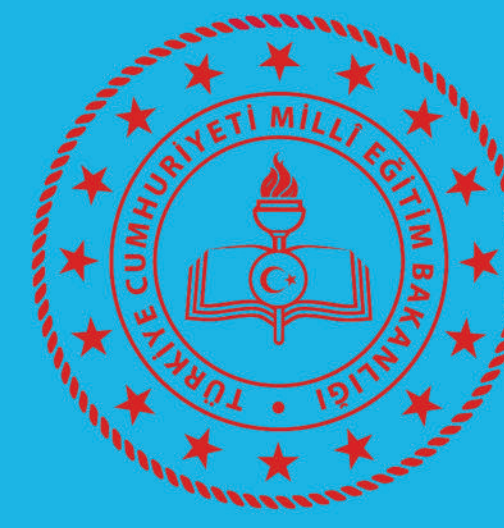




İSTANBUL
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

Depremden Önce Önlem Al!



Afet ve acil durum çantanızı
hazırlayın.

Acil durum numaralarını
öğrenin.

Tahliye planı hazırlayın
ve tatbikat yapın.

Toplanma alanınızı öğrenin.

Afet ve acil durum bilgi kartı
hazırlayın.



Deprem Sırasında Sakin Ol!



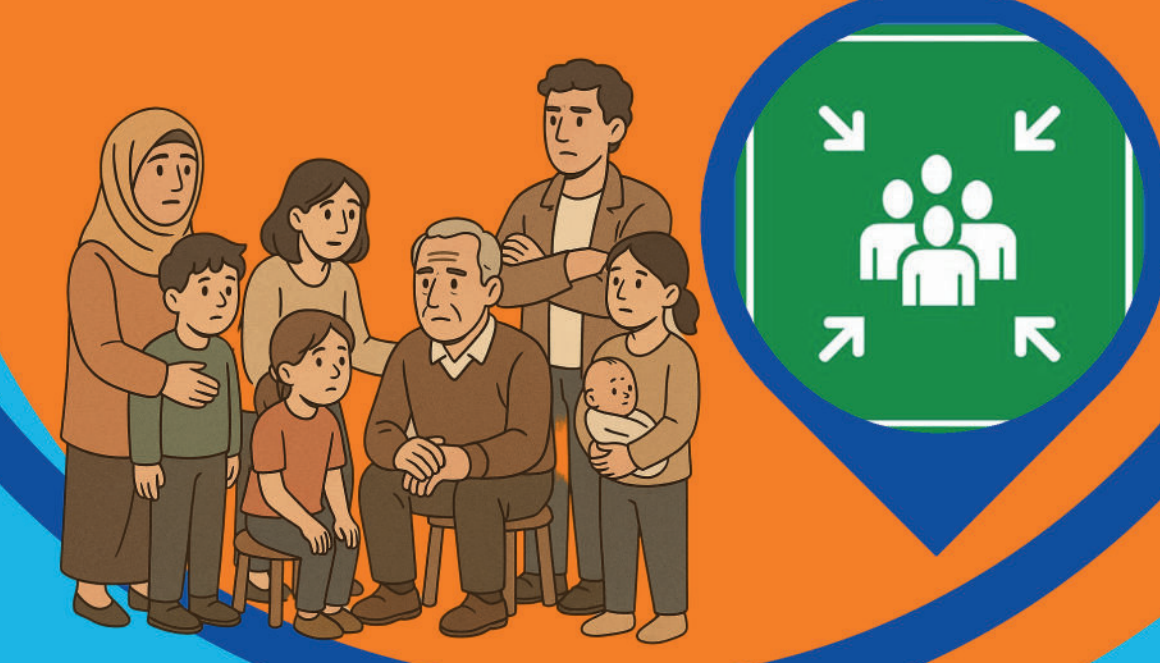
Deprem anında sakın kalın.

Balkon, merdiven ve asansörden
uzak durun.

Çök, kapan, tutun hareketiyle
hedefinizi küçültün.



Deprem Sonrasında Sabırlı Ol!



Afet ve acil durum çantanızı
yanınıza alarak hızlı adımlarla
binayı terk edin.

En yakın toplanma alanına
yürüyerek gidin.

Yetkililer çağrıda bulununcaya
kadar güvenli alanda kalın.



Hissettiklerin Normal



Deprem yerin altındaki kayaların ani
hareketi ile oluşur, bu gibi ani olaylar
karşısında korkmak üzülmek ağlamak
oldukça doğaldır.
Sakin kalmak için neler yapabilirsin ?

Ailene, öğretmenlerine
duygularından bahsedebilirsin.

Nefes egzersizi yapabilirsin.

İnternet kullanımını azaltabilirsin.

Oyun oynayabilir, yürüyüş
yapabilir, resim çizebilirsin.

Kahvaltı yapmak, okula gitmek
gibi her gün yaptığın şeylere
devam edebilirsin.

Çiçek gibi kokla!



Mum gibi üfle!