NUMÉROS D'URGENCE

Ambassade : 01 212 520
N° d'urgence ambassade 24h/24 : 0951 85 361
www.ambafrance-mm.org
facebook.com/France.Birmanie
Twitter : @FrancenBirmanie

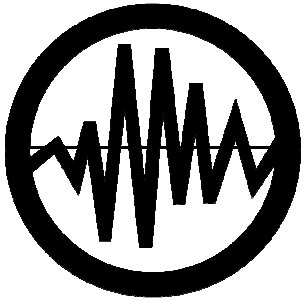
- Police secours : 199
- Pompiers : 191
- Samitivej International Clinic
  at Parami Hospital : +95 9 31 911 542
- International SOS Clinic : +95 1 657 922

Mon chef d'îlot :
Nom.....
Tél :.....
Mail :.....

Mes proches à prévenir en France :
Nom :.....
Tél : .....

LE RISQUE SISMIQUE EN BIRMANIE

Même si la Birmanie ne se situe pas sur une zone sismique de premier rang**, le risque de tremblement de terre existe.**



La faille de Sagaing qui traverse le pays du Nord au Sud passe à proximité de Mandalay, de Naypyidaw et de Rangoun.
A l'ouest, la microplaque tectonique birmane s'enfonce sous la plaque indienne.

Suite à un regain de l'activité tellurique au cours des dernières années, les spécialistes estiment qu'un séisme de grande ampleur pourrait se produire.

Les tremblements de terre sont pratiquement imprévisibles et toujours suivis de répliques qui peuvent achever de détruire des immeubles déjà sérieusement affectés par la première secousse, d'autant plus qu'en Birmanie les bâtiments sont rarement construits selon les normes antisismiques.

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

AMBASSADE DE FRANCE
EN BIRMANIE

CONSIGNES DE SÉCURITÉ ET DE PRÉVENTION DES RISQUES SISMISQUES

Cette plaquette est éditée par l'ambassade de France en Birmanie afin de vous donner les recommandations essentielles pour se préparer au mieux au risque d'un séisme.

Avant le séisme

* **Fixez les meubles aux murs,** et évitez de suspendre des objets au-dessus de votre lit
* Ne mettez pas de meubles encombrants près des accès
* Identifiez **les endroits les plus sûrs** pour vous protéger au sein de votre domicile
* Identifiez les points de coupure des arrivées de **gaz, d'eau et d'électricité**
* Formez les membres de votre famille aux consignes générales de sécurité, **convenez d'un plan de regroupement**
* Préparez un sac de survie, entreposé dans un endroit facile d'accès

Constituer un sac de survie avec :

* Eau et nourriture pour 3 jours (nourriture longue conservation, ne nécessitant pas d'eau).
* Une lampe de poche et des piles de rechange
* Un poste de radio à pile
* Un couteau, un briquet, un sifflet
* Pour les bébés : biberon, tétine, lait en poudre, lingettes
* Une trousse de premiers secours, des médicaments pour les traitements de fond
* Une tenue de vêtements de rechange et une paire de chaussures confortables
* Cette plaquette d'information et la fiche de renseignements de santé distribuées par le consulat

Pendant le séisme

Gardez votre calme et ne restez pas debout.

Si vous êtes à l'intérieur :

* Abritez-vous sous un meuble solide ou près d'une colonne porteuse. Se mettre en position de sécurité (recroquevillé au sol, les bras protégeant la nuque)
* Tenez-vous loin des fenêtres et leur tourner le dos
* Attendre la fin des secousses pour quitter le bâtiment

Si vous êtes à l'extérieur :

* Eloignez-vous des constructions, des lignes électriques et des arbres
* Accroupissez-vous et protégez-vous la tête avec vos bras

Si vous êtes en voiture :

* Dégagez la route, arrêtez-vous dans un endroit adapté loin des lignes électriques, des ponts, des passerelles, des tunnels, des souterrains
* Gardez votre ceinture jusqu'à la fin des secousses
* Ne sortez pas de votre véhicule si des câbles électriques sont tombés dessus, attendre les secours

Après le séisme

* **Vérifiez que le bâtiment est sûr** avant de le quitter, avec votre sac de survie
* Coupez si possible **les arrivées de gaz, d'électricité et d'eau**
* Ne prenez pas l'ascenseur
* Soyez vigilant aux lignes électriques tombées aux sols
* **Eloignez-vous de tout bâtiment et des fenêtres,** allez dans une zone dégagée
* N'utilisez votre téléphone portable qu'en cas d'extrême urgence
* **En cas d'ensevelissement,** gardez le moral. Evitez des dépenses d'énergie inutiles et de remuer la poussière autour de vous. Manifestez-vous à intervalles réguliers sur les parois, tuyaux ou tout autre matériel conducteur du son.
* Vérifiez votre état de santé avant d'aider les secours, en suivant leurs instructions
* Veiller à ne pas retourner dans les locaux sans l'avis des autorités
* Soyez préparé aux éventuelles **répliques**

Uniquement sur instruction de l'ambassade ou de votre chef d'îlot, rendez-vous aux points de rassemblement en cas de regroupement de la communauté française.