

Prépare-toi pour le Tremblement de terre

Reste calme,
sois préparé!



Informe-toi!



- ✔ Attache les meubles qui sont hauts et lourds (par ex. des bibliothèques, des armoires etc.) au mur avec des angles métalliques et des vis.
- ✔ N'accroche pas d'objets lourds au-dessus d'un canapé ou de ton lit.
- ✔ Renforce correctement les luminaires et les ventilateurs de plafond.



- ✔ Place les objets lourds ou fragiles sur les étagères du bas.
- ✔ Attache correctement les étagères, les tableaux et les miroirs.
- ✔ Place les meubles hauts loin de portes. Il est possible qu'ils se renversent bloquant ainsi la sortie.

Avant le séisme: Prépare-toi...

Discute avec ta famille et choisissez ensemble l'espace qui est le plus proche, ouvert et sûr.



1 **Informe-toi** sur le séisme, la sismicité de ta région et les mesures d'autoprotection.

2 **Discute avec ta famille** et repère les endroits les plus sûrs dans chaque pièce. Choisissez ensemble l'espace le plus proche et sûr pour se rencontrer après le séisme. Sache comment fermer les conduites d'électricité, d'eau et de gaz. Donne une liste avec les numéros d'urgence à ta famille (par ex. Le numéro d'urgence européen: 112).

3 **Prépare un kit de survie** avec des provisions comme une trousse de secours, une radio portable, une lampe torche, un sifflet etc.

4 **Fais ta maison un espace sûr.** Repère les endroits dangereux et essaie d'y éliminer dans la mesure du possible les dangers potentiels. Place les objets lourds ou fragiles sur les étagères du bas. Renforce correctement les meubles hauts et volumineux, les luminaires et les

ventilateurs de plafond etc. Répare les dommages possibles à ton bâtiment, par ex. fissures.

5 **Fais des exercices de simulation d'un tremblement de terre avec ta famille.**

Prépare

un kit de survie:

une trousse de secours,
une radio portable,
une lampe torche



Le conseil
d'OASP
est efficace!



Baisse-toi, couvre-toi sous une table solide en attrapant le pied garde-la!

Attends jusqu'à ce que les secousses s'arrêtent.



Reste calme,
c'est la seule façon de réagir de manière appropriée.



- 1 **Si tu es à l'intérieur**, reste où tu es. Reste calme.
- 2 **Baisse-toi**, couvre-toi sous un meuble solide (table, bureau) en attrapant le pied. S'il n'y a pas de bureau ou de table à côté de toi, baisse-toi au milieu de la pièce et couvre ta tête et ton cou avec tes bras. Éloigne-toi des grandes surfaces de verre (fenêtres, lucarnes, cloisons en verre) ou des meubles et d'objets qui puissent te blesser.
- 3 **Si tu es à l'extérieur**, reste où tu es et éloigne-toi des façades d'immeubles, des lignes électriques ou des autres endroits dangereux.

Protège-toi...

Baisse-toi au milieu de la pièce
et couvre ta tête
et ton cou avec tes bras...



- 4** **Eloigne-toi des régions côtières.** Il est possible qu'un fort tremblement de terre provoque des tsunamis.
- 5** **Si tu conduis,** ralentis et gare ton véhicule à l'endroit le plus proche et sûr. Evite les façades d'immeubles, les ponts routiers, les lignes électriques etc. Fais attention à ne pas bloquer la circulation.

Reste où
tu es!
Baisse-toi!
Couvre-toi!



Le conseil
d'OASP
est efficace!



Après le séisme: **Applique ton plan d'urgence...**

*Evacuez l'immeuble par l'escalier.
N'utilisez pas l'ascenseur.*

- 1 Ferme les conduites d'électricité, d'eau et de gaz.** Habille-toi avec des vêtements et des chaussures appropriés et prends avec toi le kit de survie. Evacue l'immeuble par l'escalier.
- 2 N'utilise pas ton téléphone** ou ta voiture sauf si il est absolument nécessaire.
- 3 Va à l'espace choisi, ouvert et sûr.** Eloigne-toi des façades d'immeubles et d'autres endroits dangereux.
- 4 Attends à ce que des répliques aient lieu.** Elles sont plus faibles que le séisme principal, mais tout de même elles peuvent provoquer des dégâts aux bâtiments.



Va à l'espace choisi, ouvert et sûr.

*N'approche pas les façades
d'immeubles.*



- 5 Donne de l'aide aux personnes qui en ont besoin.** Ne déplace pas les personnes qui sont gravement blessés, sauf s'il y a le risque qu'ils se blessent davantage. Appelle à l'aide (Sapeurs-pompiers: 199, Service d'aide médicale d'urgence: 166).

Le tremblement de terre est un **phénomène naturel**.
La Grèce est un pays à haute sismicité. C'est pourquoi,
de nombreux séismes ont lieu ici.

La plupart d'eux ne causent pas de problèmes particuliers,
mais quelquefois il y a de séismes forts qui ont des
conséquences sur l'homme et son environnement.

Prépare-toi pour te protéger pendant le séisme et pour
réagir correctement après.



www.oasp.gr

Organisation de la Planification et
de la Protection Parasismique (O.A.S.P.)
Xanthou 32, N. Psyhiko, 15451 Athènes, Grèce
Tel.: +30 210 67 28 000, Fax: +30 210 67 79 561
E-mail: info@oasp.gr Site: www.oasp.gr