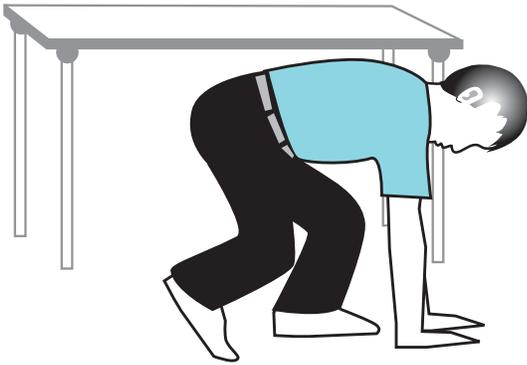


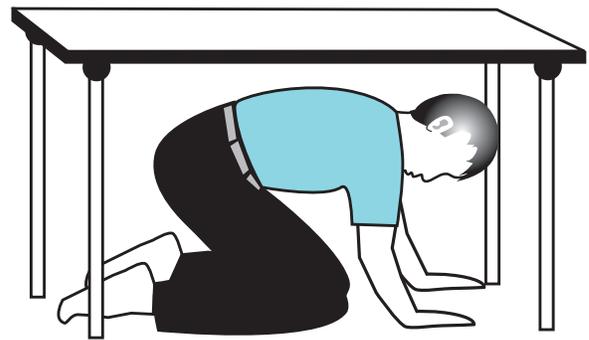
地震时如何寻求安全

当地面颤动时....

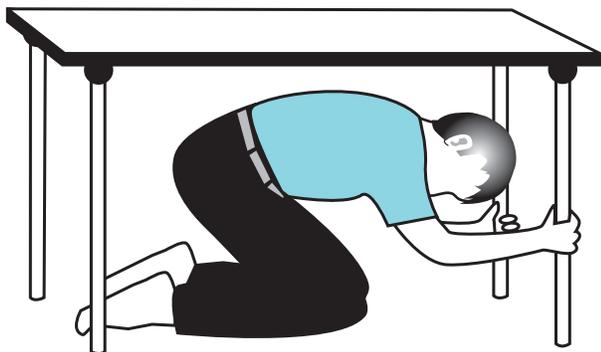
卧倒....



掩护....



抓紧....



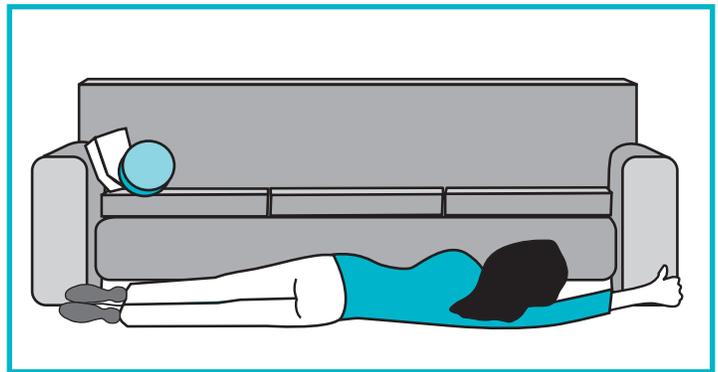
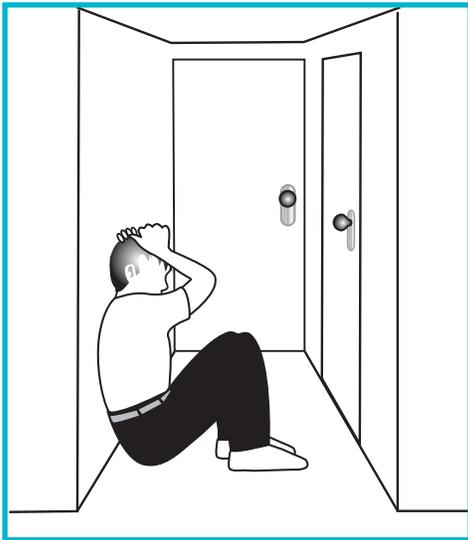
City of Seattle



Seattle Office of Emergency Management
www.seattle.gov/emergency
206-233-5076

地震时如何寻求安全

- ★ **地面颤动时不要奔跑。**
大多数伤亡系因坠落物体所致，而不是由于房子倒塌。
- ★ 在地震发生后3-4 秒内立即卧倒、躲在桌下寻求掩护并抓紧桌脚。
直到震动停止后才出来。
- ★ **如果您所在之处没有桌子，就尽量保持低姿态！**
设法找到安全的藏身之处。
躲在任何桌子下面是最好的选择。
靠在内墙**旁边**席地而坐。
以低姿势躲在笨重家具**旁边**。
在电影院、教堂或体育馆中**蹲**在两排座椅之间。
在超级市场里躲在购物车**旁边和下面**。



- ★ **如果您在露天场所...**
坐在地上，双臂抱头。
- ★ **如果您在室外靠近大楼处...**
进入大楼并找到一个安全场所。
大楼周围就近地带被称为“危险区”。
- ★ **注：发生地震时，门廊不是建议的安全场所。**
在震动期间，很难躲在门廊中，
而且门在打开和关上时往往会造成受伤。