

# vous êtes dans une zone soumise au **RISQUE SISMIQUE**

consultez le dossier déposé en mairie

## consignes en cas de tremblement de terre

PENDANT		APRES	
protégez-vous la tête avec les bras			
à l'intérieur	 <p>abritez-vous sous un meuble solide</p>	 <p>fermez le gaz et l'électricité</p>	 <p>ne touchez pas aux fils électriques tombés à terre</p>
à l'extérieur	 <p>éloignez-vous des bâtiments, pylônes, arbres...</p>	 <p>évacuez les bâtiments et n'y retournez pas ne prenez pas l'ascenseur</p>	 <p>écoutez la radio respectez les consignes des autorités</p>
si vous êtes en voiture restez-y		rejoignez le lieu de regroupement	

## UN SAC EN CAS DE SÉISME

Ces informations peuvent vous sauver la vie.

### EAU

Ne pas boire entraîne une insuffisance rénale pouvant être mortelle.

### NOURRITURE

(Denrées non périssables)

Privilégiez les aliments à forte teneur énergétique: beurre de cacahuète, boîtes de conserve...

### SIFFLET

Grâce au sifflet, vous pouvez vous faire entendre sous les décombres.

### VÊTEMENTS

Si vous deviez passer la nuit dehors, prévoyez une couverture et des vêtements chauds.

### LAMPE TORCHE

(et piles de rechange ou lampe dynamo)

Une lampe vous sera utile pour repérer une issue de secours.

### RADIO

(et piles de rechange)

La radio vous permettra de rester informé de ce qui se passe.

### TÉLÉPHONE PORTABLE

Un téléphone chargé vous sera utile. Le réseau risque toutefois d'être saturé au début.

### COUPEAU MULTIFONCTION

Un petit couteau peut toujours servir dans des conditions extrêmes.

### PREMIERS SOINS

Ayez une trousse de secours en cas de blessure.



### MÉDICAMENTS

(Avec et sans ordonnance)

Préparez vos propres médicaments, vous ne pourrez peut-être pas vous en procurer.

### ARGENT LIQUIDE

Les banques et distributeurs risquent de ne pas fonctionner. Prévoyez un peu d'argent dans votre sac.

### DOCUMENTS

Pensez à l'essentiel: numéros de téléphone, photocopies de vos papiers etc.

