

Paligid ng  
**Kodiak**

Patnubay sa  
Paghahanda  
Para sa  
**Emergency**

## MGA BABALA AT MGA PAUNAWA KAPAG MAY EMERGENCY

### *Mga Signal na Babala para sa Tsunami Kodiak Road System, Chiniak at US Coast Guard Base*

- ❖ **Tsunami Test Signal** – Pinaandar ng Kodiak police dispatcher ang isang tsunami test signal (isang pataas-pababang tono na nagtatagal ng 30 segundo) bawat Miyerkoles, alas 2 ng hapon, upang siguraduhing gumagana nang tama ang mga sirena.
- ❖ **Tsunami Warning Signal** – Pinaandar ng Kodiak police dispatcher ang tsunami warning signal (isang pataas-pababang tono na nagtatagal ng 3 minutong paulit-ulit na panahon) kapag nag-broadcast ang National Warning System ng isang tsunami warning para sa rehiyon ng Kodiak. Iniiutos din ng Emergency Services Director sa dispatcher, gamit ang mga itinatag na kriteriya, na paandarin ang tsunami warning signal kung ang isang lindol sa paligid ay sapat na malakas o malapit upang magdulot ng tsunami. **Kung tumunog ang isang tsunami warning signal, magpunta kaagad sa mas mataas na lugar na malayo sa baybaying-dagat.**

Maaaring hindi magkaroon ng warning mula sa National Warning System pagkatapos ng ilang mga uri ng lindol at ang mga Tsunami warning signal ay maaaring hindi tumunog. Ang mga uri ng lindol na ito ay karaniwang magdudulot ng mga malalakas na lindol na magtatagal ng 15 segundo o mas matagal. Ang pagyanig ay maaaring ang kaisa-isang warning para sa isang tsunami na dulot ng mga ganoong uri ng lindol. ***Kung nahihirapan kang manatiling nakatayo kapag may lindol, o kung ang lindol ay nagtagal ng 15 segundo o mas matagal, maaaring ito ang magiging kaisa-isang warning mo – magpunta kaagad sa mas mataas na lugar. Huwag maghintay para sa isang tsunami signal upang mag-evacuate.*** (Tingnan ang *Mga Tsunami*, pahina 8, para sa karagdagang impormasyon.)

*Hinubog ng mga natural na kalamidad ang kasaysayan ng Kodiak at patuloy nito itong gagawin. Humigit-kumulang sa 11 porsiyento ng mga lindol sa mundo ang nangyayari sa Alaska. Sa 10 pinakamalakas na lindol sa mundo simula noong 1904, tatlo ang nangyari sa Alaska. Ang karamihan ng mga malalakas na lindol sa Alaska ay nangyayari sa Kenai Peninsula, sa Kodiak Islands, Alaska Peninsula, at sa mga rehiyon ng Aleutian Islands.*

*Ang Kodiak Island Archipelago ay matatagpuan sa ibaba ng marami sa 39 aktibong bulkan ng Alaska. Maghukay ka ng butas saanman sa norteng bahagi ng Kodiak Island at makakahanap ka ng patong-patong na abo ng bulkan – mga nakikitang paalala ng mga pagsabog ng bulkan na kumalat paminsan-minsan sa iba't-ibang milenya.*

*Ang Kodiak ay naapektohan din ng mga kalamidad na gawa ng tao, tulad ng pagtapon ng langis noong 1989 mula sa Exxon Valdez dahil ito'y malapit sa mga daanan ng mga malalaking bapor. Noong spring ng 1989, ang oil tanker na Exxon Valdez ay humintô at tumapon mula dito ang 11 milyong galon ng crude oil sa Prince William Sound. Ang langis ay tinangay ng mga current (lakas ng daloy) ng dagat papuntang timog at dinaposito nito ang malapot na langis sa kahabaan ng malinis na baybaying-dagat sa buong Kodiak Archipelago.*

*Makakatulong ang sumusunod na impormasyon sa iyong pamilya na maghanda para sa mga ganitong pangyayari.*

## MGA NILALAMAN

### **Mga Babala at mga Paunawa kapag may Emergency**

**Mga Lindol ... 4**

**Mga Tsunami ... 8**

**Mga Bulkan/Pag-ulan ng Abo ... 11**

**Mga Landslide ... 13**

**Mga Delikadong Paglabas ng Kimikal ... 13**

**Mga Tumapong Petrolyo ... 15**

**Mga Pangkalahatang Tip Upang Makaligtas sa Kalamidad ... 15**

**Safety Tip Kapag May Sunog ... 18**

**First Aid ... 19**

**Disaster Survival Kit ... 20**

**Listahan ng mga Matatawagan kapag may Emergency ... 20**

- “All Clear” na Anunsiyo – Hindi nagpapaandar ng “All Clear” na signal ang Kodiak Area Emergency Warning System. Makinig sa itinakdang istasyon ng emergency radio o TV o mga marine radio channel para sa “All Clear” na anunsiyo. Kung nagdulot ng tsunami ang isang malakas na lindol, karaniwan itong may kasamang maraming alon na nagtatagal ng ilang oras o mas matagal pa. Kapag nagkakaroon ng mga hindi karaniwang pagtaas ng tide, huwag bumalik sa mga mabababang bahagi ng baybaying-dagat hanggang ang galaw ng alon ay tumigil ng kahit ilang oras man lamang.

**Mga Village sa Kodiak**

- Tsunami Warning Signal** – Ang lahat ng anim na villages sa Kodiak Island Archipelago ay may mga tsunami warning signal. Kung may panahon, sasabihin ng Alaska State Troopers sa lahat ng mga village na paandarin ang mga sirena. **Kung tumunog ang isang tsunami warning signal, magpunta kaagad sa mas mataas na lugar na malayo sa baybaying-dagat.**
- Kung nahihirapan kang manatiling nakatayo kapag may lindol, o kung ang lindol ay nagtagal ng 15 segundo o mas matagal, maaaring ito ang magiging kaisa-isang warning mo – magpunta kaagad sa mas mataas na lugar. Huwag maghintay para sa isang tsunami signal upang mag-evacuate. Ang mga tsunami na nangyayari sa lugar ay maaaring makarating sa baybaying-dagat sa loob ng ilang minuto.**

**Signal para sa Mga Delikadong Paglabas ng Kimikal**

Ang signal para sa delikadong paglabas ng kimikal na pinaandar ng police dispatch para sa Lungsod ng Kodiak at ang malapit na Kodiak Island Borough road system ay parang isang busy signal ng telepono. Kung narinig nang higit sa 2 minuto, pumasok sa isang gusali at pakinggan ang iyong istasyon ng emergency radio o TV o marine radio channel at maghintay para sa karagdagang impormasyon. (Tingnan ang pahina 13 para sa karagdagang impormasyon tungkol sa dapat gawin kung may lumabas na delikadong kimikal.)

**Mga Istasyon ng Emergency Radio at Television Broadcast**

*Huwag gamitin ang telepono kapag mayroong kalamidad. Ang mga linya ay dapat panatilihin bukas para sa mga tauhan ng emergency. Patuloy na makinig sa mga sumusunod na istasyon ng radyo o telebisyon o marine radio channels para malaman kung ano ang gagawin:*

*Sa Kodiak Road System*

**Radio**

KMXT PUBLIC  
RADIO-FM.....100.1 FM

KVOK-AM/  
KRXX-FM.....560AM/101.1 FM

**Television**

KMXT..... Channel 9  
Channel 2 (para sa mga customer ng Cable Co. na nasa Bell’s Flats Women’s Bay Area)

**Marine Radio Channels**

**Ginagamit ng Kodiak Harbormaster ang radio call sign KXE279 at minomonitor nito ang:**

- VHF Radio Channels 12 at 16

**Minomonitor ng U.S. Coast Guard ang:**

- VHF Radio Channel 16
- Single Side Band Radio Channel 2182

**Mga NOAA Weather Radio**

*Ang mga de-bateriya o AC powered na Marine Weather Forecast na mga radio na ibinebenta sa mga tindahan ay nakakakuha rin ng mga tsunami warning signal at patuloy na up-date signals.*

**Mga Village sa Kodiak**

**Ang anim na village ng Kodiak, na nasa mga malalayong lugar na wala sa mga sistema ng mga daan, ay mapupuntahan lamang gamit ang bapor o eroplano. Ang mga village ay may telepono ngunit madalas pa ring ginagamit ng mga residente ang pinagkasunduang VHF o CB radio**

**Kaguyak Village, Biyernes Santo 1964:** Si Joe Melovedoff na residente ng Kaguyak village ay gumawa ng sunod-sunod na tawag sa radio sa Old Harbor at Chimiak pagkatapos tumama ang unang alon sa village, ang kauna-unahang tirahang lugar na tinamaan ng tsunami pagkatapos ng lindol noong 1964. Naabisuhan ng mga tawag sa radyo ang mga residente ng Old Harbor na pumunta sa mataas na lugar bago pa man dumating ang unang alon pagkatapos ng ilang mga minuto at nagbigay ng panahon sa mga residente ng Lungsod ng Kodiak na mag-evacuate mula sa mababang lugar.

channels upang mag-broadcast ng pangakalatang impormasyon sa komunidad, sa mga namimingwit sa lugar, at sa mga air taxi na lumilipad sa lugar.

**Akhiok**

KMXT-FM Radio .....101.1 FM  
VHF Radio .....Channel 79

**Karluk**

KMXT-FM.....100.1FM

**Larsen Bay**

KMXT-FM Radio .....101.1 FM  
VHF Radio .....Channel 79

**Old Harbor**

KMXT-FM Radio .....101.1 FM  
VHF Radio .....Channel 14

**Ouzinkie**

KMXT-FM Radio .....101.1 FM  
KVOK-AM ..... 560 AM  
VHF Radio ..... Channel 6  
CB Radio ..... Channel 11

**Port Lions**

KMXT .....100.1 FM  
KVOK-AM ..... 560 AM  
VHF Radio ..... Channel 6

**MGA LINDOL**

**Bakit Nangyayari ang mga Lindol**

**Plate Tectonics – Ang Patuloy na Pagbabago ng Planetang Mundo**

Kung ang Mundo ay singlaki ng isang itlog, maaaring ang pinakalabas na layer nito ay kasing kapal ng balat ng itlog. Ang balat na itlog na ito ay nahahati sa mga maliliit na bahagi na tinatawag na plates. Ang plates na ito ay singkapal ng kahit man lamang 40 milya at ang lawak nito ay maaaring ilang daang milya hanggang libu-libong milya.

Ang plate ay maaaring may mga karagatan, mga kontinente, o pareho nito. Ang mga plates ay gumagalaw nang dahan-dahan kung ikukumpara sa isa't-isa sa bilis na isa hanggang apat na inches bawat taon. Ang karamihan ng mga lindol ay nangyayari sa mga boundary kung saan ang mga plate ay naghihiwalay, gumuguho o nagbabanggaan sa isa't-isa.

**Bakit May mga Lindol sa Kodiak**

Ang Kodiak Island ay makikita sa bahagi ng North American Plate kung saan ang Pacific Plate ay gumuguho sa ilalim ng North American Plate. Ang rehiyon kung saan ang dalawang plates ay gumuguho sa isa't-isa ay tinatawag na subduction zone, at ito'y sa may baybaying-dagat ng grupo ng Kodiak Island. Ang 9.2 magnitude na lindol noong 1964 ay nangyari sa may subduction zone sa may baybaying-dagat ng Kodiak Island. Ang lindol ay nagdulot ng sunod-sunod na tsunami na alon, na sumira sa downtown ng Kodiak. Ang pangyayaring ito ay isang halimbawa ng tunay na banta ng lindol sa rehiyon ng Kodiak Island. *(Tingnan ang larawan ng Aleutian Subduction Zone, sa pahina xx)*

Ayon sa mga geological na pag-aaral na kamakailan-lamang isinagawa, ang lindol na may ganitong magnitude sa may subduction zone ay nangyayari bawat 500 taon o mga ganoon. Gayunman, maraming faults na may kaugnayan

**Mali :** Hinahadlangan ng mga maliliit na lindol na mangyari ang malalaking lindol. Hindi totoo. Aabutin ng 10,000 magnitude 3 na mga lindol bawat taon nang 300 taon upang ilabas ang enerhiya ng iisang magnitude 9 na lindol.

**Mali:** Ang *pinakaligtas* na lugar kapag lumilindol ay ang *daanan ng pinto*. Ang mga *daanan ng pinto* sa mga tahanan at sa mga makabagong gusali ay hindi kasing tibay ng ibang istruktura. Ang mga pinto ay maaaring mag-sway at magdulot ng mga pinsala. Sa mga pampublikong gusali, ang mga daanan ng pinto ay maaaring hindi ligtas na tayuan dahil maaaring magtakbuhan ang mga tao palabás.

sa subduction zone ang mas malapit sa baybaying-dagat ng Archipelago ng Kodiak Island at sa buong isla. Ito ay mga aktibong fault, na may kakayahang magdulot ng magnitude 7 at 8 na mga lindol at maging sanhi ng mabilis na gumalaw na mga tsunami sa lugar (*Tingnan ang ilustrasyon ng Kodiak Area Fault Zones, sa pahina 11*)

Ang mismong paggalaw ng lupa habang lumilindol ay bihirang nagiging direktang sanhi ng pagkapinsala o kamatayan. Karamihan sa mga pinsala ay resulta ng gumuhong mga gusali at bumabagsak na mga bagay at debris. Ang mga lindol ay maaari rin maging sanhi ng mga sunog, pagkasira ng mga linya ng kuryente at telepono, at magdulot ng mga landslide (pagguho ng lupa). Dahil sa matarik na topograpiya ng Kodiak Island, mas madaling magkaroon ng mga landslide. (*Tingnan ang Mga Landslide, pahina 25*). Bagama't nakakatakot ang isang lindol, mayroon kang mga bagay na magagawa upang bawasan ang mga panganib.

## Bago Mangyari ang Lindol - Maghanda

*Ang isang handang-handa na tahanan ay ang pinakamainam na shelter (masisilungan).*

### *Pagpapatibay ng Iyong Tahanan*

Ang karamihan ng pinsala ng lindol sa mga bahay na kahoy ang kaha ay maiiwasan. Kung marunong ka ng basic carpentry (pagkakarapintero), makakagawa ka ng mga kinakailangang pagbabago upang patibayin ang istruktura ng iyong bahay. Ang pagpapako sa de-kahoy na kaha kada 3 hanggang 4 feet sa may pundasyon ng gusali, bilang halimbawa, ay maaaring talagang makapagbawas sa pinsala ng lindol. Ang pagpapatibay sa cripple walls sa pagitan ng pundasyon at sa first floor ng isang de-kahoy na kahang bahay ay makakabawas din sa pinsala ng lindol.

Ang pinakamahasag na pundasyon ay ang isang tuloy-tuloy na perimeter foundation. Maaari mo ring gawing matibay ang pundasyon ng isang bahay na itinayô sa pilings o post nang hindi gumagastos nang malaki sa pamamagitan ng pag-instala ng bracing sa pagitan ng posts o pilings. Ang bracing system ay nagbibigay ng minimum na resistensiya sa lateral forces sa iyong bahay, porches at decks. Ngunit ang post or piling na may bracing ay dapat lamang isipin na pansamantalang solusyon hanggang maaari ka nang makapag-instala ng permanente at magkakalapit na poured-in place foundation system.

## Gawing Ligtas ang Wood Stoves

Ang mga freestanding wood burning stove ay nagdaragdag ng mga panganib ng lindol. Ayon sa mga fire code, ang mga stove ay dapat walang suporta sa lahat ng apat na panig, pero dahil dito'y maaari silang dumulas o tumaob kapag may may lindol. Kapag tumaob ang stove at/o humiwalay mula sa stovepipe, ang mga abo o mga liyab ay maaaring lumabas at maging sanhi ng sunog sa bahay.

Upang mabawasan ang panganib na magka-sunog, ikabit nang maigi ang stove sa sahig at ikabit nang maigi ang stovepipe sections. **Ngunit mahalaga na ang mga anchor o mga brace ay hindi nagdadala ng init mula sa stove at magdulot ng sunog.**

*Upang ikabit ang iba't-ibang uri ng wood stoves na ipinagbibili, sundin ang mga rekomendasyong ito:*

- Gumamit ng bricks at mortar upang ikabit nang maigi ang mga stove na nasa brick hearth.
- Ikabit ang mga inaprubahang wood stove unit sa mobile homes, na mayroon nang mga butas sa pedestal o sa mga paa na maaaring ikabit sa framing sa ilalim ng sahig.
- Ikabit nang maigi sa semento mismo ang mga stove na nasa sementong patungan.
- Ikabit ang bawat stovepipe segment nang magkasama at ikabit nang maigi ang anchor stovepipes sa flue exit.

## Gawin ang Trabaho

Kung nais mong kumontrata sa isang tao na gawin ang trabaho, dapat mong kontakin ang isang lisensyadong propesyonal tungkol sa mga gagawing pagbabago sa iyong tahanan o lugar ng trabaho. Kontakin ang Kodiak City/ Borough Building Permit and

*Page 10 photo caption: Cross-section ng Rehiyon ng Kodiak*

**Page 11 photo caption:** Fault zones ng Kodiak area

Inspection Department sa 710 Mill Bay Road, 486-8070 upang baguhin ang mga detalye upang iakmâ ang mga ito sa mga lokal na building code.

**Inspeksiyunin ang Iyong Tahanan**

- Suriin ang mga bagay na maaaring magdulot ng sunog: Ikabit nang husto o gumawa ng matibay na suporta para sa mga oil furnace, water heater, gas appliance, propane bottle at sa mga tangke ng fuel.
- Gumamit ng mga pleksibleng utility connection.
- Alamin kung saan at kung paano patayin ang kuryente, gas, tubig at heating fuel.
- Ikabit nang husto ang mga istante sa dingding at ilagay ang malalaki at mabibigat na mga bagay sa ibabang bahagi ng istante.
- Ikabit nang husto ang malalaki at mabibigat na kasangkapan.
- Ikabit nang husto ang mga naka bitin na ilaw at mga halaman.
- Itago ang mga de-botelyang bagay, babasagin at mga pinggan sa mababang bahagi ng istante.

**Ang mga Inuupahang Tahanan, Opisina o mga Gusali**

Mas kaunti ang kontrol ng mga umuupa sa kanilang mga gusali kaysa sa mga may-ari ng tahanan. Pero maaari mong protektahan ang iyong sarili at ang iyong mga minamahal sa buhay. Kapag naghahanap ng matitirahan:

- Tandaan na ang mga apartment building ay dapat tumupad sa mga parehong code at pangangailangan sa istruktura tulad ng mga bahay.
- Iwasan ang mga rental unit na gawa sa unreinforced

masonry o ang mga unit na may mga malalaking bukas sa mga ibabang palapag tulad ng mga pintuan ng garahe at mga building na nasa stilts (mga poste)

- Isipin ang kaligtasan ng mga nakakabit na istruktura tulad ng mga hagdanan at mga balkonahe, na maaaring mabali kapag lumindol.
- Tanungin ang may-ari kung kailan itinayo ang gusali.
- Tanungin ang may-ari kung may ginawang seismic retrofitting.
- Tanungin ang may-ari kung ang mga water heater ay nakakabit nang husto sa wall studs.
- Tanungin ang may-ari kung papayagan niya na ikabit mo nang husto ang mga mabibigat na kasangkapan sa dingding.

**Ang Manirahan sa Mobile Homes**

Ang mobile homes at modular buildings na hindi nakakabit sa mga permanenteng pundasyon ay maaaring gumuho mula sa mga pundasyon kung hindi angkop na nakakabit upang pigilan ang pahalang na kilos.

**Ang Pagpasok ng Iyong mga Anak sa mga Paaralan**

Tanungin ang mga opisyal sa paaralan:

- Kamakailan bang ininspeksyon ang kaligtasan ng mga gusali sa lindol?
- Tama ba ang pagtago ng mga delikadong bagay?
- Gaano kadalas nagtatanghal ng mga emergency drill para sa lindol? Kailan itinanghal ang pinakahuli?
- Ikinabit ba nang husto ang mga hindi istrukturang bagay tulad ng mga nakasabit

na ilaw, mga istante ng libro, atbp., upang maiwasan ang panganib na magkasira o mapinsala dahil sa lindol?

- Ano ang plano upang

pangalagaan ang aking mga anak pagkatapos ng isang lindol?

**Kapag may Lindol – Manatiling Kalmado**

**Magbilang ng mga Segundo:**

Magsimulang magbilang sa sandaling nakaramdam ka ng lindol, kung ito’y nagtagal nang 15 segundo man lamang, lumipat kaagad sa mas mataas na lugar.

**Kung nasa loob, yumuko at magsilong** sa ilalim ng mabigat na desk o mesa o tumayo nang nakasandal sa isang panloob na dingding.

*Hawakan* ang desk o mesa upang ito'y hindi gumalaw palayô sa iyo. Lumayô sa babasagin. Patayin ang lahat ng sunog.

**Unang pagtugon:**  
Habang lumilindol, umilang, magtakip, at maghintay.

Huwag gumamit ng mga posporo, mga kandila o iba pang mga buhang apoy habang o pagkatapos ng lindol, dahil sa posibleng gas leaks.

- **Kung nasa isang gusaling punô ng tao,** HUWAG MAGMADALI papunta sa pintuan dahil maaaring marami ng gagawa nito. Lumayô mula sa mga hagdanan at elevator. Kung kailangan mong umalis sa gusali, piliing mabuti ang iyong labasan.
- **Kung nasa labas,** lumayô mula sa mga gusali, mga puno at mga kable ng kuryente at telepono. Ang pinakamalaking panganib mula sa mga nahuhulog ay nasa labas lamang ng mga pintuan at malapit sa mga dingding.
- **Kung nasa isang umaandar na sasakyan,** tumigil oras na ligtas na maaari, pero hindi sa ilalim ng tulay o malapit sa mga gusali. Manatili sa sasakyan. Ang trak, kotse, o bus ay maaaring yumugyog nang husto sa mga spring nito, ngunit maiging lugar itong panatilihan hanggang tumigil ang pagyugyog. Tingnan kung may mga nahulog na bagay, mga bumagsak na kable ng kuryente, o mga sirang daan kapag nagmaneho ka muli.

### ***Pagkatapos ng Lindol – Manatiling Mapagmasid***

- **Maghandang umalis sa mga mababang lugar** (*Tingnan ang susunod na bahagi*). Kapag ang isang lindol sa Kodiak ay sapat na malakas upang manatiling nakatayo o nagtatagal nang higit sa 15 segundo ay isang awtomatikong tsunami warning upang umalis sa mga mababang lugar kapag humintô na ang pagyanig.
- **Maghanda para sa mga aftershock.** Kahit na ang karamihan ay mas mahina sa pangunahing lindol, ang ilang mga aftershock ay maaaring sapat na malakas upang magdulot ng karagdagang sira. Huwag pumasok sa mga malubhang nasirang gusali dahil maaari silang bumagsak dahil sa mga aftershock.
- **Tingnan kung may nasaktan.** Huwag icalaw ang mga taong malubhang nasaktan maliban kung sila'y maaaring magkaroon ng karagdagang pinsala.

### **Alamat ng Lindol sa Koniag:**

Ang isang shaman, na namatayan ng anak na lalaki, ay sobrang lungkot. Sinabi niya sa mundo na yumanig at ang mundo ay lumindol.

- **Makinig sa iyong radyo o telebisyon** para sa mga pinakabagong emergency bulletin at mga tagubilin mula sa mga lokal na awtoridad.
- **Itsek ang mga utility line.** Ang pagyugyog ay maaaring pumutol o sumira sa gas, electric, heating fuel, o water lines. Huwag hipuin ang mga nahulog na kable ng kuryente o mga bagay na nakadikit sa mga nahulog na kable. Patayin ang mga main switch at mga valve kung sila'y sira o hindi konektado. Kung nakakaamoy ka ng gas, patayin ang main valve, buksan ang lahat ng mga bintana, at lumabas kaagad sa gusali at ireport ang mga leakage (tumatulo) sa mga awtoridad. Huwag pumasok muli sa gusali hangga't sinabi ng utility official na ligtas na.
- **Tingnan kung may sira ang mga chimney.** Ang mga hindi napansing bitak ay maaaring magdulot ng sunog. Mag-ingat kapag lumalapit sa mga chimney dahil maaari silang bumagsak o mag-collapse.
- **Linisin** kaagad ang mga tumapong gamot at iba pang mga bagay na maaaring makapinsala.
- **Tingnan ang mga pagkain** sa iyong refrigerator upang malaman kung sira na sila kung namatay ang kuryente. Huwag kumain o uminom mula sa mga bukas na lalagyan malapit sa mga nabasag na bagay.

### **Pagkatapos ng Lindol – Alagaan ang pangkaisipang kalusugan mo at ng iyong pamilya**

Ang pangunahing inaala ng karamihan sa atin pagkatapos ng isang lindol ay ang pangangalaga at kaligtasan ng ating mga kapamilya. Upang pagaanin ang alalahaning ito, magkaroon ng emergency plan para sa pamilya. (*Tingnan ang **Komprehensibong Plano Para sa Pamilya**, pahina 30*)

Sa mga araw at mga linggo pagkatapos ng isang lindol, maaari ka at ang iyong pamilya makaranas ng iba't-ibang mga reaksyon. Gamitin ang mga sumusunod na mungkahi upang tulungan ka at ang iyong pamilya na makaligtas mula sa karanasang ito:

- Kausapin ang ibang mga tao tungkol sa iyong mga karanasan, mga reaksyon, mga nararamdaman, atbp.
- Mag-relaks lang – huwag pilitin ang iyong sarili.

- Magplano ng karagdagang panahon upang gawin ang mga karaniwang gawain.
- Alamin na maaaring adrenalín ang nagpapatakbo sa iyong katawan.
- Magpahinga – magplano na makatulog nang matagal nang walang istorbo.
- Tingnan kung ang iyong kakayahang magpasiya ay naapektohan at sabihin sa iba na sabihin sa iyo kung paano mo kinakaya ang nangyayari.
- Hayaan ang iba na kumilos – hindi lamang ikaw ang taong may pananagutan.
- Pag-usapan ang iyong kasalukuyang plano sa emergency kasama ng ibang mga taong mahalaga sa iyo at maghanda para sa mga darating na krisis.
- Tandaan na kumain nang “tama”. Kumain nang kaunti bawat beses; ang mga pagkain ay dapat may protina at carbohydrates at uminom nang marami. Iwasan ang junk food, labis na asukal, alak at caffeine.
- Mag-ehersisyo.
- Tanggapin ang anumang mga nararamdaman mo at ng iyong mga minamahal sa buhay. Kung mas maigi sa iyo o sa iyong anak na matulog nang may flashlight, maglagay ng flashlight malapit sa iyong kama.
- Tandaan na hindi pare-pareho ang mga nararamdaman ng mga tao, kaya ang mga reaksyon o nararamdaman ng iba ay maaaring hindi pareho ng sa iyo.

**Tandaan:** Kung ikaw ay lumahok sa mga gawain pagkatapos ng lindol, maaaring ma-delay ang iyong mga reaksyon hanggang bumagal ang iyong activity level.

### Ang Sampung Pangunahing Lindol sa Mundo, 1904-2001:

1. Chile, 1960, Mw 9.5
2. Alaska, 1964, Mw 9.2
3. Alaska, 1957, Mw 9.1
4. Kamchatka, 1952, Mw 9.0
5. Ecuador, 1906, Mw 8.8
6. Alaska, 1965, Mw 8.7
7. India-China Border, 1950, Mw 8.6
8. Kamchatka, 1923, Mw 8.5
9. Indonesia, 1938, Mw 8.5
10. Kuril Islands, 1963, Mw 8.5

### MGA TSUNAMI (MGA TIDAL WAVE)

Ang mga tsunami (*soo-nah-mee*), na tinatawag ding “tidal waves”, ay maaaring mangyari kapag may malalakas na lindol sa dagat o mga submarine landslide sa isang lugar. Ang pinakamalubhang banta ng mga tsunami sa Kodiak ay mula sa geologic disturbances sa mga dagat ng Alaska Pacific.

Noong 1946, ang isang malakas na lindol na ang sentro ay nasa eastern Aleutian Islands ay nagdulot ng isang tsunami na sumira sa malapit na Scotch Cap lighthouse sa Unimak Island. Ang alon ay halos 100 feet ang taas.

May katulad na alon mula sa isang malakas na lokal na lindol sa may tabing-dagat ng Kodiak ang maaaring tumira sa ating baybaying-dagat nang may mas kaunting warning kaysa sa mga tsunami mula sa ibang mga rehiyon sa Pacific. Ang mga lokal na tsunami ay maaaring makarating onshore ilang mga minuto pagkatapos ng isang malakas na lindol at hindi maaaring mapansin ng Pacific Tsunami Warning System. Ang malakas na pagyugyog, na nagtatagal ng 15 segundo o higit pa, ay maaaring maging ang kaisa-isang warning para sa uri ng tsunami na ito.

Kung ikaw ay nasa tabing-dagat at malapit sa sentro ng lindol na nagdulot ng isang tsunami, lumipat sa mas mataas na lugar na malayô sa tabing-dagat. Huwag maghintay ng isang opisyal na warning dahil hindi magkakaroon ng panahon upang mag-broadcast bago dumating ang alon sa tabing-dagat.

Ang mga tsunami ay karaniwang may maraming alon na dumarating sa coastline sa intervals ng hanggang isang oras na magkakalayo. Noong 1964, mga isang dosenang alon ang nakarating sa Kodiak sa higit na 12 oras pagkatapos ng malakas na lindol. Huwag bumalik sa mga mababang lugar sa tabing-dagat hanggang inanunsiyo ng mga opisyal na “All Clear” na o hanggang ang tide action ay bumalik na sa normal nang kahit man lamang ilang oras.

### Mga Tsunami Warning Signal Kodial Road System, Chiniak at US Coast Guard Base

#### Symbol caption:

Makikita mo ang sign na ito sa mga mababang lugar na walang kalaban-laban sa pagdating ng alon ng tsunami

hapon, upang siguraduhing gumaganap ang mga siren.

- ◀ **Tsunami Warning Signal** – Pinaaan police dispatcher ang tsunami warnin (isang pataas-pababang tono na nagta minutong paulit-ulit na panahon) kap

- ◀ **Tsunami Test Signal** – Pinaaandar ng isang Kodiak police dispatcher ang isang tsunami test signal (isang pataas-pababang tono na nagtatagal ng 30 segundo) bawat Miyerkoles

**Symbol caption:** Makikita mo ang mga sign na ito sa mga kalye na palayô sa mga mababang lugar at papunta sa mga mataas na lugar.



broadcast ang National Warning System ng isang tsunami warning para sa rehiyon ng Kodiak. Iniuutos din ng Emergency Services Director sa dispatcher, gamit ang mga itinatang na kriteriya, na paandar ang tsunami warning signal kung ang isang lindol sa paligid ay sapat na malakas o malapit upang magkaroon ng tsunami.

- **Kung tumunog ang isang tsunami, magpunta kaagad sa mas mataas na lugar na malayô sa tabing-dagat.**
- ***Kung nahihirapan kang manatiling nakatayô kapag may lindol, o kung ang lindol ay nagtagal ng 15 segundo o mas matagal, maaaring ito ang magiging kaisa-isang warning mo – magpunta kaagad sa mas mataas na lugar. Huwag maghintay para sa isang tsunami signal upang mag-evacuate.***

### **Mga Village sa Kodiak**

- **Tsunami Warning Signal** – Ang lahat ng anim na villages sa Kodiak Island Archipelago ay may mga tsunami warning signal. Kung may panahon, sasabihin ng Alaska State Troopers sa lahat ng mga village na paandar ang mga sirena. **Kung tumunog ang isang tsunami warning signal, magpunta kaagad sa mas mataas na lugar na malayô sa tabing-dagat.**
- ***Kung nahihirapan kang manatiling nakatayô kapag may lindol, o kung ang lindol ay nagtagal ng 15 segundo o mas matagal, maaaring ito ang magiging kaisa-isang warning mo. Magpunta kaagad sa mas mataas na lugar. Huwag maghintay para sa isang tsunami signal upang mag-evacuate.***
- **“All Clear” na Anunsyo** – Hindi nagpapaandar ng “All Clear” signal ang Kodiak Area Emergency Warning System. Makinig sa itinakdang istasyon ng emergency radio o TV o mga marine radio channel para sa “All Clear” na anunsiyo.

***Huwag bumalik sa mga mabababang tabing-dagat na lugar hanggang ang normal na galaw ng alon ay bumalik na nang ilang mga oras.***

***Kapag nakarinig ka ng sirena ng tsunami o nakaramdam ka ng malakas na lindol na nagtatagal ng higit sa 15 segundo o sapat na malakas upang manatiling nakatayô, dapat mong isipin na padating na ang isang tsunami at magpunta kaagad sa mataas na lugar. Aasahan ng iyong mga local emergency services na organisasyon, ng pulis, ng mga bombero, ng harbor master, at ng ibang mga kalahok sa tsunami warning system na susundin mo ang kanilang mga inuutos. Ipinakita ng kasaysayan na ang mga nagwalang bahala sa mga tsunami signal o hindi sumunod sa payô ng mga opisyal ay namatay. Kung matatandaan mo ang mga sumusunod na katotohanan at nakipagtulungan ka sa mga opisyal ng emergency service, matutulungan mo nang mas maigi ang iyong sarili at ang komunidad na makaligtas sa mga epekto ng isang tsunami:***

- **Ang isang lindol sa Kodiak na sapat na malakas upang mahirapang tumayô o na nagtatagal nang higit sa 15 segundo ay isang natural na warning ng posibleng magkakaroon kaagad ng panganib. Manatiling kalmado at lumipat sa mas mataas na lugar palayo sa tabing-dagat.**
- Hindi lahat ng mga lindol ay nagdudulot ng mga tsunami, pero karamihan ay nagdudulot nito. Kapag narinig mo na may nangyaring lindol sa dagat o mga rehiyon sa tabing-dagat, maghanda para sa isang tsunami emergency. Huwag manatili sa mga mababang tabing-dagat pagkatapos ng isang lindol sa lugar.
- Makinig sa iyong istasyon ng radyo o telebisyon kapag may tsunami emergency. Ang mga bulletin na inisyu sa pamamagitan ng mga emergency agency at ng mga tanggapan ng National Weather Service ay makakasagip sa iyong buhay.
- Ang tsunami ay hindi iisang alon, ngunit mga sunud-sunod na alon. Lumayô sa mga mapanganib na lugar hanggang nag-isyu ang mga opisyal doon ng isang “All Clear” na paunawa.
- Ang isang napapansing pagtaas o pagbaba ng tubig sa tabing-dagat ay maaaring nangangahulugang magkakaroon ng tsunami. Ito ay isang natural na tsunami warning at dapat kang magpunta sa mas mataas na lugar oras na may napansin kang hindi karaniwang pagbabago sa taas ng tide.
- Ang isang maliit na tsunami sa isang beach ay maaaring isang malaking alon sa ibang lugar na ilang milya ang layo. Huwag mawalan ng galang para sa lahat ng tsunami dahil lamang sa katamtamang kalakihan ng isang alon.
- Hindi pare-pareho ang laki ng mga alon ng tsunami sa mga sunud-sunod na alon.

#### **Symbol caption:**

Makikita mo ang sign na ito sa mataas o inland na lugar na hindi maaabot ng tsunami

***Bago Magkaroon ng isang Tsunami – Rebyuhin ang mga Patakaran sa Kaligtasan***

Karaniwang mas maliit talaga ang mga nauunang alon kaysa sa mga darating na alon.

- **Huwag magpunta sa beach upang panoorin ang dumarating na tsunami. Kapag nakikita mo ang alon, masyado kang malapit upang makaalis.**
- Ang Tsunami Warning System ay hindi nag-iisyu ng mga false alarm. Kapag may warning na inisyu para sa buong karagatan, mayroong tsunami. Kapag may warning na inisyu para sa rehiyon, mayroon sigurong tsunami.
- Ang lahat ng mga tsunami—tulad ng mga hurricane—ay maaaring delikado kahit na hindi nila masisira ang bawat coastline na matatamaan nila.
- Ang mga tsunami ay basta darating sa bawat coastline sa Pacific. Ang mga warning ay umaaplay sa iyo kung ikaw ay nakatira sa anumang coastal area ng Pacific.

**Maliban kung may ibang napagpasiyahan ang mga emergency coordination officials, ang mga lugar na maaaring maging delikado para sa mga tsunami na nangyayari doon ay mga lugar na wala pang 100 feet above sea level at sa loob ng isang milya mula sa tabing-dagat. Ang mga lugar na maaaring maging delikado para sa mga tsunami mula sa malalayong mga rehiyon ay mga lugar na wala pang 50 feet above sea level at nasa loob ng isang milya ng tabing-dagat.**

**Kapag Nangyayari ang isang Tsunami—Magpunta sa mga Lugar, Shelter o Mas Mataas na Lugar**

**Paunawa:** Kapag may evacuation, dapat manatili ang mga estudyante sa pampublikong paaralan sa kanilang mga silid-aralan kasama ng mga guro at iba pang mga tauhan ng paaralan na tinuruan sa mga pamamaraan para sa paghahanda sa emergency. Ang mga paaralan ng Kodiak ay bahagi ng pangkalahatang plano ng pamamahala ng shelter para sa komunidad.

**Symbol caption:** Makikita mo ang sign na ito sa mga gusali na nagsisilbi bilang official tsunami shelters para sa mga taong hindi maaaring manatili sa tahanan dahil sa isang darating na tsunami o dahil ang tahanan ay nasira.

**Symbol caption:**

Hindi ka dapat lumampas sa sign na ito kapag may lindol o may babalâ ng tsunami

Ang mga paaralan ay itinatakang mga community shelter sa pakikipagtulungan ng American Red Cross kung sakaling

*hindi maaaring tirahan ang residential housing. Ang Kodiak High School ay may limitadong portable emergency power at maaari nitong bigyan ng kuryente ang populasyon ng Kodiak nang 72 oras.*

- **Lungsod ng Kodiak**— Ang Kodiak High School ay ang tsunami evacuation center para sa mga taong umaalis ng mga mabababang lugar na wala pang 100 feet above sea level. Ang paaralan ay nagsisilbi rin bilang isang shelter kung ang iyong bahay ay hindi maaaring tirahan.
- **Women’s Bay Area/Bell’s Flats Area**— Ang mga naninirahan na nasa mga mababang lugar ay dapat magpunta sa mataas na lugar sa likod ng Bell’s Flats. Ang Women’s Bay Fire Hall ay ang tsunami shelter site kung ang iyong bahay ay hindi maaaring tirahan.
- **U.S. Coast Guard Base**—Ang mga tauhan na nasa mga mababang lugar ay dapat magpunta sa mga itinakdang mataas na lugar.
- **Monashka Bay/Bayside Fire District Area**—Ang mga residente na nasa mga mababang lugar ay dapat magpunta sa mga mataas na lugar. Ang North Star Elementary School ay ang tsunami shelter site kung ang iyong bahay ay hindi maaaring tirahan.
- **Mga Village ng Kodiak**— Ang mga naninirahan ay dapat magpunta kaagad sa mas mataas na lugar. Ang mga paaralan sa village ay magsisilbi bilang mga pangmatagalang shelter kapag ang iyong bahay ay hindi maaaring tirahan pagkatapos nawala ang panganib na magkaroon ng mga tsunami at ang level ng tubig ay bumabâ na. Ang mga tsunami shelter sa village:

- Akhiok Tsunami Shelter
- Chiniak School or Chiniak Tsunami Shelter
- Karluk Community Building
- Larsen Bay Tsunami Shelter
- Old Harbor Clinic
- Ouzinkie Tsunami Shelter
- Port Lions School

**Kapag may Evacuation ng Bapor Dahil sa Tsunami — Tingnan muna ang mga panganib bago magpunta sa malalim na tubig**

*Sa mga tubig na kasing lalim ng 100 fathoms, ang mga alon ng tsunami ay hindi delikado. Gayunman, dapat siguraduhin ng mga may-ari ng bapor na makarating sila sa tubig na 100 fathoms ang lalim bago dumating ang tsunami. Maglaan ng sapat na panahon bago magkaroon ng tsunami kapag nagplaplano sa gagawin mo sa iyong bapor.*

### **Sa Port**

Sa malalim na tubig na mas malalim sa 100 fathoms, ang mga alon ng tsunami ay hindi delikado. Pero sa mababaw na tubig, maaari silang makasira nang husto. Ang mga bapor na nakatigil sa port o sa Near Island o Woody Island channels ay hindi ligtas dahil may mga sobrang lakas na current kahit na maliit lamang ang alon ng tsunami. Napakadelikado ang subukang sagipin ang isang bapor sa port o sa mababaw na tubig.

Kung may inisyu na tsunami warning at ang mga naninirahan ay pinaaalalis sa mga mababang tabing-dagat na lugar, dapat mong isaalang-alang nang husto ang kondisyon ng panahon, kung ang iyong bapor ay makakaahon, ang tinantiyang oras ng pagdating ng tsunami, at ang panahon na kakailanganin mo at hirap ng pag-urong sa iyong bapor bago magsimula.

### **Sa Dagat**

Kung ang iyong bapor ay nasa mababaw na tubig kung saan maaaring magkaroon ng malalakas na currents at mga alon, dapat kang magpunta sa malalim na tubig na **100 fathoms o higit pa**. Ang panahon ng galaw ng alon ng tsunami ay maaaring magtagal ng ilang mga oras. Manatili sa malalim na tubig hanggang ang lahat ng matinding alon o tide ay humintô na nang ilang mga oras man lamang at ang mga opisyal ay nag-isyu ng “All Clear” na anunsyo bago bumalik sa port. Makinig sa mga bulletin mula sa U.S. Coast Guard sa Single Side Band Radio Channel 2182 o VHF Channel 16 at mula sa Kodiak Harbormaster sa VHF Radio Channel 12.

### **Old Harbor, Biyernes Santo 1964:**

Habang kinokolekta ng mga naninirahan sa Old Harbor ang supplies na dadalhin sa maliit na bundok sa likod ng village, nakita nilang lumalayô ang tubig sa look nang mas malayô kaysa dati.

### **MGA BULKAN/ PAG-ULAN NG ABO**

*Ang mga bulkan ay mga pagsabog mula sa loob ng mundo, at ito’y maaaring magdulot ng lava flow o mga pagsabog na nagbubuga ng bato, mga gas, abo at iba pang debris. Talagang malamang na mararanasan ng mga naninirahan sa Kodiak ang mga epekto ng isang pagsabog ng bulkan. Ang Kodiak ay katabi ng kilalang “Pacific Ring of Fire,” mga bulkan na paikot sa Pacific Ocean. Sa rehiyon ng Kodiak, ang “Ring of Fire” ay nagsisimula sa Kenai Peninsula, sa norte ng Kodiak Island Archipelago, at sa tabi ng Alaska Peninsula at Aleutian Chain.*

*Simula noong 1700, 41 bulkan ang pinakakaunting dami na pumutok sa Alaska, at ang ilan dito ay pumutok ng kasing dami ng 25 beses. Ang Alaska Peninsula, Kenai Peninsula, Cook Inlet at mga rehiyon ng Kodiak Island ay ang mga lugar na pinaka-malamang na matatakpan ng abo ng bulkan. Ang mga panganiib na hinaharap ng Kodiak ay pinaka-nanggagaling sa mga sekondaryang resulta, tulad ng mga ulap ng abo, gases, corrosive rain at mga may kaugnayang lindol at mga tsunami. Halimbawa, noong 1912, dahil sa pagputok ng bulkan sa Katmai/Novarupta sa Alaska Peninsula, natakpan ng ubo ang karamihan ng rehiyon ng Kodiak.*

*Ang abo ng bulkan ay pulbos na bato mula sa isang pagputok ng bulkan. Ang bagong abo ng bulkan ay maaaring matapang, acidic, magaspang, at amoy sulfur. Ang makinis na abo ay napakadulas, at maaaring gawin nitong delikado ang pagmamaneho at paglalakad. Ang malakas na pag-ulan ng abo ay maaaring magpadilim sa sikat ng araw, makabara ng mga daanan ng tubig, sewer plants at makasira ng makinarya. Dahil sa makapal na abo mula sa pagputok ng bulkan sa Katmai/Novarupta noong 1912, natakpan ang araw nang tatlong araw sa Kodiak at binarahan nito ang mga maliliit na ilog at pinatay nito ang mga pananim.*

### **Bago Umulan ng Abo – Maghanda**

*Bukod pa sa isang first aid kit at survival equipment, dapat ay mayroon ka nito:*

- Aprobadong dust/mist respirators para sa mga kapamilya sa iyong home disaster kit.
- Dust/mist respirators para sa iyong pamilya sa iyong disaster kit sa sasakyan.
- Prescription glasses (salamín) bilang kapalit ng contact lenses.
- Karagdagang air filters para sa iyong mga sasakyan.
- Karagdagang windshield washer fluid para sa iyong sasakyan.
- Karagdagang pares ng windshield wiper blades para sa iyong mga sasakyan.

- Malalaking plastic bag upang

### **Alamat ng bulkan ng**

**Koniag:** Ito’y umuusok kapag nagluluto o nagpapainit ng tubig na pampaligo ang mga higitang lalaking nakatira sa loob ng bulkan.

protektahan ang iyong mga gamit sa opisina.

## Habang Umuulan ng Abo — Huwag Lumabas

- Manatili sa loob, kung maaari
- Huwag magmaneho kung hindi talagang kinakailangan
- Magsuot ng mga respirator kapag nasa labas.
- Panatilihin nasa loob ang mga bata.
- Iwanan ang mga mas malaking bata sa paaralan, maliban kung sinabi ng mga opisyal sa paaralan na sunduin mo sila.
- Panatilihin sa loob ang mga alagang hayop.
- Magdala ng malinis na tubig sa ibang hayop sa pinakamadaling panahon.
- Huwag magpagod upang bawasan ang paglanghap sa abo.
- Isara ang mga pintuan, mga bintana at dampers.
- Huwag magsunog sa wood stoves o fireplaces.
- Takpan ang mga pinanggagalingan ng draft (hangin sa labas).
- Huwag paandarin ang mga exhaust fan o clothes dryer.
- Magmaneho nang dahan-dahan at sundan nang malayô ang ibang mga sasakyan— madulas ang abo.
- Kapag nagmamaneho, gumamit ng washer liquid kapag gumagamit ng mga wiper—ang abo ay nakakagagas.
- Magmaneho nang may karagdagang air filter at palitan ang

### Gumamit ng Karagdagang Proteksyon:

Ang abo ng bulkan ay isang malaking panganib sa kalusugan ng mga sanggol, mga maliliit na bata, mga matatanda, at mga taong may mga problema sa respiratoryo.

kagamitan, mga carpet, atbp., dahil ang abo ay makakagagas.

- filter kapag namatay ang iyong sasakyan.
- Takpan at huwag paandarin ang mga stereo at ibang sensitibo at hindi kinakailangang kagamitan, kabilang ang mga computer, mga copier at mga fax machine.
- Itago ang computer disks at CDs sa nakasarang bag o mga lalagyan.
- I-vacuum sa halip na punasan ang abo mula sa mga

kanilang mga ulo ng basang tuwaliya upang protektahan ang kanilang mga mata at mga lalamunan mula sa matapang na abo na masakit sa mata.

- Gamitan ng iskoba, pagpagin at ibabad muna ang labada. Gumamit ng karagdagang tubig at detergent, pero hindi sabon, dahil ito’y mamumuo.

## Pagkatapos ng Pag-ulan ng Abo— Kumilos nang Maingat

- Magsuot ng respirator habang nagtatanggal ng abo.
- Magsuot ng goggles para protektahan ang mga mata.
- Walisin o gamitan ng pala ang mabibigat na naipong abo mula sa patag o pababang mga bubong at mga gutter (alulod) ng ulan, dahil maaaring makasira sa istruktura ang bigat ng abo.
- Putulin ang damo kapag basâ at ilagay sa bag ang mga pinutol na damo upang bawasan ang alikabok.
- Limitahan ang mga paglalaro sa labas ng mga bata at alagang-hayop hanggang wala nang alikabok ng abo.
- Palitan ang oil at oil filter sa iyong mga sasakyan.
- Palitan ang air filters sa iyong mga sasakyan at ang air filter sa iyong home furnace.
- Hugasan nang husto ang iyong mga sasakyan gamit ang tubig upang tanggalin ang lahat ng abo.
- Tanggalin ang mga nagbibigay-proteksyon na takip mula sa kagamitan sa opisina kapag lamang natanggal na ang lahat ng abo.

## MGA LANDSLIDE

**Kodiak, 1912:** Makapal ang abo sa hangin sa Kodiak pagkatapos ng pagputok ng bulkan sa Katmai noong ika-6 ng Hunyo 1912. Halos hindi makita ang mga ilaw sa bahay na 15 talampakan ang layô. Pinaluputan ng mga residente ang

*Ang mga landslide—mga naipon na bumabagsak na putik o mga bato— ay karaniwan sa rehiyon*

*ng Kodiak. Ang mga madalas na lindol, mga siklo ng nagyeyelo at nakakatunaw na mga temperatura, mga malakas na ulan at matarik na topograpiya ay nagbibigay-daan sa mga panganib ng landslide, lalo na sa mga tabing-dagat na kalye at mga lugar na tirahan na nasa tabi ng bundok. Ang mga landslide, lalo na sa mga lugar malapit sa Rezanof Drive at Chiniak Highway, ay maaaring humadlang sa mga daan, makasira sa mga sasakyan at makapagbagsak ng power lines.*

*Noong 1991, ang isang landslide sa isang lugar na tirahan sa Pillar Mountain ay nagdulot ng evacuation ng 50 tahanan at 150 tao. Kamakailan-lamang, may mga mas maliit na landslide ang nagsara sa mga daan, at walang madaraan mula downtown Kodiak papunta sa airport ng estado, sa Coast Guard base, sa Women's Bay/Bell's Flats na lugar at sa ibang lugar.*

### **Kapag May Nangyaring Landslide – Makinig**

- Kung magkaroon ng landslide sa iyong kapitbahayan, umalis kaagad sa iyong tahanan o lugar ng trabaho.
- Tumawag sa 911 upang sabihin sa mga tauhan ng emergency service na nagka-landslide, o anumang mga pinsala o maaaring maging panganib.
- Makinig sa mga istasyon ng radyo o TV sa iyong lugar para sa impormasyon.
- Sundin ang mga utos at payo ng tauhan ng emergency service.

**Pillar Mountain landslide, Halloween 1991:** “Ako’y nagsusulat sa aking computer nang may narinig akong malakas na ugong mula sa tabi ng bundok kung saan naroon ang aming tahanan. Mula sa malalim at malakas na ugong, naisip ko na ito na ang pinakamalaking lindol na naramdaman ko. Noong tiningnan ko ang bahay, nakita ko na nahulog ang dingding ng silid-tulugan ng aking anak na babae at ang kuwarto ay puno ng putik. Tinawagan ko ang 911.” Susan Jeffrey

*Ang mga delikadong lumabas na kimikal o materyales o mga tumapon ay nangyayari sa lugar kung saan nakatago ang mga kimikal—ammonia, chlorine, mga fertilizier, acid, crude oil, diesel, gasolina, propane, home heating fuel at jet fuel—para gamitin at ibenta nang retail, o kaya sa pagpapadala at pag-transport nito gamit ang mga bapor, trak, at mga eroplano.*

*Ang tumapong langis mula sa Exxon Valdez noong 1989, na nagbigay-kontaminasyon sa daan-daang milya sa kapaligiran ng dagat ng Southcentral Alaska, ay isang kamakailan-lamang na halimbawa ng pagkasira at istorbo na maaaring mangyari kapag mali ang paghawak sa mga delikadong materyales. Ang mga delikadong tumapon at lumabas na kimikal ay maaari ring mangyari kaugnay ng mga natural na kalamidad tulad ng mga lindol at mga landslide.*

*Pero ang chlorine at ammonia, ang mga pinakadelikadong kimikal na ginagamit at trina-transport sa Kodiak, ay ang pinakamalaking panganib sa buhay at kalusugan kung ito’y hindi sinasadyang nailabas sa hangin.*

Ang **Ammonia gas** ay ginagamit sa mga planta sa pagproseso ng isda sa Kodiak para sa refrigeration. Kung ito’y lumabas sa hangin, maaari itong talagang maka-irita sa mga mata, mga daanan ng hangin at balat. Kung ito’y nalanghap, maaaring humintô kang huminga at mamatay.

Ang **chlorine chlorine** ay berde at dilaw na gas na may malakas na amoy na nakakapagpahirap sa paghinga. Ito’y pumuputok kapag nahalo sa ibang mga karaniwang kimikal. Ang madikit sa chlorine ay nagdudulot ng pagkasunog ng balat at mga mata. Kapag nalanghap, ang nakakalasang gas ay maaaring makamatay.

### **Signal para sa Lumabas na Delikadong Kimikal sa Hangin**

Ang signal para sa lumabas sa hangin na delikadong kimikal ay isang malakas na air horn signal na parang “busy signal” ng telepono.” Kung ito’y tumunog nang higit sa 2 minuto, maghanap ng shelter sa loob.

### **Shelter-in-Place**

Ang Shelter-in-Place ay isang programa ng personal na proteksyon na ginagamit ng Kodiak Emergency Services Organization at ng Kodiak Island Borough School District, na gumagawa ng isang plano na masusundan ng mga naninirahan at mga estudyante kung sakaling may kimikal na lumabas sa hangin.

## **MGA DELIKADONG PAGLABAS NG KIMIKAL**

**Mahirap unahan ang maaaring mabilis na pagkalat ng isang kimikal na produkto na kumakalat sa hangin. Maprotektahan ka at**

***ang iyong pamilya kapag mabilis mong sinunod ang mga pamamaraan ng Shelter-in-Place:***

1. Pumasok kaagad sa loob.
2. Isara ang lahat ng mga pintô at mga bintana.
3. Pumasok sa isang mas maliit na nasa loob na kuwarto ng bahay o gusali.
4. Patayin ang lahat ng ventilation system na nagpapasok o naglalabas o nag-iikot ng hangin sa gusali.
5. Isara ang lahat ng mga bintana, mga pintô, heating vents at ang mga katulad nito gamit ang plastic sheeting at gamitan ito ng duct tape.
6. Makinig sa mga broadcast ng emergency radio o TV upang makinig sa karagdagang tagubilin tungkol sa kimikal na emergency.

***Gumagana ba talaga ang Shelter-in-Place?***

**Oo.** Noong Gulf War noong 1992, ginamit ng mga mamamayan sa Israel ang mga technique ng Shelter-in-Place upang protektahan ang kanilang mga sarili sa banta ng kimikal na sandata. Ang mga bahay sa Alaska ay lalo nang maigi para sa Shelter-in-Place dahil ang karamihan ay itinayô nang maigi at mahusay ang insulasyon para sa proteksyon sa malamig na panahon. Ang mga technique ay madali at mabilis na magagawa kaya ang iyong dati nang piniling kuwarto ay maaaring isara laban sa isang kimikal na emergency.

***Bakit hindi mag-evacuate?***

Ang Shelter-in-Place ay makakaprotekta sa iyo mula sa mga matataas na antas ng ammonia at chlorine hanggang ikinalat ng hangin ang mga kimikal. Ang evacuation ay maaaring maging opsyon, pero karaniwan ay masyado itong matagal. At dahil limitado ang sistema ng mga daan sa Kodiak, ang mga madadaan para sa evacuation ay mabilis na mapupuno ng mga sasakyan, at maaari nitong dagdagan ang iyong pagkakataong malantad sa kimikal sa hangin. Kung ang paglabas ng kimikal sa hangin ay kasunod ng isang natural na kalamidad, tulad ng isang lindol o tsunami, maaari ring nahadlangan ang mga daanan para sa evacuation. Magpapasiya ang mga lokal na opisyal sa emergency kung dapat mag-evacuate ang mga naninirahan o dapat gumamit ng Shelter-in-Place.

Ang mga guro, administrador at tauhang nagbibigay-suporta sa Kodiak Island Borough School District ay tinuruan sa mga pamamaraan sa Shelter-in-Place. Ang mga ito ay idinisenyo upang siguraduhin na ang iyong mga anak ay magiging ligtas kapag may kimikal na emergency. Natural na gusto mong ilabas ang iyong mga anak sa paaralan, pero maaari mong ilantad ang iyong sarili at ang iyong mga anak sa panganib kapag ginawa mo ito. Kausapin ang mga opisyal sa paaralan upang siguraduhin na ang mga pamamaraan para sa Shelter-in-Place ay nasa lugar sa mga paaralan ng iyong anak.

***Kailan ka dapat mag-Shelter-in-Place?***

Kung narinig mo ang Hazardous Chemicals Release signal nang higit sa 2 minuto, pumasok at makinig sa iyong radio upang malaman kung ano ang dapat mong gawin. O kaya, kung ikaw ay nasa labas at may naamoy kang malakas na amoy, pumasok sa loob, tumawag sa 911 at simulan ang mga pamamaraan sa Shelter-in-Place habang nakikinig ka sa radyo o emergency TV station sa iyong lugar para sa impormasyon.

***Ano ang dapat mong gawin kung nakaamoy ka ng ammonia, chlorine o iba pang naiibang amoy?***

Lumayô sa pinanggagalingan sa pinakamabilis na panahon at pagkatapos ay tumawag sa 911 upang iulat ang kimikal na emergency.

***Ano ang dapat mong gawin kung ikaw ay nasa isang sasakyan kapag may lumabas na kimikal sa hangin?***

Lumayô mula sa direksyon ng pagkilos ng paglabas nito sa hangin. Kung ito'y hindi posible, manatili sa sasakyan at isara ang lahat ng mga bintana, fresh air vents, heating at air conditioning systems. Makinig sa mga istasyon ng radyo sa iyong lugar para sa mga anunsyo na may kinalaman sa kimikal na panganib.

***Protektado ba ang mga bata sa paaralan?***

## MGA TUMAPONG PETROLYO

*Dahil sa tumapong langis mula sa Exxon Valdez noong 1989, maraming natutunan ang Kodiak tungkol sa proteksyon laban sa tumapong langis, paghahanda, at pag-iwas.*

*Nakipagtulungan ang mga miyembro ng komunidad sa mga lokal at estadong opisyal at mga kinatawan ng industriya ng langis simula ng kalamidad noong 1989 upang pahasayin ang mga gawi sa oil-shipping at handling.*

*Ang Kodiak, isa sa tatlong pinakamalaking fishing port sa West Coast bawat taon, ay nakakaranas din ng mga aksidente ng produkto ng petrolyo mula sa pagtapon ng gas, diesel fuel at jet fuel sa kanyang waterfront na dinaraan ng marami. Mas mahusay na ngayon ang mga plano sa paglinis. Dahil sa tumapon mula sa Exxon Valdez at pinalawak upang isali ang lahat ng mga aksidente ng produkto ng petrolyo sa buong Kodiak archipelago, nagdibelop ang Department of Environmental Conservation, ang U.S. Coast Guard, at ang Kodiak Island Borough ng detalyadong pagtugon sa tumapong petrolyo at mga istrategiya ng proteksyon para sa mga sensitibong heyograpikong lugar.*

*Kabilang sa mga ispesipikong plano sa pagtugon at kagamitan sa proteksyon ang boom at sorbent pads, na ngayon ay nasa mga istrategikong lugar sa bayan, sa villages, at sa ibang mga lugar na sensitibo dahil sa lugar sa buong rehiyon ng Kodiak. Ang Kodiak ay nagplaplano na para sa kinabukasan at handa nang tumugon nang mabilis sa anumang tumapong produkto ng petrolyo sa lupa o sa tubig sa rehiyon ng Kodiak.*

*Pero ang mga plano sa paglilinis, gaano man kahusay, ay dependa pa rin sa pagbabantay ng mga indibidwal tulad mo upang ito'y mapakinabangan. Sundin ang mga pangkalahatang patnubay sa ibaba upang tulungang protektahan at preserbahin ang malinis na tubig at mga kagubatang lugar ng Kodiak:*

- **Kung may naamoy kang fuel o may nakikita kang makintab o emulsion** (parang may bula mula sa paghalo ng langis sa tubig) mula sa tumapong gas, heating fuel o diesel, patayin kaagad ang lahat ng maaaring masunog.
- **Gumamit ng isang sorbent pad** kaagad upang punasan ang maliit na tumulo o tumapong produkto ng petrolyo upang maiwasan ang karagdagang kontaminasyon.

- Inaatasan ka ng batas ng estado na sabihin sa estado ang **anumang** dami ng tumapong produkto ng petrolyo. Tawagan kaagad ang isa sa mga ahensiya sa ibaba:

**Department of Environmental Conservation**  
(Anumang tumapon o lumabas sa hangin na kimikal)  
1-800-478-9300 (Mga oras ng trabaho)  
1-800-478-9300 (Mga gabi, Sabado't Linggo at mga piyesta opisyal)

**National Marine Safety Response Center**  
(Mga tumapon sa karagatan)... 1-800-424-8802 (24-oras na telepono)

**I.S. Coast Guard Marine Safety Detachment Center**  
(Mga tumapon sa karagatan)... 486-5918

## MGA PANGKALAHATANG TIP UPANG MAKALIGTAS SA KALAMIDAD

**Magkaroon ng plano para sa pamilya at isang disaster survival kit na madaling kunin at dalhin kung walang alternatibong shelter at ang iyong tahanan ay hindi maaaring tirahan pagkatapos ng isang natural o ginawa ng tao na kalamidad.**

**Komprehensibong Plano ng Pamilya**  
Kailangang pag-usapan ng mga pamilya ang ilang mga paksâ bago mangyari ang isang kalamidad.

- Pag-usapan kung aling mga lugar sa tahanan ang may pinakamalaking panganib kapag may kalamidad.
- Alamin kung aling mga lugar ng tahanan ang pinakaligtas.
- Alamin kung paano magkikita muli ang pamilya kung naghiwalay ito kapag may kalamidad.
- Alamin ang alternatibong madadaan kung ang mga regular na exit ay may hadlang.
- Alamin ang pinakamalapit na shelter sa iyong tahanan,

paaralan, trabaho o ibang mga lugar na madalas mong puntahan.

- Bigyan ang bawat kapamilya ng isang responsibilidad kapag may emergency at pagkatapos ay ipraktis ang iyong plano.

### **Karagdagang Ilaw**

*Huwag gumamit ng mga posporo, kandila, lampara o anumang ibang bukas na apoy hanggang natingnan mo kung may mga gas leak (tagas).*

- Maghanda ng mga flashlight at karagdagang bateriya sa tabi.
- Maghanda ng supplies para sa mga lampara – ang mga votive na kandila na inilagay sa walang lamang garapon ay magtatagal nang hanggang 15 oras.
- Maghanda ng supplies para sa “hindi kandila”— lumulutang na plastic disks, papel na wick at ang isang botelya ng salad oil ay magbibigay ng daan-daang oras ng ilaw.

### **Kagamitan sa Pagluluto**

Magtabi ng sapat na gas sa pagluluto na magtatagal ng isang linggo man lamang.

- Gumamit ng bukas na fireplace basta hindi nasira ang iyong chimney. Maaari kang gumamit ng firewood, coal o charcoal upang maghanda ng mga mainit na makakain.
- Magtabi ng karagdagang charcoal para sa barbecue, pero huwag kailanman gumamit ng charcoal sa loob ng tahanan nang walang ventilation.
- Magtabi ng waterproof na posporo sa isang saradong-saradong lalagyan.
- Magtabi ng fire starter pellets o “Sterno” logs para madaling magsimula ng apoy.

### **Mga Alternatibong Mapagkukunan ng Inuming Tubig**

Kapag may mga kalamidad, maaaring magkaroon ng breakdown sa pampublikong supply ng tubig. Ang mga tubo ng tubig ay kadalasang nabibiyak at sa gayon ay nakakapasok ang impure substances na makakarumi sa lokal na supply ng tubig. **Ang supply ng sariwang tubig ay maaaring maging iyong pinakamahalagang bagay para sa makaligtas.**

- Patayin kaagad ang iyong main water valve.

- Gamitin ang iyong hot water tank bilang alternatibong mapagkukunan ng tubig.
- Gamitin ang flush tank ng toilet, pero hindi ang tubig mula sa toilet bowl, para sa alternatibong mapagkukunan ng tubig basta ang tubig ay walang mga kulay asul o berdeng kimikal.
- Magtunaw ng ice cubes para makakuha ng tubig.
- Uminom ng mga likido mula sa mga de-latang prutas, gulay at iba pang de-latang pagkain.
- Huwag gaanong gumamit ng de-botelyang tubig.

***Huwag makipagsapalaran—walang tubig ang maaaring akalaing ligtas at ang lahat ng iniinom at panlutong tubig ay dapat i-purify. Huwag gamitin ang tubig na nakatago sa mga vinyl plastic na lalagyan, tulad ng mga waterbed, para inumin, dahil ang vinyl ay naglalabas ng mga delikadong kimikal sa itinagong tubig.***

### **Paano Mag-purify ng Tubig**

*Maghanda at mag-purify lamang ng sapat na tubig na magtatagal ng hanggang 48 oras upang bawasan ang pagkakataon ng muling pagka-kontamisyong.*

- **Gumamit ng purification tables,** na makukuha sa mga botika, at gamitin tulad ng iniutos.
- **Gumamit ng likidong household bleach.** Huwag gumamit ng dry bleach o granulated household bleach dahil sila’y nakakalason.

<u>Tubig</u>	<u>Bleach</u>
ang tubig)	(dobleng dami kung malabo
1 quart =>	2 patak
1 gallon =>	8 patak
5 galon =>	½ kutsarita

### **Gumamit ng iodine.**

<u>Tubig</u>	<u>Iodine</u>
ang tubig)	(dobleng dami kung malabo
1 quart =>	5 patak
1 gallon =>	20 patak
5 galon =>	2-½ kutsarita

***Haluin nang husto sa pamamagitan ng paghalo o pag-alog sa lalagyan. Hayaang mag-isa nang 30 minuto. Dapat ay may naaamoy kang kaunting chlorine. Kung hindi, ulitin ang nasa itaas***



**Grab-and-Go 72-Oras na Disaster Survival Kit:** Mag-impake ng isang backpack, waterproof sea bag o plastic na lalagyan ng basura na may takip at mag-pack ng anim na mga kinakailangan upang mabuhay nang mag-isa nang 72 oras: tubig, pagkain, first aid supplies, mahihigaan at emergency supplies. (*Tingnan ang pahina 37-40 para sa listahan ng supply.*)

*at hayaan ito nang mag-isa nang karagdagang 15 minuto bago gamitin.*

*Ang tinagong tubig ay maaaring magdibelop ng isang hindi kanais-nais na itsura, lasa o amoy, pero hindi nito ipinapahayag na ito’y hindi malinis. Kung ang itinagong tubig ay katuwa ang lasa pagkatapos buksan, kulang siguro ito ng hangin. Upang hanginan, ibuhos lamang ang tubig mula sa isang lalagyan patungo sa ibang lalagyan nang ilang beses.*

### **Ang Pag-sterilize sa Mga Lalagyan ng Tubig**

*Upang panatilihin ligtas ang inuming tubig mula sa kontaminasyon, itago ito sa mga lalagyan na na-sterilize. Ang mga plastic na gallon na lalagyan ng gatas na may ibabaw na pinipihit upang isara ay ang pinakamaigi. I-sterilize sa ganitong paraan:*

1. Hugasan ang mga lalagyan gamit ang may sabong tubig at banlawan nang maigi.
2. Punuin ang  $\frac{3}{4}$  ng mga lalagyan ng tubig at magdagdag ng  $\frac{3}{4}$  tasang liquid bleach.
3. Itaob upang i-sterilize ang stopper o takip.
4. Hayaang mag-isa ang may bleach na tubig nang 2 hanggang 3 minuto.
5. Iuhos ang may bleach na tubig, na maaaring gamitin nang ilang beses, sa susunod na lalagyan.
6. Punuin ang sterilized na lalagyan ng purified water at isara nang maigi ang takip.
7. Markahan ang lalagyan ng “Purified Drinking Water” at isulat ang petsa.

### **Pagtago ng Pagkain-Mga Patakaran ng Sentido Kumon**

*Ang mga nakatagong pagkain – kahit na mga de-latang pagkain – ay nawawalan ng sustansiya sa katagalan ng panahon. Hindi dapat magtago ng pagkain lampas ng petsa na nasa produkto. Ang magtago ng maraming (mag-imbak) pagkain lampas ng petsa ng produkto ay aksaya, kalokohan, at maramot.*

- Bumili nang akmâ at angkop.
- Pumili ng dalawa o tatlong magkakaibang lugar sa iyong lugar – basement, garahe, gusali sa labas – at iba’t-ibang laki ng mga lalagyan upang magtago ng pagkain dahil madalas mahirap maghanap ng lugar para dito.
- Huwag ilagay ang mga de-lata sa lupa upang maiwasan ang kalawang.
- Panatilihin nakasara nang husto ang mga metal o plastik na lalagyan upang hindi makain ng hayop at daga.
- Huwag gamitin ang mga lalagyan na dating nilagyan ng mga petrolyong produkto o iba pang nakakalasang produkto.
- Itago ang mga pinakamabigat na bagay pinakamalapit sa sahig upang maiwasan ang sira kapag lumindol.

### **Tip sa Pagtago ng Pagkain**

- Piliin ang mga pagkaing gustong kinakain ng iyong pamilya at isama sila sa supply ng pagkain sa iyong tahanan.
- Bumili ng emergency supplies nang unti-unti upang hindi masira ang iyong budget.
- Piliin ang mga pagkaing masustansiya at madaling itago.
- Gumamit kadalasan ng mga tuyô at instant na pagkain kasama ng ilang mga de-lata dahil mabigat dalhin ang mga de-lata.
- Pumili ng mga pagkain na magtatagal nang kahit 6 na buwan lamang.
- Itago ang supply ng pagkain sa malamig at madilim na lugar dahil maaaring masira ng ilaw ang mga bitamina at masira ang mga mantika.
- Iwasan ang mga matataas na temperatura ng hangin upang pahabain ang shelf life.
- Isara nang mahigpit ang mga lalagyan upang panatilihin kaunti ang oxygen at moisture, na maaaring makasira sa pagkain.
- Magtago ng isang compact na supply ng pagkain sa iisang kahon o lalagyan upang madali itong madala ng isang tao. Mag-pack ng isang kahon na madadala ng bawat kapamilya.
- Magtabi ng 3 araw na supply ng de-botelyang mainom na

tubig, 1-1/2 gallon ng tubig bawat araw para sa bawat tao.

- Itapon at panibagong magtago ng tubig bawat 6 na buwan.
- Mag-pack ng mga hindi pagkaing bagay upang madaling makapaghanda ng pagkain.
  - Paper plates at napkins
  - Mga kutsilyo, tinidor at kutsara
  - Pre-moistened towelettes
  - De-kamay na pangbukas ng lata/botelya
  - Asin at paminta
  - Matalim na kutsilyo
  - Mga posporo
  - Heavy duty aluminum foil
  - Likidong sabon
- Pumili o magpakete ng mga pagkain na isang serving o isang kainan lamang ang laki upang maiwasan ang mga tira-tira.
- Isulat sa label ng supply ng pagkain ang petsa kung kailan binili o ang huling petsa ng paggamit.
- Dapat ay makapaghahanda ka ng tatlong araw ng mahusay na pagkain para sa iyong pamilya kahit saan, sa kaunting panahon, gamit ang kaunting kagamitan, init o enerhiya, at tubig.

## SAFETY TIPS KAPAG MAY SUNOG

### Bago Magkaroon ng Kalamidad—Sundin ang mga Patakaran sa Kaligtasan sa Sunog

- **Magkabit ng smoke detectors**, lalo na malapit sa lahat ng mga silid-tulugan o mga lugar na tinutulugan. Itsek ang mga bateriya dalawang beses bawat taon.
- **Practice Exit Drills in The Home (Ipraktis ang Exit Drills sa Tahanan)** (EDITH) kasama ng lahat ng mga kapamilya. Magkaroon ng dalawang paraan upang makaalis sa bawat kuwarto. Magkaroon ng isang lubid o hagdanan para sa isang bahay na two-storey.
- **Magtabi ng fire extinguishers** sa lugar na madaling mapupuntahan sa kusina at malapit sa wood stoves at alamin kung paano sila gamitin.
- **Tanggalin ang basura** at mga sobrang bagay mula sa mga closet at basements.

### *Pagkatapos ng isang Kalamidad – Bawasan ang Panganib na Magkasunog*

- Patayin ang fuel lines, propane lines at serbisyo ng kuryente sa iyong tahanan o gusali, kung may panahon at kung ligtas na gawin.
- Iwanang patay ang mga serbisyo ng utility services at ang mga linya hanggang sigurado kang wala ng panganib mula sa tumutulo na fuel o gas, o electrical short circuits.

### *Kung Sakaling may Sunog -- Sundin ang mga Patakaran para sa Kaligtasan kung May Sunog*

- Kung ang inyong mga buhay ay nasa panganib, umalis kaagad, at pagkatapos ay tumawag sa 911 pagkarating ninyo sa ligtas na lugar.
- Stop, Drop and Roll (Humintô, Dumapa, at Gumulong-gulong) kung ang iyong kasuotan ay nasunog. **HUWAG TUMAKBO!**
- Laging tawagan muna ang 911 at pagkatapos ay manatili upang labanan ang sunog, pero kapag lamang sila’y maliit. Itutok ang iyong fire extinguisher sa base ng sunog kung saan nagtutugmâ ang mga apoy at pinanggagalingan ng sunog – papel, kahoy o mga produkto ng petrolyo.
- Umalis KAAGAD kung maraming usok o mainit na singaw. **Ang usok at mga nakakalasong gas ay maaaring makamatay sa iyo pagkalipas nang ilang mga segundo.**

### *Ang Umalis Mula sa Isang Sunog sa Isang Gusali – Magbantay*

- Kung mayroon kang naaamoy na usok o may nakita kang sunog, umalis kaagad sa gusali at pagkatapos ay tumawag sa 911.
- Bago magbukas ng pintô sa isang nasusunog na gusali, kapain muna ang pintô gamit ang likod ng iyong kamay.
- Kung mainit ang pintô, lumabas sa ibang exit dahil ang kuwarto sa kabilang panig ng pintô ay maaaring nasusunog.
- Kung ang pintô ay malamig, lumuhod at itsek ang hangin na pumapasok mula sa ilalim ng pintô. Kung ito’y malamig, maaaring ligtas na pumasok sa katabing kuwarto.
- Mag-ingat kapag binubuksan ang pintô papunta sa katabing kuwarto. Lumuhod sa likod ng pintô at ilayô ang iyong mukha habang binubuksan nang kaunti ang pintô. Makinig at amuyin kung may sunog at usok.

- Isara ang lahat ng mga bintana at mga pintô paglabas mo ng kuwarto.
- Gumapang nang mababa sa ilalim ng usok upang makaalis.
- Gumamit ng hagdanan – hindi kailanman ang mga elevator – upang makaalis mula sa nasusunog na gusali.

### Naipit sa Isang Nasusunog na Gusali – Manatiling Kalmado

- Gumamit ng mga basang tuwaliya upang takpan ang iyong mga kamay, mukha, ilong at bibig kung hindi ka makaalis.
- Basain ang iyong mga kasuotan, kung maaari.
- Maglagay ng basang tuwaliya sa ibaba ng pintuan upang iwasan ang makapasok ang usok sa iyong kuwarto.
- Buksan ang isa sa mga bintana nang kaunti at magsampay ng kung anong bagay doon upang ito’y makita ng ibang tao.
- Iwanan nang bukas nang kaunti ang bintana at manatiling nakayukô upang makalanghap ng mas malinis na hangin.

## FIRST AID

### Medikal na Pagpapagamot

- ❖ Gamitin ang **Providence Kodiak Island Medical Center** para sa mga malubhang pangangailangan sa pangangalaga sa kalusugan na nangangailangan ng isang doktor kapag may kalamidad.
- ❖ Gamitin ang **first aid stations** sa mga shelter sa buong lungsod at sa villages kung may kaunting pagpapagamot bilang out-patient
- ❖ Gamitin ang **first aid skills ng iyong pamilya** at ang iyong **first aid kit** upang mabigyang-atensyon ng mga medikal na propesyonal ang mga taong may mas malubhang sakit o ang mga taong may sakit.

### First Aid Kit

- ❖ Panatiliing laging puno ang iyong first aid kit at lagyan ito lagi ng bagong supplies at ilagay sa lugar na madaling puntahan.
- ❖ Gumamit ng maliit na toolbox o fishing tackle box para sa kit at lagyan ng mga bagay na ito:

### Bagay

### Gamit

**Triangular bandages**

Arm sling

**Iba’t-ibang laki ng steri-gauze pads**

Panlinis ng sugat at dressing

**Mga rolyo ng of gauze bandages**

Pinananatili sa lugar ang dressing

**Surgical tape**

Maraming gamit

**Sanitary napkins (malaki)**

Dressing para sa malubhang pagdurugo

**Bandages**

Pantakip sa maliit na sugat

**Cotton swabs**

Maraming gamit

**Maliit na gunting**

Paggupit ng bendahe

**Tweezers**

Pagtanggal ng splinter, bubog

**Razor (disposable)**

Paglinis ng lugar ng sugat at pang-ahit

**Splints**

Maraming gamit

**Plastic wrap**

Takip ng malubhang nasunog na bahagi at bukas na sunog sa dibdib

**Baking soda**

Acid neutralizer

**Mga espesyal na gamot**

Mga Pangangailangan ng bawat kapamilya

**Miscellaneous supplies:**

Maraming gamit

First aid book

Mga pardible

Smelling salts

Antiseptic solution

Aspirin/Tylenol

## **DISASTER SURVIVAL KIT**

- Ilagay ang iyong survival kit sa isang lugar na madaling puntahan
- Gumamit ng matatag na lalagyan, tulad ng isang plastic na lalagyan ng basura, na maaaring magdoble bilang lalagyan ng tubig o lalagyan ng waste materials.
- Maglagay ng maliit na bersiyon ng survival kit sa iyong sasakyan.
- Pag-isipan ang iyong kit at mga pangangailangan ng iyong pamilya kahit isang beses man lamang bawat taon at palitan ang mga bateriya at i-update ang mga kasuotan.
- Tanungin ang iyong parmasyotiko tungkol sa pagtago ng mga de-resetang gamot.
- Ilagay ang mga sumusunod na bagay sa iyong disaster survival kit:
  - Flashlight na may karagdagang bateriya
  - Portable AM/FM radio na may karagdagang bateriya
  - First aid kit
  - Mga posporo
  - Pangbukas ng lata
  - Fire extinguisher
  - De-botelyang tubig
  - Pagkain (de-late o tuyo)
  - Mga kumot
  - Mga espesyal na gamot
  - Karagdagang kasuotan
  - Sleeping bags/tents
  - Hand tools
  - Lubid
  - Mga pang-signal na gamit (flares, salamin, whistle, telang matindi ang kulay)
  - Mga libro, baraha, mga laro, panulat at papel (upang magkaroon ng sigla)
  - Itak, maliit na pala, pangwalis, balde at buhangin (opsyonal)

- Bag ng mga espesyal na pangangailangan para sa mga taong may kapansanan, kabilang ang mga gamot, makapal na kasuotan, mga kumot
- Mga espesyal na supplies para sa mga sanggol, kabilang ang purified water, formula, sterile bottles

## **LISTAHAN NG MGA MATATAWAGAN KAPAG MAY EMERGENCY**

### ***Mga Emergency sa Kodiak Road System***

#### ***Lahat ng mga Emergency ..... 911***

Kodiak Police Department ..... 486-8000  
Alaska State Troopers..... 486-4121

U.S. Coast Guard  
Base Security ..... 487-5266, ext. 10

Kodiak City Fire Department..... 486-8040

Bayside Fire Department..... 486-4536

Women's Bay Fire Department..... 487-4312

U.S. Coast Guard Fire Department..... 487-5808

Kodiak Harbormaster..... 486-8080

Providence Kodiak Island  
Medical Center..... 486-3281

Providence Kodiak Island  
Mental Health Center..... 481-2400

### ***Mga Emergency sa Kodiak Villages Village VPSOs (Village Public Safety Officers)***

Akhiok ..... 1-907-836-2213

Larsen Bay..... 1-907-847-2262

Old Harbor..... 1-907-286-2275

Ouzinkie ..... 1-907-680-2365

Port Lions ..... 1-907-454-2330

VPSO Coordination-  
Kodiak Area Native Assn. ....486-9800

***Mga Medikal na Pasilidad sa Kodiak Road System***

Providence Kodiak Island  
Medical Center..... 486-3281

Providence Kodiak Island  
Mental Health Center..... 481-2400

Kodiak Area Native Association ..... 486-9800

Kodiak Island Medical Association ..... 486-6065

North Pacific Medical Group..... 486-4183

U.S. Coast Guard Clinic ..... 487-5757

***Mga Medikal na Pasilidad sa Kodiak Villages***

Akhiok Clinic ..... 1-907-836-2230

Karluk Clinic ..... 1-907-241-2212

Larsen Bay Clinic ..... 1-907-847-2208

Old Harbor Clinic ..... 1-907-286-2205

Ouzinkie Clinic ..... 1-907-680-2265

Port Lions Clinic..... 1-907-454-2275

***Poison Control*** ..... 1-800-478-3193

<p><b>Kodiak Island Emergency Services Organization</b> 710 Mill Bay Road Kodiak, Alaska 99615</p> <p>Hulyo 2001</p>
--