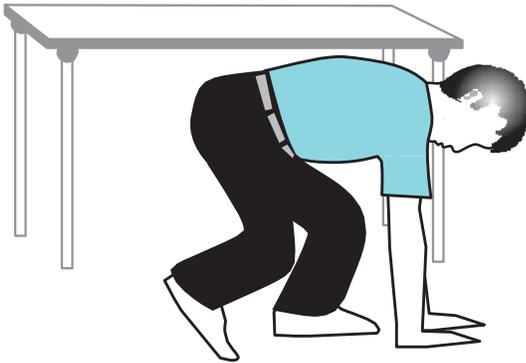


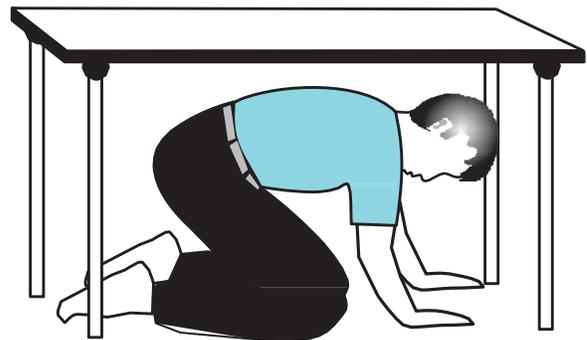
Conseils de sécurité en cas de tremblement de terre

Lorsque la terre tremble...

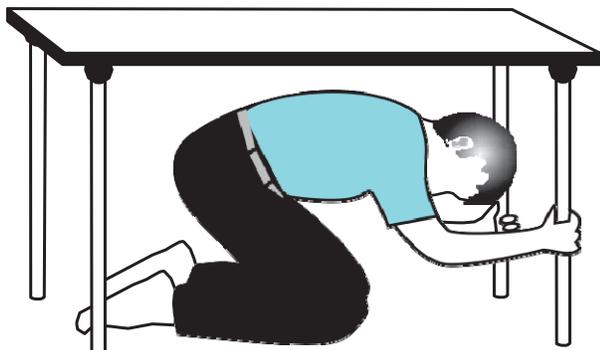
Accroupissez-vous...



Abritez-vous...

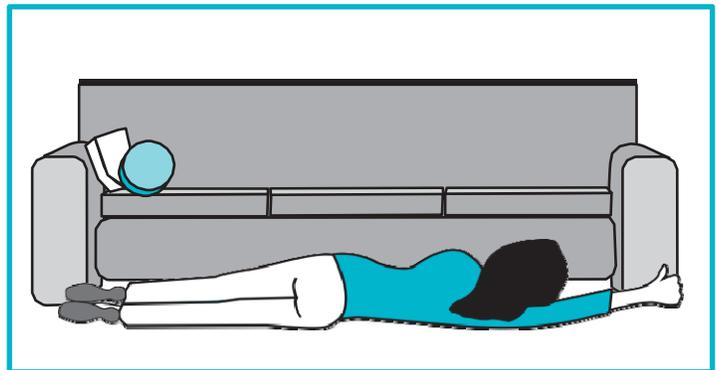
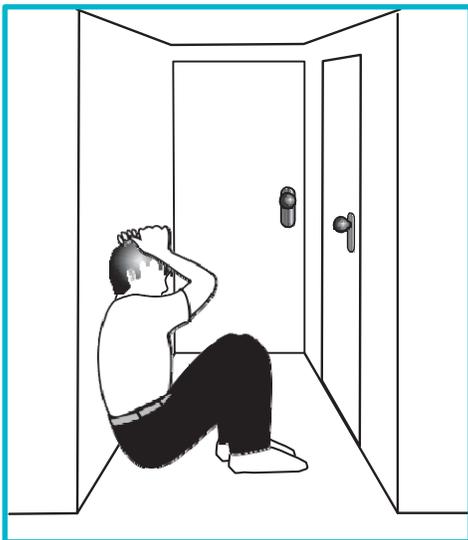


Tenez-vous...



Conseils de sécurité en cas de tremblement de terre

- ★ **Ne courez pas durant le séisme.**
La plupart des blessures sont causées par des chutes d'objets, non par des effondrements.
- ★ **Accroupissez-vous, abritez-vous et tenez-vous à une table ou à un bureau.**
Ne bougez plus jusqu'à la fin du séisme.
- ★ **Si vous êtes dans un endroit sans table, allongez-vous au sol!** Essayez de vous placer sous ou à côté d'un abri. Le meilleur choix demeure une table ou un bureau. Assoyez-vous près d'un mur intérieur. Vous pouvez aussi vous allonger près d'un gros meuble ou vous protéger entre des rangées de sièges dans une église ou un stade, ou encore sous/à côté d'un chariot d'épicerie.



- ★ **Si vous êtes à l'extérieur dans un lieu ouvert, restez sur place.** Assoyez-vous et couvrez votre tête avec les bras.
- ★ **Si vous êtes à l'extérieur près d'un bâtiment, éloignez-vous du bâtiment pour éviter les chutes de verre et d'objets.** Le périmètre extérieur du bâtiment est une « zone de danger ».
- ★ **REMARQUE : Les cadres de porte ne constituent PAS un abri sûr durant un séisme. Il est difficile de demeurer immobile sous un cadre de porte durant un tremblement de terre et la porte peut causer des blessures si elle s'ouvre ou se referme d'elle-même.**