

le mode d'action à adopter en cas de séisme.

Personnel who have undergone a St. John's Ambulance Course or other similar training should be made responsible for first aid. If no staff members are qualified for this role, both Canada-based and locally-engaged employees should be encouraged to attend a local first aid training program.

Les membres du personnel qui ont suivi un cours de l'Association ambulancière Saint-Jean ou acquis une formation analogue devraient être chargés du service des premiers soins. Si aucun membre du personnel n'est qualifié pour ce rôle, les fonctionnaires canadiens et les employés engagés sur place devraient être encouragés à suivre des cours de premiers soins dans leur localité.

If an earthquake occurs:

Si un tremblement de terre se produit

Stay calm. Don't panic.

Restez calme. Ne paniquez pas.

If you are indoors, stay there. Don't run outside; you might be hit by falling glass and debris. If you are in a house, store or high-rise building take cover under a heavy desk, table, or bed; or stand in an inside doorway away from windows. (A door frame or inner core of a building are its strongest points and least likely to collapse.) Don't dash for exits, as stairways may be broken and jammed with people. Power for elevators may fail.

Si vous êtes à l'intérieur, restez-y. Ne courez pas dehors, vous pourriez être frappé par des débris ou des morceaux de verre. Si vous êtes dans une maison, un magasin ou dans un bâtiment de grande hauteur, abritez-vous sous un bureau solide un table ou un lit; ou tenez-vous dans l'encadrement d'une porte intérieur loin des fenêtres. (Le cadre d'une porte et la partie centrale d'un bâtiment sont les endroits les plus forts et les moins susceptibles de s'écrouler.) Ne courez pas vers les sorties, car les escaliers peuvent être effondrés ou encombrés de monde. Les ascenseurs risquent de tomber en panne.

If a building evacuation is ordered, avoid, if possible, routes where debris, broken glass or masonry may be falling. Avoid fallen electric wires.

Si l'évacuation d'un immeuble est ordonnée, éviter, si possible, les endroits où tombent des débris, des éclats de verre ou des pans de mur. Éviter les fils électriques qui sont tombés.

If you are outside, stay there. Move away from buildings to avoid crumbling walls and falling

Si vous êtes dehors, restez-y. Eloignez-vous des bâtiments pour éviter les murs qui