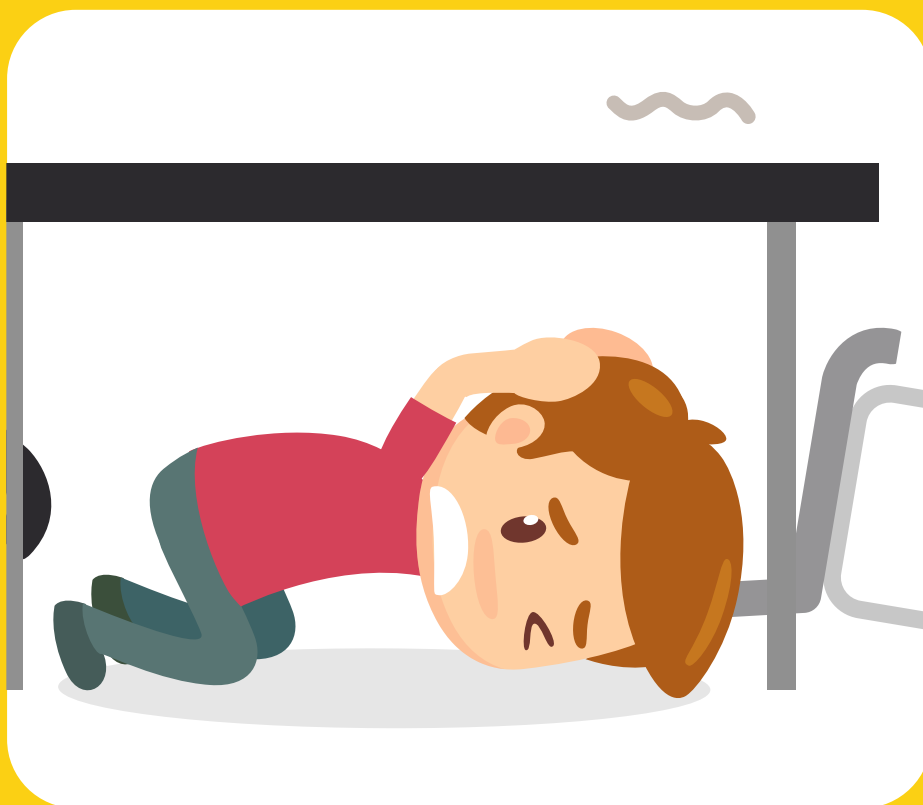
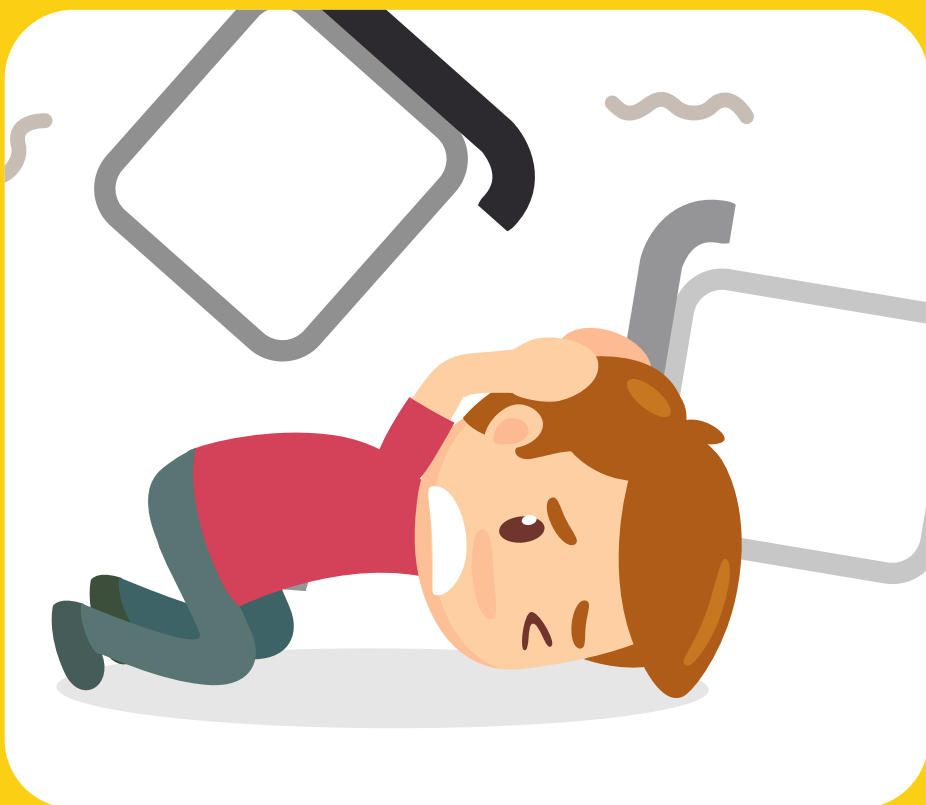
Taiwan rentan terjadi gempa, harap jangan panik saat terjadi musibah ini, tetap di tempat dan mencari perabot rumah yang kokoh untuk melindungi bagian kepala dan leher



### Membungkuk

### Berlindung

### Bertahan



Apabila ada yang menggunakan kursi roda atau benda bergerak di samping Anda, maka wajib

### Mengunci

### Berlindung

### Bertahan



**Jika memerlukan pertolongan saat terjadi gempa bumi, silakan menghubungi saluran khusus 1955 atau 119 dan saluran resmi lainnya untuk mencari bantuan!**

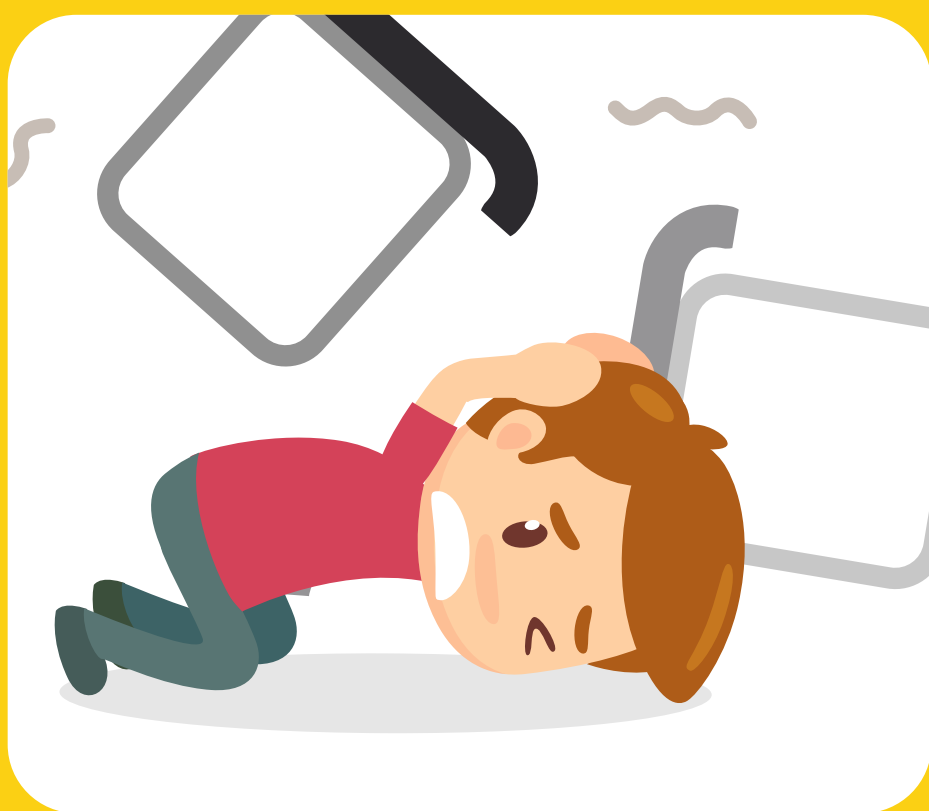
# 3 bước để

## sống sót khi động đất xảy ra

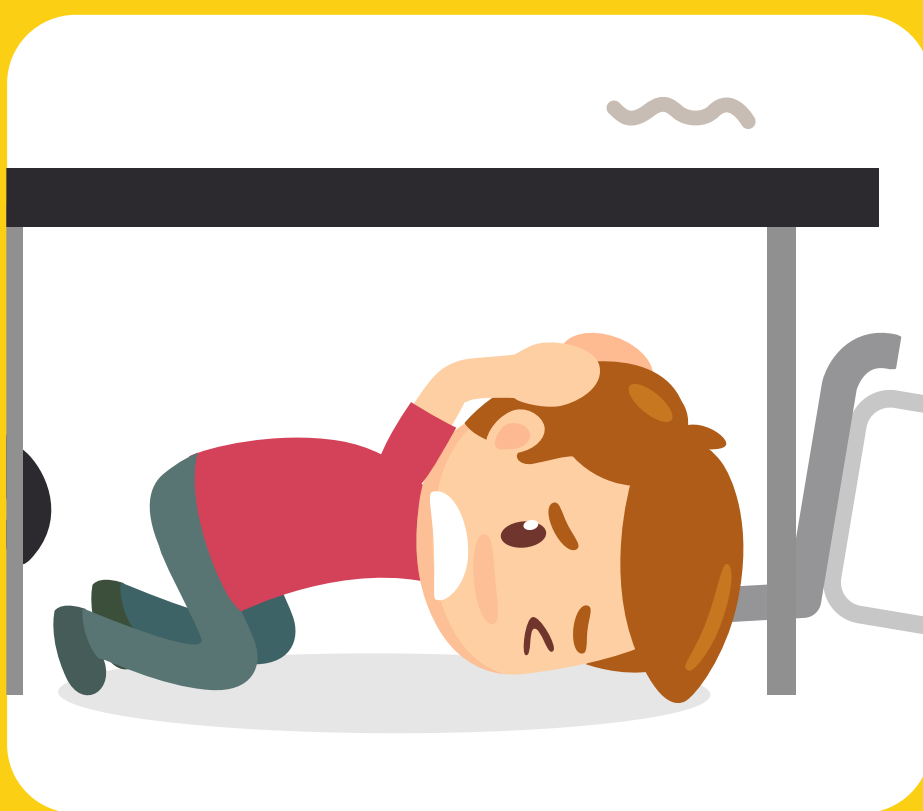
Trong những năm gần đây, chúng ta thường nghe thấy báo đài đưa tin về những trận động đất lớn. Đài Loan cũng thường xuyên xảy ra động đất. Khi động đất xảy ra, đừng hoảng sợ, hãy tìm đồ nội thất vững chắc ở xung quanh mình và bảo vệ đầu và cổ của bạn.



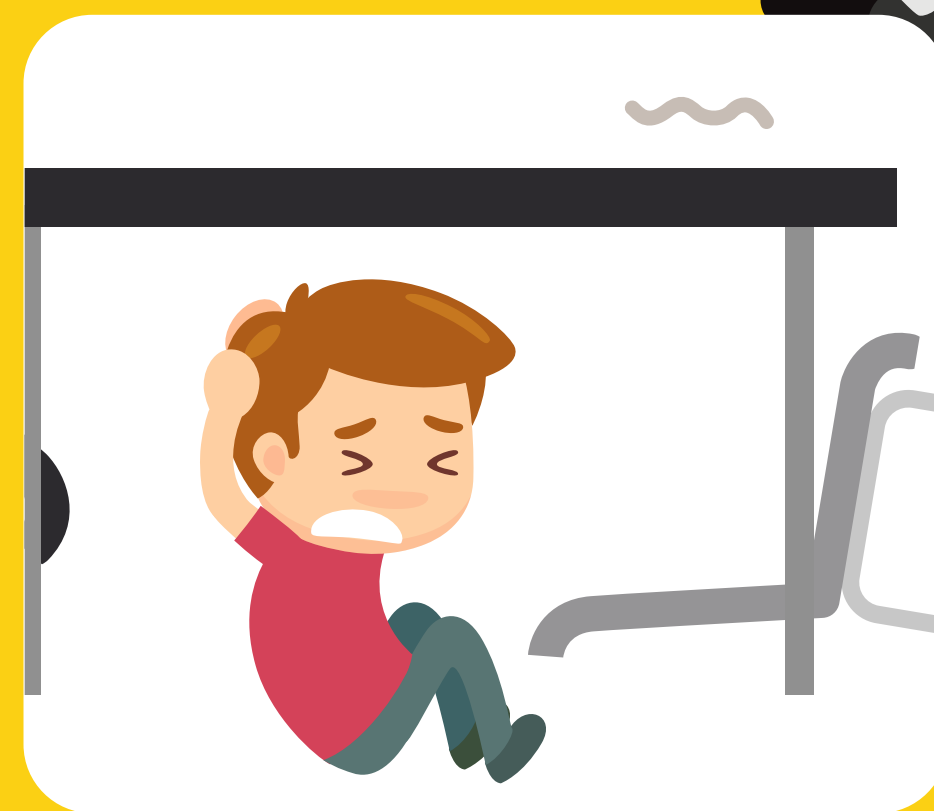
### Nằm xuống



### Che chắn



### Bám chặt



Nếu xung quanh bạn có người sử dụng thiết bị hỗ trợ di chuyển hoặc xe lăn, nên lưu ý

### Cố định



### Che chắn



### Giữ chặt



**Nếu bạn cần giúp đỡ,  
hãy tìm kiếm sự trợ giúp thông qua các kênh chính  
thức như đường dây nóng 1955 hoặc 119!**



# 3 ขั้นตอน

## เอาตัวรอดเมื่อเกิดแผ่นดินไหว

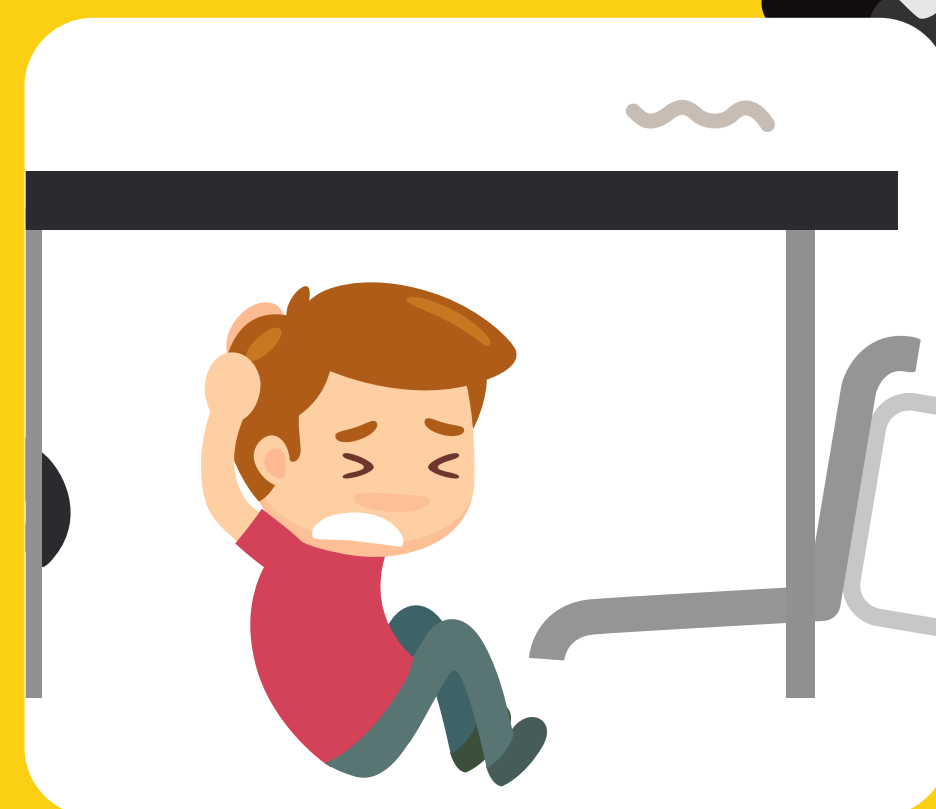
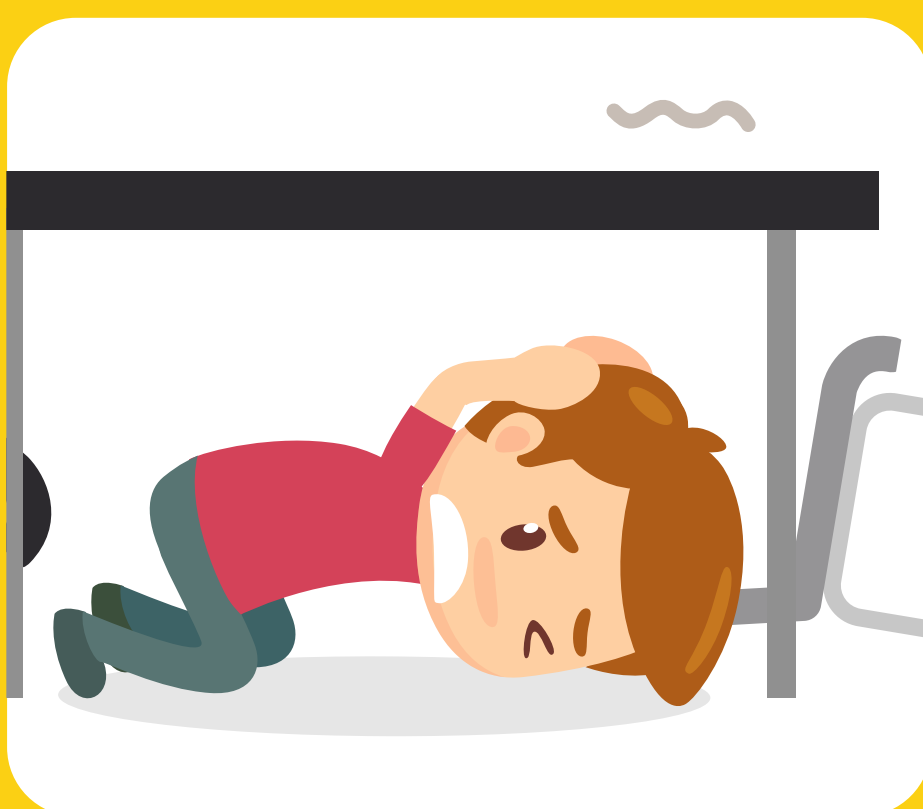
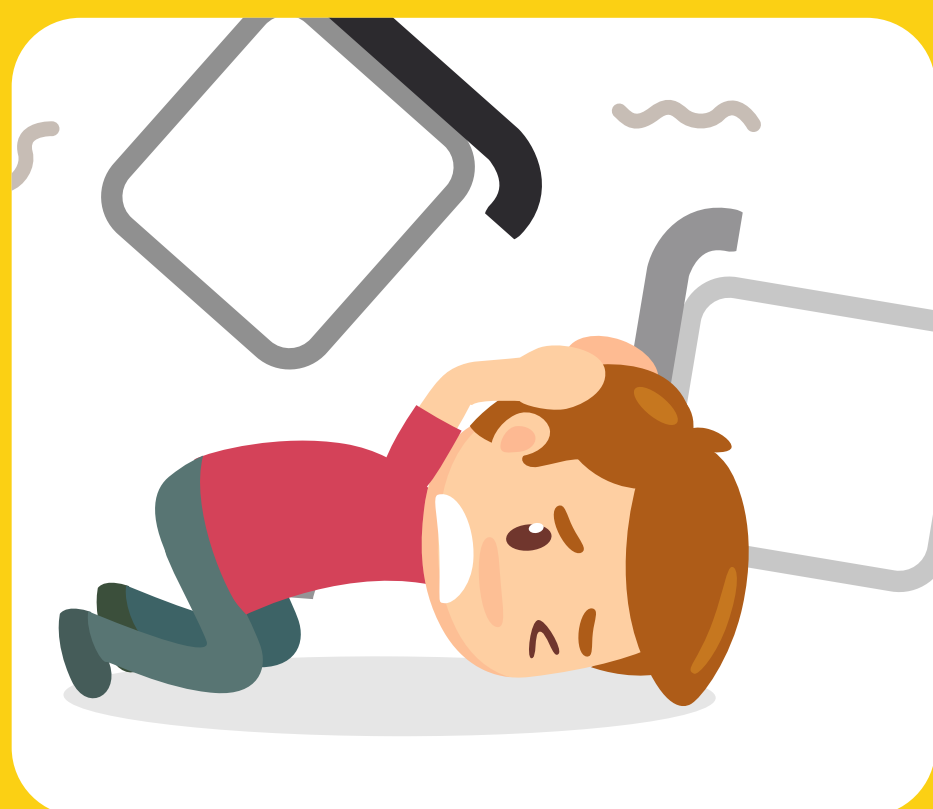
ในช่วงไม่กี่ปีมานี้ มีเหตุอันตรายที่มาจากแผ่นดินไหวรุนแรง เกิดขึ้นบ่อยครั้ง ได้หวั่นเป็นดินแดนที่มีแผ่นดินไหวบ่อย เมื่อเกิดแผ่นดินไหวโปรดอย่าตื่นตระหนก ให้หาที่กำบังที่มั่นคง แข็งแรง เน้นการปกป้องศีรษะและลำคอ



หมอบลงกับพื้น

หาที่กำบัง

ตั้งสติ



หากข้างกายมีผู้ใช้อุปกรณ์ช่วยการเคลื่อนไหวหรือวีลแชร์ ต้องปฏิบัติดังนี้

ล็อกล้อให้หยุดนิ่ง

ใช้สิ่งของป้องกันศีรษะ

ตั้งสติ



หากต้องการความช่วยเหลือ  
โปรดติดต่อช่องทางให้ความช่วยเหลือของหน่วยงานภาครัฐ  
อาทิ สายด่วน 1955 หรือ 119