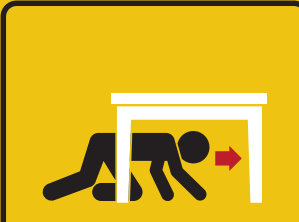


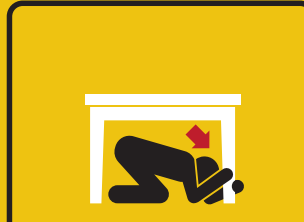
Que faire **pendant** un séisme



BAISSEZ VOUS



METTEZ VOUS À L'ABRI



ACCROCHEZ VOUS À QUELQUECHOSE



Calmez vous

Dans la mesure du possible, essayez de rester calme.



À l'intérieur

Éloignez-vous des meubles, fenêtres et des lampes



À l'extérieur

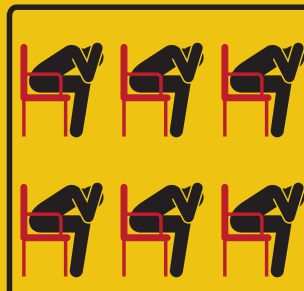
Éloignez-vous des bâtiments, murs et des fils électriques



Si vous êtes en voiture, arrêtez vous à l'écart des constructions, allumez les phares de secours et restez dans le véhicule.

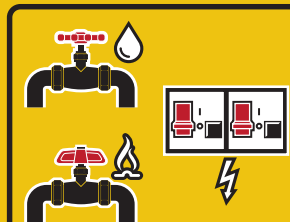


Si vous êtes sur un fauteuil roulant mettez vous à l'abri, mettez le frein puis protégez vous la tête avec les bras.



Si vous êtes dans un lieu public, protégez vous la tête avec les bras ou mettez vous à l'abri sous un meuble solide.

Que faire **après** un séisme



COUPER

points de Gaz, eau, électricité



UTILISER

les escaliers



NE PAS UTILISER

les ascenseurs



ÉTEINDRE

toute sorte de feu



ILLUMINER

avec lampe de poche, jamais avec du feu



NE PAS RENTRER

dans les bâtiments endommagés



Si vous êtes attrapé

Couvrez vous la bouche et le nez, évitez de crier car la poussière peut vous asphyxier. Cogniez un objet pour connaître votre position



En cas de blessés

Ne pas bouger la personne qui est sérieusement blessée à moins qu'il existe un danger



Être alerte en cas de répétition



Ne pas téléphoner sauf en cas d'urgence absolue



Écouter et suivre les consignes données uniquement par les autorités