



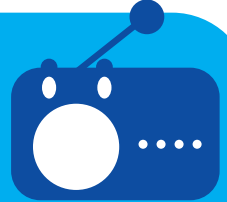
Listahan Panupil sa Sakuna sa Aming Tahanan



Upang madaling makahanap ng masisilungan sa panahon ng sakuna maige na magkaroon tayo ng di-pangkaraniwang dalahing bagay sa ating pang-araw araw na pamumuhay.

Sa paglikas, ang una nating dalahin (Pinakaunang dapat dalahin) ay isulat na sa kanan n gating listahan. Huwag magdala ng mga bagay na makakasagabal lamang.

Sa lalaki ay kailangan mga hanging 15 kg ang bigat na dalahin at sa babae naman ay mga hanggang 10 kg



Listahan Dalahin sa Panahon ng Sakuna

- Sinasabit sa likod na bag
- Pagkain**
- Tubig
- Cracker, nasa supot na naka pack na pagkain, delata atbp.
- (sa may sanggol) pulbos na gatas
- Kutsilyo, pambukas ng de lata
- kawali at canteen
- Pangmadalian at Kaligtasan**
- pangmadaliang gamot
- Pangreserbang gamot sa bahay
- salamin sa mata
- Sumbbrero Pangprotekyon
- Sapatos na matigas
- pamito (Pito)

Mahahalagang bagay

- Pera (barya ay kailangan)
- Passbook, Kopya ng Pangsegurong negosyo, pribadong selyo
- kopya ng pangkalusagang seguro
- Kard na makakapag patibay ng iyong katauhan

Pananamit

- damit pang ilalim
- Kapote
- Tuwalya

Pang-araw araw na Pangangailangan

- Portabol na Radyo
- Flash light at Bateriya
- Guwantes, tale
- Posporo, lighter
- Isang gamitang Cairo
- Pasador
- Lampin ng bata
- Tissue at basang tissue
- Plastic Wrap
- Panulat
- Plastic lalagyan ng basura



171



Ang mga sumusunod ay mga bagay pangsuporta sa sarili para sa mga araw na itatagal ang ibang listahan sa taas ay mga pangalawang pangangailangang gamit gayun din sa pinaka ibaba at pangatlo, maari ding paghandaan na ang panglima parte.

Pagkain

maliliit na malagkit na kanin o motsi, Chokolate, Preserved Plum, keso atbp.

Tubig

3 litro magagamit ng isang matanda sa isang araw/ estimado Itabi ang tubig pampaligo

Karagdagan magdala ng lutuang maliit maaring mag pakulo ng tubig at magluto dito.

Ating isaulo! Ang Numero ng Telepono Pang-sakuna at ang serbisyong Voice Mail Service.

Lagi nating isipin na maaari nating magamit ang publikong telepono at cellular phone sa pagmasid sa kaligtasan ng ating pamilya sa panahon ng pagkakaroon ng malaking lindol.

Inirerekomenda namin na idayal lamang ang numerong 171 para sa panahon ng sakuna at ating mga bitbiting telepono habang nagsisimula sa 6 na mahinang intensiya ng lindol.

Kailangan na nagkakaalaman ang bawat isa sa Pamilya

Kinakailangan iturong maige maging sa mga kabataan ang lugar kung saan kayo magkikita at impormasyon ninyong buong pamilya

Sa Lugar ng Likasan kahit sino ay makatanggap ng serbisyo

Kahit anong Nasyonalidad, residensya, tirahan, kasarian, ay maaaring makatanggap ng serbisyong masisilungan.