ਕਦਮ 1: ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਭੂਚਾਲ ਦੌਰਾਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ

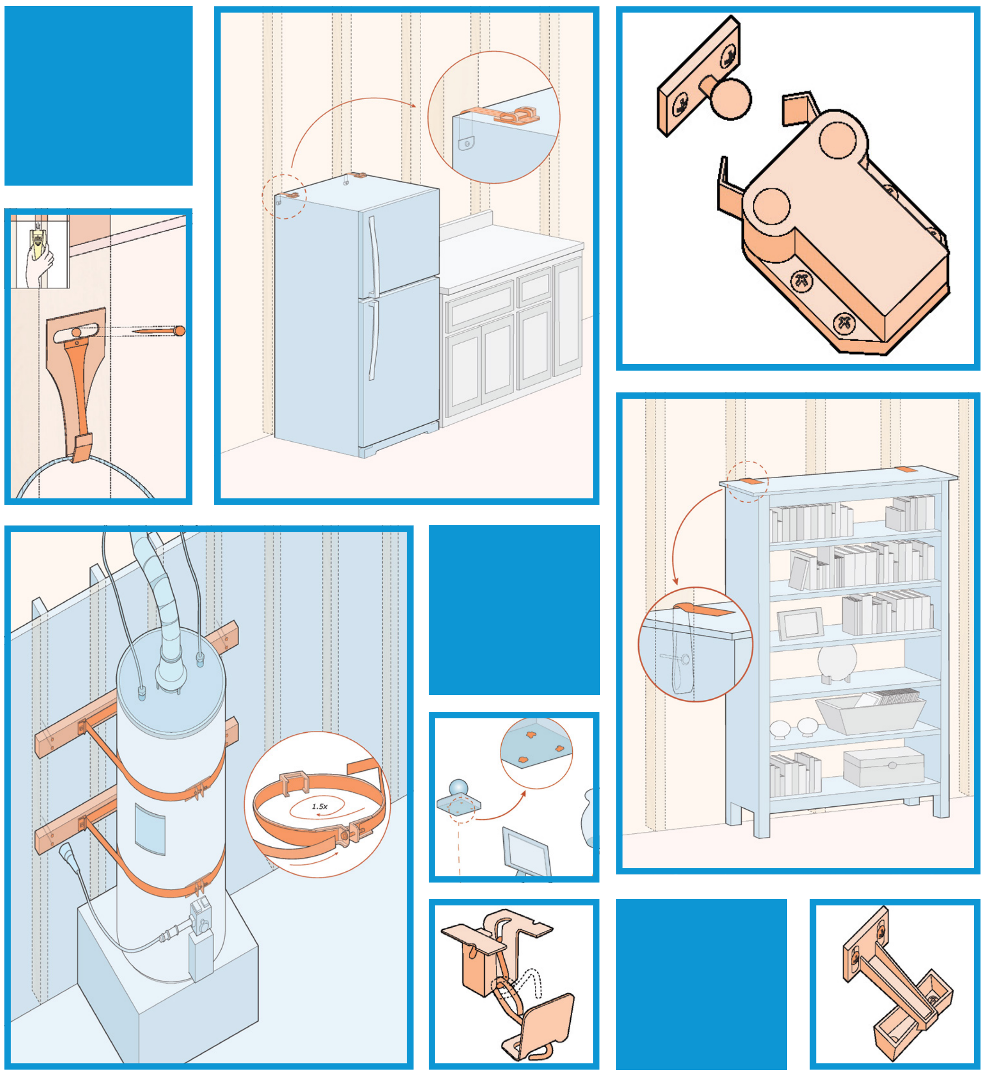
Earthquake Country Alliance

ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪੂਰਾ ਘਰ ਜਾਂ ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਭੂਚਾਲ ਦੌਰਾਨ ਚੁੱਕ ਕੇ ਹਿਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ – ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਡਿੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸੁੱਟੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ! ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੂਚਾਲ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੱਟਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹਿੰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫਰਨੀਚਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਧਾਰਨ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ "ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ" ਭੂਚਾਲ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਸੱਤ ਕਦਮਾਂ ਵਿੱਚ 1 ਕਦਮ ਹੈ!

ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਅਲਮਾਰੀ ਵਰਗੇ ਉੱਚੇ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਬੈੱਡ, ਸੋਫ਼ੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਥਾਂ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖ ਕੇ ਹੁਣੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ। ਭਾਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਨਿਚਲੇ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਓ।

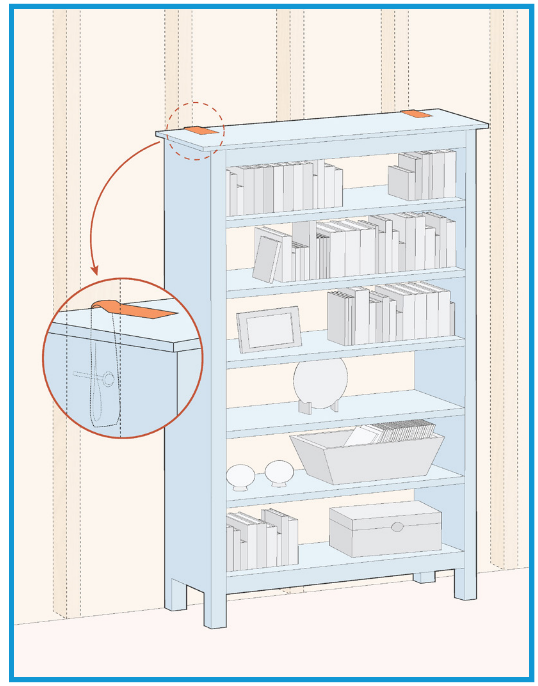
ਫਿਰ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਡਰੈੱਸਰ, ਵਾਟਰ ਹੀਟਰ, ਕੈਬੀਨੈੱਟ ਦਰਵਾਜ਼ੇ, ਲਟਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਹਰ ਅੰਤਿਮ ਦਿਨ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਆਈਟਮ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਕੁੱਝ ਮੁਕੰਮਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਮੰਗਣ ਜਾਂ ਟੂਲ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋਂ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਸਾਰੇ ਇਕੱਠੇ ਹਾਂ!



EarthquakeCountry.org/Step1 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ

© 2022 Earthquake Country Alliance

ਆਪਣੇ ਉੱਚੇ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

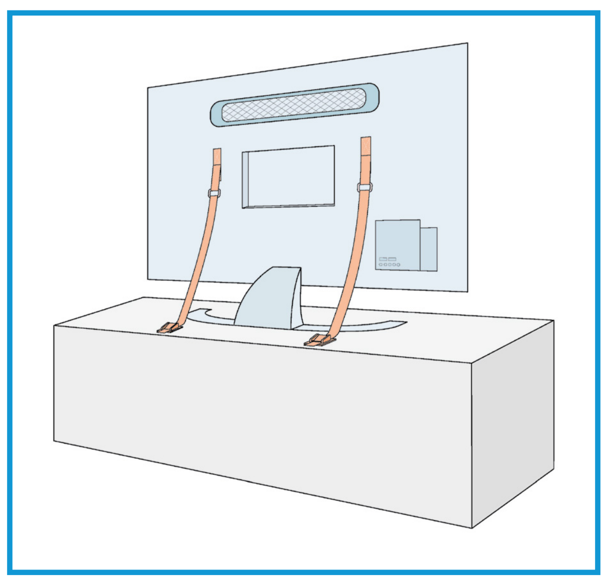


ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ, ਚਾਈਨਾ ਹੱਚ ਅਤੇ ਡਰੈੱਸਰ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭੂਚਾਲ ਦੌਰਾਨ ਡਿੱਗਣ ਕਰਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੱਟਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਤ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਰਾਹ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਲੈਕਸੀਬਲ ਫਾਸਟਨਰ ਨਾਲ ਫਰਨੀਚਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹਿੱਲਦਾ ਹੈ ਪਰ ਡਿੱਗਦਾ ਨਹੀਂ।

- ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਨਾਈਲੋਨ ਸਟ੍ਰੈਪ ਕਿੱਟ ਇੱਕ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਪੇਚ ਨਾਲ ਕੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅਡਹੈਸਿਵ ਪੈਡਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵੈਲਕਰੋ ਜਾਂ ਬਕਲ ਫਾਸਟਨਰ ਨਾਲ ਫਰਨੀਚਰ ਨਾਲ ਚਿਪਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਲ ਸਟੱਡ ਵਿੱਚ ਕੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਸਟੱਡ ਫਾਇੰਡਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ।
- ਸਟ੍ਰੈਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੀ-ਪੰਚ ਹੋਲ ਦੇ ਜਰੀਏ ਫਰਨੀਚਰ ਦੇ ਦੋਵਾਂ ਸਾਈਡ ਵਾਲ ਸਟੱਡ ਵਿੱਚ ਨਾਈਲੋਨ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ ਕੱਸੋ। ਇਹ ਫਰਨੀਚਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੁਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
  - ਜੇਕਰ 6 ਫੁੱਟ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ 2/3 ਉਚਾਈ 'ਤੇ ਸਾਈਡਾਂ 'ਤੇ ਕੱਸੋ।
- ਕਿੱਟ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਟ੍ਰੈਪ ਦੀ ਚਿਪਕਣ ਵਾਲੀ ਸਾਈਡ ਨੂੰ ਫਰਨੀਚਰ ਨਾਲ ਜੋੜੋ।

ਆਪਣਾ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਭੂਚਾਲ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਡਿੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਦੋ ਵਿਕਲਪ ਹਨ।



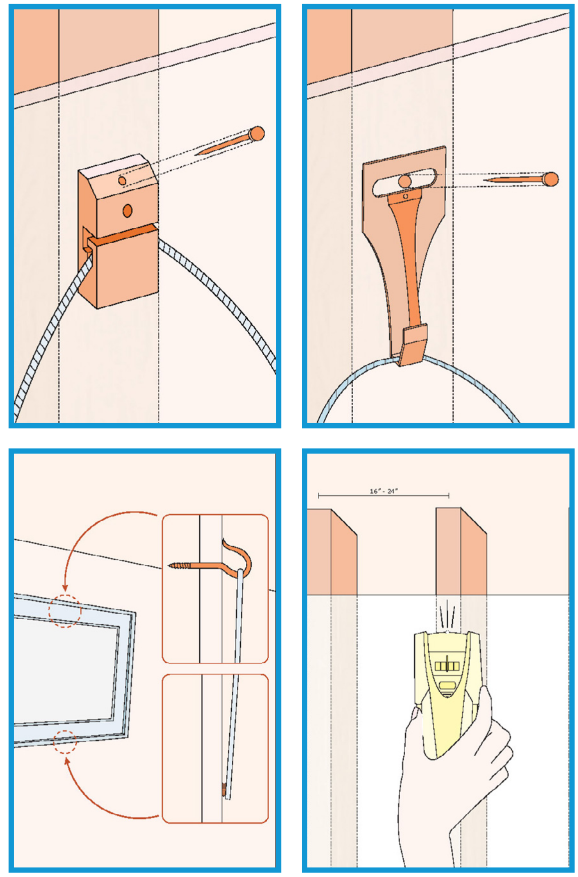
ਵਿਕਲਪ 1: ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ TV ਨਾਲ (ਦਿਖਾਏ ਅਨੁਸਾਰ) ਅਟੈਚ ਕਰੋ

- ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਖੇ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਬੱਕਲ ਜਾਂ ਵੈਲਕਰੋ ਫਾਸਟਨਰਾਂ ਵਾਲੇ ਫਲੈਕਸੀਬਲ ਨਾਈਲੋਨ ਸਟ੍ਰੈਪ ਪੈਕੇਜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਪੈਕੇਜ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਦਿਖਾਏ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਦੇ ਇੱਕ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਫਰਨੀਚਰ 'ਤੇ ਚਿਪਕਾਓ।
- ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ TV ਮਾਊਂਟ ਹੋਲਜ਼ ਵਿੱਚ ਕੱਸ ਕੇ ਜਾਂ ਅਡਹੈਸਿਵ ਫਾਸਟਨਰਾਂ ਨੂੰ TV ਉੱਪਰ ਚਿਪਕਾ ਕੇ ਦੂਜੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ TV ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਚਿਪਕਾਓ।
- ਜੇਕਰ TV ਵਾਲਾ ਫਰਨੀਚਰ ਉੱਚਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਟੱਡ ਫਾਇੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਹੀ ਥਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਟੱਡ ਵਿੱਚ ਕੱਸੋ।

ਵਿਕਲਪ 2: ਮਾਊਂਟਿੰਗ ਕਿੱਟ (ਜੋ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਉੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ TV ਵੇਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ) ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ TV ਨੂੰ ਕੰਧ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿਓ। ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

© 2022 Earthquake Country Alliance

ਆਪਣੀਆਂ ਲਟਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ



ਸ਼ੀਸੇ, ਫ੍ਰੇਮ ਵਾਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕੰਧਾਂ ਤੋਂ ਡਿੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਚਕਨਾਚੂਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਧਾਨ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਭਾਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

20 ਪਾਉਂਡ ਤੋਂ ਘੱਟ ਭਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ:

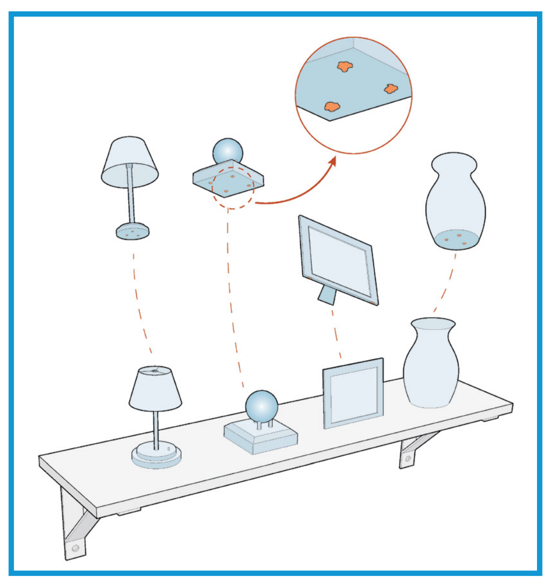
- ਇੱਕ ਮੇਖ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰ ਵਾਲੀ ਹੁੱਕ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਚਾਰੇ ਕੋਨਿਆਂ 'ਤੇ ਅਰਥਕਵੇਕ ਪੁੱਟੀ ਜਾਂ ਵੈਲਕਰੋ ਟੈਬਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ।

50 ਪਾਉਂਡ ਤੱਕ ਭਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ:

- ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜਲਾ ਵਾਲ ਸਟੱਡ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਟੱਡ ਫਾਇੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਕਲੋਜ਼ਡ-ਲੂਪ ਪਿਕਚਰ ਹੈਂਗਰ ਕੱਸੋ (ਜਿਸਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਖੇ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।) ਇਹ ਭੂਚਾਲ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਝਟਕਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਤਾਰ ਨੂੰ ਹੁੱਕ 'ਤੇ ਕੁੱਦਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ।
- ਵਾਧੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਹੇਠਲੇ ਕੋਨਿਆਂ ਨੂੰ ਭੂਚਾਲ ਪੁੱਟੀ ਜਾਂ ਵੈਲਕਰੋ ਟੈਬਲ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ।
- 50 ਪਾਉਂਡ ਤੋਂ ਭਾਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਾਲ-ਮਾਊਂਟਿਡ ਆਰਟਵਰਕ ਜਾਂ ਸ਼ੀਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ।

ਆਪਣੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਆਪਣੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ:

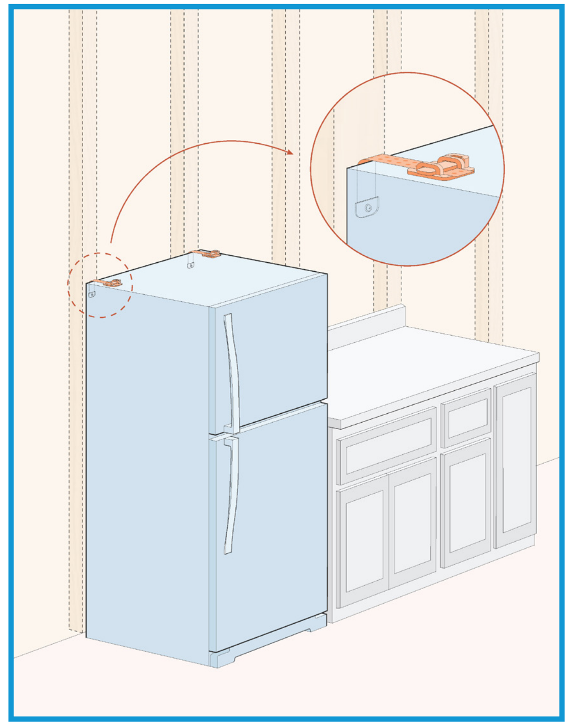


- ਭਾਰੀ ਅਤੇ ਟੁੱਟਣਯੋਗ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਭਾਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਸਤ੍ਹਾ 'ਤੇ ਚਿਪਕਾਉਣ ਲਈ ਵੈਲਕਰੋ ਫਾਸਟਨਰ ਪੈਡਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਖੇ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ, ਗ਼ੈਰ-ਨੁਕਸਾਨਿਤ ਅਡਹੈਸਿਵ ਜਿਵੇਂ ਕਿ QuakeHold™ (ਕਵੈਕਹੋਲਡ), Museum Wax™ (ਮਿਊਜ਼ਿਅਮ ਵੈਕਸ) ਜਾਂ Quake Secure™ (ਕਵੈਕ ਸਿਕਿਓਰ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ। ਇਹ ਉਤਪਾਦ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਜਾਂ ਕ੍ਰਿਸਟਲ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਲਈ ਸਾਫ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:
  - ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨਾਲ ਨਰਮ ਹੋਣ ਤੱਕ ਮਸਲੋ, ਵਸਤੂ ਦੇ ਤਲ 'ਤੇ ਚਿਪਕਾਓ ਅਤੇ ਫਿਰ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖ ਦਿਓ। ਬਾਂਡਿੰਗ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਦਬਾਓ।
  - ਸਾਵਧਾਨੀਪੂਰਵਕ ਘੁਮਾ ਕੇ ਅਤੇ ਆਧਾਰ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਹਟਾਓ।

© 2022 Earthquake Country Alliance

ਆਪਣੇ ਰੈਫ੍ਰਿਜਰੇਟਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਰੈਫ੍ਰਿਜਰੇਟਰ ਹਿੱਲਣ ਜਾਂ ਪਲਟਣ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਟ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਲਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਡੁੱਲ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ।

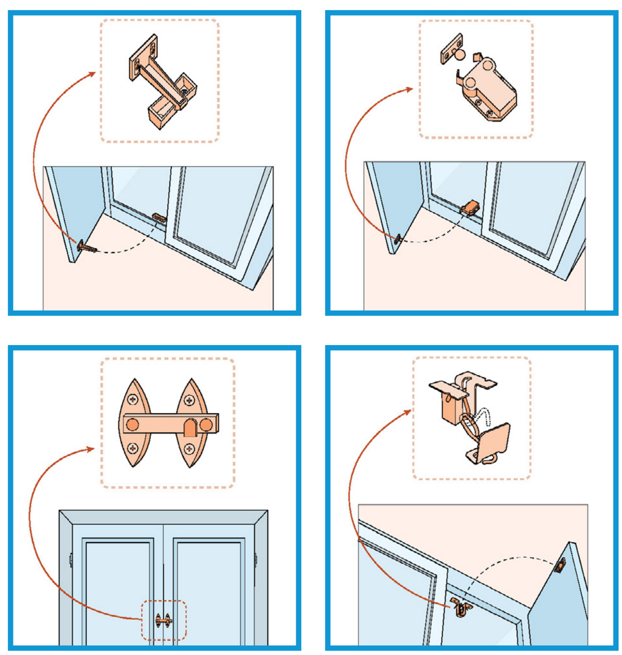


- ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਸਟੋਰ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾ ਕੇ ਫਲੈਕਸੀਬਲ ਅਰਥਕਵੈਕ ਐਪਲੀਐਂਸ ਸਟ੍ਰੈਪ ਖਰੀਦੋ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਤੈਅ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਨੂੰ ਸਿਖ਼ਰ ‘ਤੇ ਜਾਂ ਰੈਫ੍ਰਿਜਰੇਟਰ ਦੀਆਂ ਸਾਈਡਾਂ ‘ਤੇ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2/3 ਉਚਾਈ ‘ਤੇ) ਚਿਪਕਾਓਗੇ।
- ਰੈਫ੍ਰਿਜਰੇਟਰ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਕੰਧ ਵਿੱਚ ਸਟੱਡ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਟੱਡ ਫਾਇੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਨੂੰ ਲਗਾਓਗੇ। ਕੰਧ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਰੈਫ੍ਰਿਜਰੇਟਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੁਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕੰਧ ‘ਤੇ ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪੇਚਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਅਲਕੋਹਲ ਪੈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਤ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਫਾਸਟਨਰ ਦੇ ਅਡਹੈਸਿਵ (ਬਰੈਕਿਟ ਜਾਂ ਵੈਲਕਰੋ) ਨੂੰ ਚਿਪਕਾਓਗੇ।
- ਅਡਹੈਸਿਵ ਪੈਡ ਤੋਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਪੈਡ ਨੂੰ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਤੀਹ ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਦਬਾ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਅਡਹੈਸਿਵ ਦੇ ਚੰਗੇ ਕਸਾਅ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਨਾ ਛੇੜੋ।
- ਸਟ੍ਰੈਪ ਦੇ ਦੂਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਫਾਸਟਨਰ ਬੇਸ ਨਾਲ ਜੋੜੋ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਰੈਫ੍ਰਿਜਰੇਟਰ ਕੈਬਿਨੇਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਨੂੰ ਕੰਧਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪਲਟੇਗਾ ਨਹੀਂ।

ਆਪਣੇ ਕੈਬਿਨੇਟ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਭੂਚਾਲ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੈਬਿਨੇਟ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਕੱਚ ਦਾ ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਭਾਂਡੇ ਫਰਸ਼ ‘ਤੇ ਡਿੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁੰਡੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

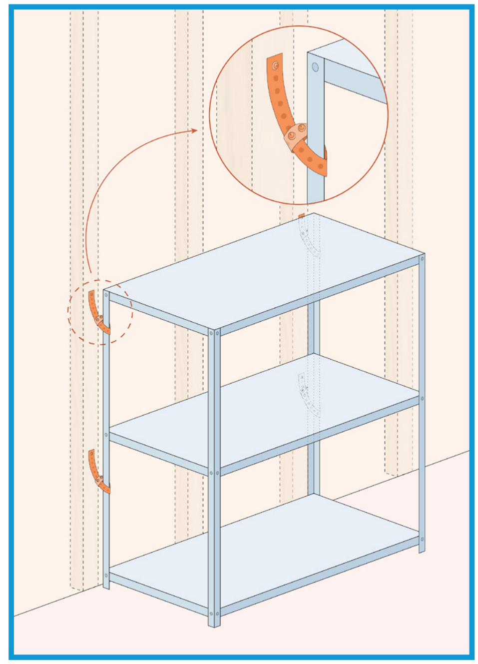


- **ਪੁਲ / ਥ੍ਰੋਓਵਰ** - ਕੈਬਿਨੇਟ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੱਸੋ।
- **ਪੁਸ਼ ਲੈਚ** – ਬੇਸ ਸੈਲਫ਼ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੇਚਾਂ ਨਾਲ ਕੱਸਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਸਾਈਡ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਪੈੱਗ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੇਸ ਪੈੱਗ ਨੂੰ ਫੜ੍ਹੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਧੱਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।
- **ਚਾਈਲਡ ਪਰੂਫ਼ ਲੈਚ** – ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤੇਜ਼ ਅਡਹੈਸਿਵ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ-ਆਪ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਖਿੱਚ ਕੇ ਅਤੇ ਰਿਲੀਜ਼ ਲੈਚ ਨੂੰ ਉਠਾ ਕੇ ਰਿਲੀਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **SeismoLatch™ (ਸਾਇਜ਼ਮੋਲੈਚ)** – ਪੀਲ-ਐਂਡ-ਸਟਿੱਕ ਹਾਈ-ਬਾਂਡ ਅਡਹੈਸਿਵ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ਭੂਚਾਲ ਦੇ ਝਟਕਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਲੈਚ ਡਿੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

© 2022 Earthquake Country Alliance

ਆਪਣੇ ਸਟੋਰੇਜ ਰੈਕਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

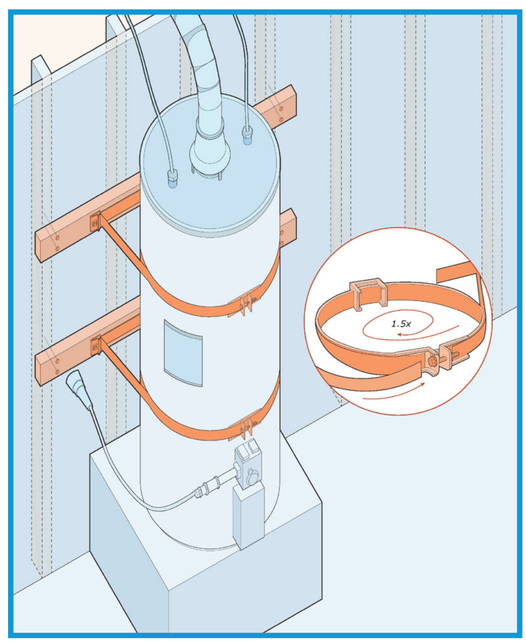
ਤੇਜ਼ ਝਟਕਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸਟੋਰੇਜ ਰੈਕ ਖਿਸਕ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਲਟ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ:



- ਫਲੈਕਸੀਬਲ ਨਾਈਲੋਨ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੇਚ ਕੱਸਣ ਲਈ ਹੋਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਸਟੋਰਾਂ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ) ਰੈਕ ਦੇ ਸਿਖ਼ਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦੋ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਰੱਖੋ। ਹਰੇਕ ਲੰਬੇ ਰੈਕ ਜਾਂ ਪਹੀਏ ਵਾਲੇ ਰੈਕ ਲਈ, ਮੱਧ ਵਿੱਚ ਦੋ ਸਟ੍ਰੈਪਸ (ਦਿਖਾਏ ਅਨੁਸਾਰ) ਲਗਾਓ।
- ਦਿਖਾਏ ਅਨੁਸਾਰ ਰੀਅਰ ਪੋਸਟ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨਾਲ ਟਾਈਟ ਲੂਪ ਬਣਾਓ, ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੈਪ ਵਿੱਚ ਹੋਲਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਸ਼ਾਰਟ ਬੋਲਟ ਇਨਸਰਟ ਕਰਕੇ ਸਟ੍ਰੈਪ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਕਨੈਕਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਵਾਸ਼ਰ ਅਤੇ ਨੱਟ ਦੇ ਪੇਚ ਨੂੰ ਕੱਸੋ।
- ਰੈਕ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਕੰਧ ‘ਤੇ ਸਟੱਡ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਦੇ ਲੰਬੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਕੱਸੋ (ਸਟੱਡ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਟੱਡ ਫਾਇੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।)
- ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵਾਲ ਸਟੱਡ ‘ਤੇ ਆਈ-ਸਕ੍ਰਿਊ ਅਟੈਚ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਫਰਨੀਚਰ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਬੰਗੀ ਕੋਰਡ ਜਾਂ 1/8” ਘੇਰੇ ਵਾਲੀ ਤਾਰ ਲੂਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਕਾਰਬਾਇਨਰ ਹੁੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਈ-ਸਕ੍ਰਿਊ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਕੱਸੋ - ਜਿਸ ਨਾਲ ਲੋੜ ਪੈਣ ‘ਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਹਿਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਪਹੀਏ ਦੀ ਸਪੋਰਟ ਵਾਲੇ ਰੈਕ ਲਈ, ਤਾਂ ਵ੍ਹੀਲ ਲੌਕ ਨੂੰ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ ਜੇਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਰੈਕ ਨੂੰ ਖਿਸਕਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਤੇਮਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੰਧ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਜੋੜੋ।

ਆਪਣੇ ਵਾਟਰ ਹੀਟਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

ਵਾਟਰ ਹੀਟਰ ਭੂਚਾਲ ਦੌਰਾਨ ਡਿੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਗੈਸ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਲੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਇੱਥੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ:

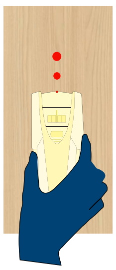


- ਪਹਿਲਾਂ, ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗੈਸ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪਾਈਪਾਂ ਵਿੱਚ ਫਲੈਕਸੀਬਲ ਕਨੈਕਟਰ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਪਲੰਬਰ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਹੋ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਕੇ ਕਿ ਟੈਂਕ ਕੰਧ ਦੇ 2” ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਝੁਕਣ ਤੋਂ ਬਚਾਓ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵਾਟਰ ਹੀਟਰ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਕੰਧ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਰਟੀਕਲ “ਸਟੱਡਸ” ਨਾਲ ਲੱਕੜ ਦੀ ਫੱਟੀ ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਓ (ਇਹ ਤੈਅ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕਿੱਥੇ ਕੱਸਣਾ ਹੈ ਸਟੱਡ ਫਾਇੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।)
- ਹਾਰਡਵੇਅਰ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਮੈਟਲ ਸਟ੍ਰੈਪਸ ਵਾਲੀ ਸਪੈਸ਼ਲ ਕਿੱਟ ਖਰੀਦੋ। ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਏ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ ਰੱਖੋ; ਟੈਂਕ ਦੇ ਪਿੱਛੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਕੰਧ ਵੱਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ।
- ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪੇਚਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਹਰੇਕ ਸਟ੍ਰੈਪ ਨੂੰ ਵਾਲ ਸਟੱਡ (ਜਾਂ ਲੱਕੜ ਦੀ ਫੱਟੀ) ਨਾਲ ਜੋੜੋ। ਸੀਮਿੰਟ ਵਿੱਚ ਕੱਸਦੇ ਸਮੇਂ, 1/4” ਐਕਸਪੈਂਸ਼ਨ ਬੋਲਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

© 2022 Earthquake Country Alliance

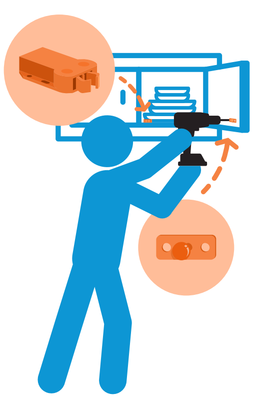
ਆਪਣੇ ਵਾਟਰ ਹੀਟਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

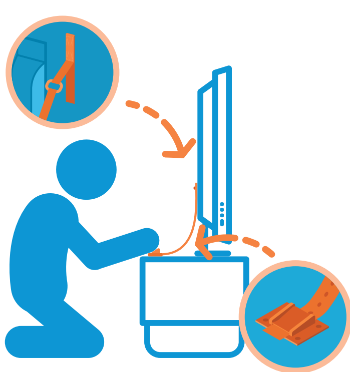
ਭੁਚਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਝਟਕੇ ਲਗਣ ਨਾਲ ਲਗਭਗ ਸਭ ਕੁਝ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਹਿੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਵੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ। ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਭੁਚਾਲ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਅਤੇ ਉੱਪਰ-ਹੇਠਾਂ ਹਿੱਲ ਰਹੀ ਹੈ-ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਕੀ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? **ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ?**



ਫਰਨੀਚਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁੱਕਕੇਸ ਨੂੰ ਬਿਸਤਰੇ, ਸੋਫਿਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਲਿਜਾ ਕੇ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਬੈਠਦੇ ਹਨ, ਸੌਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਹੁਣੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ। ਭਾਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨੀਵੀਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਓ ਅਤੇ ਬੁੱਕਕੇਸਾਂ ਨੂੰ ਕੰਧਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਫਰਨੀਚਰ, ਵਾਟਰ ਹੀਟਰ, ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ **ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ** ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਪਣੀ "ਖ਼ਤਰੇ ਦੀ ਖੋਜ" ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਾਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਏ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ **EarthquakeCountry.org/step1** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਆਈਟਮਾਂ	ਥਾਂ	ਕਿਵੇਂ	ਕੌਣ	ਕਦੋਂ





© 2022 Earthquake Country Alliance