

## GEMPA BUMI


### Saat bencana

Di dalam bangunan, seperti rumah, sekolah ataupun bangunan bertingkat:


Guncangan akan terasa beberapa saat. Selama jangka waktu itu, upayakan keselamatan diri Anda dengan cara berlindung di bawah meja untuk menghindari dari benda-benda yang mungkin jatuh dan jendela kaca. Lindungi kepala dengan bantal atau helm, atau berdirilah di bawah pintu. Bila sudah terasa aman, segera lari keluar rumah.

Jika sedang memasak, segera matikan kompor serta mencabut dan mematikan semua peralatan yang menggunakan listrik untuk mencegah terjadinya kebakaran.

Bila keluar rumah, perhatikan kemungkinan pecahan kaca, genteng, atau material lain. Tetap lindungi kepala dan segera menuju ke lapangan terbuka, jangan berdiri dekat tiang, pohon, atau sumber listrik atau gedung yang mungkin roboh.



Jangan gunakan lift apabila sudah terasa guncangan. Gunakan tangga darurat untuk evakuasi keluar bangunan. Apabila sudah di dalam elevator, tekan semua tombol atau gunakan interphone untuk panggilan kepada pengelola bangunan.



Kenali bagian bangunan yang memiliki struktur kuat, seperti pada sudut bangunan.

Apabila Anda berada di dalam bangunan yang memiliki petugas keamanan, ikuti instruksi evakuasi.

### Menyimpan 10 benda yang akan dibutuhkan saat bencana, yaitu:

2

- 1) Air minum untuk 3 – 10 hari.
- 2) Makanan untuk 3 – 10 hari.
- 3) Obat P3K.
- 4) Obat – obatan pribadi.
- 5) Lampu senter (dan ekstra baterai).
- 6) Radio (dan ekstra baterai).
- 7) Sejumlah uang dan dokumen penting (sertifikat kelahiran, sertifikat tanah/rumah, ijazah, dokumen asuransi, surat kepemilikan asset).
- 8) Pakaian, jaket dan sepatu.
- 9) Peralatan (peluit, sarung tangan, selotip, pisau serbaguna, masker, pelindung kepala).
- 10) Pembersih higienis (tisu basah, *hand sanitizer*, perlengkapan mandi).

