

地震

「盡可能準備好」絕對是在地震發生時能夠安全拍攝照片的關鍵，我們必須在所有通信設備斷訊、電力失去供給的情況下進行採訪：以下是一些建議。

- 1.盡可能到達地面，找尋堅固的東西作為保護自己的工具直到搖晃結束
- 2.避開玻璃、窗戶、牆面，任何有可能倒塌的東西，ex:書櫃
- 3.用枕頭保護頭部
- 4.不要停留在門口，通常室內的門材質較為脆弱
- 5.通常會等待搖晃結束再前往室外，大多數的地震傷亡都是在逃出過程當中發生的。
- 6.不要使用電梯
- 7.如果你在室外，盡可能遠離建築物、人孔蓋、路燈等
- 8.如果你在車裡，盡可能車子停下來，不要靠近建築物、人孔蓋、可能倒塌的樹旁
- 9.如果你在崩裂的路面旁，不要使用任何火源，使用LED光源保護自己的安全，因為崩裂路面通常伴隨瓦斯外洩
- 10.用衣物摀住嘴巴跟鼻子，大量的粉塵對肺部是極大的傷害
- 11.受困時，待環境穩定時可透過聲響讓搜救隊知道你的位置
- 12.留意小型火光的位置，火災通常是地震後最常伴隨的災害
- 13.如果在海邊要注意海嘯發生，地震發生時盡可能先讓自己到高處
- 14.堅固底的鞋子與長袖可以保護你避免被割傷
- 15.如果聞到瓦斯味盡可能遠離，不要吸菸或引燃火源
- 16.危險建築物可能倒塌，不要站在旁邊，不要進入建物受損的房屋內
- 17.採訪時要有規律的休息，食物與飲料都需要自行準備
- 18.當不幸割傷時，傷口需要立即的清洗與消毒，身上需要準備這樣的東西
- 19.災難發生時，有許多人會趁亂打劫，低調且保持警覺避免被盯上
- 20.災害後的創傷症候群是常見的現象，若影響到自己可以使用協會提供的的評估表

發生時

- 1.空曠地點是安全的，但仍需注意可能從天而降的危險
- 2.如果你正在睡覺中，枕頭絕對是保護頭部的最佳物品
- 3.停車場與公園是絕佳的逃難地點
- 4.若手機通訊斷訊，搜集情報的首要來源就是廣播
- 5.通過橋樑時注意是否受損
- 6.個人必須要有足夠食物、足夠電力維持採訪的能量，尋找指揮中心是不錯的方法

發生後

- 1.儘管地震結束，仍有可能造成建物倒塌
- 2.和同事約在安全空曠的地點
- 3.不要去移動災害現場的任何物品或結構

地震防災避難包

萬用瑞士刀
11合1功能



LED燈
+ 宏亮警報器



低音頻哨子

(聲音可傳極遠，音頻為救難犬可聽見之音頻，人體虛弱時輕吹即可發出聲音)



保溫急救毯



雨衣



棉質手套

