



The Hero In You Foundation présente

LIVRET D'ACTIVITÉS SUR LA SÉCURITÉ EN CAS DE SÉISME DE Rocket



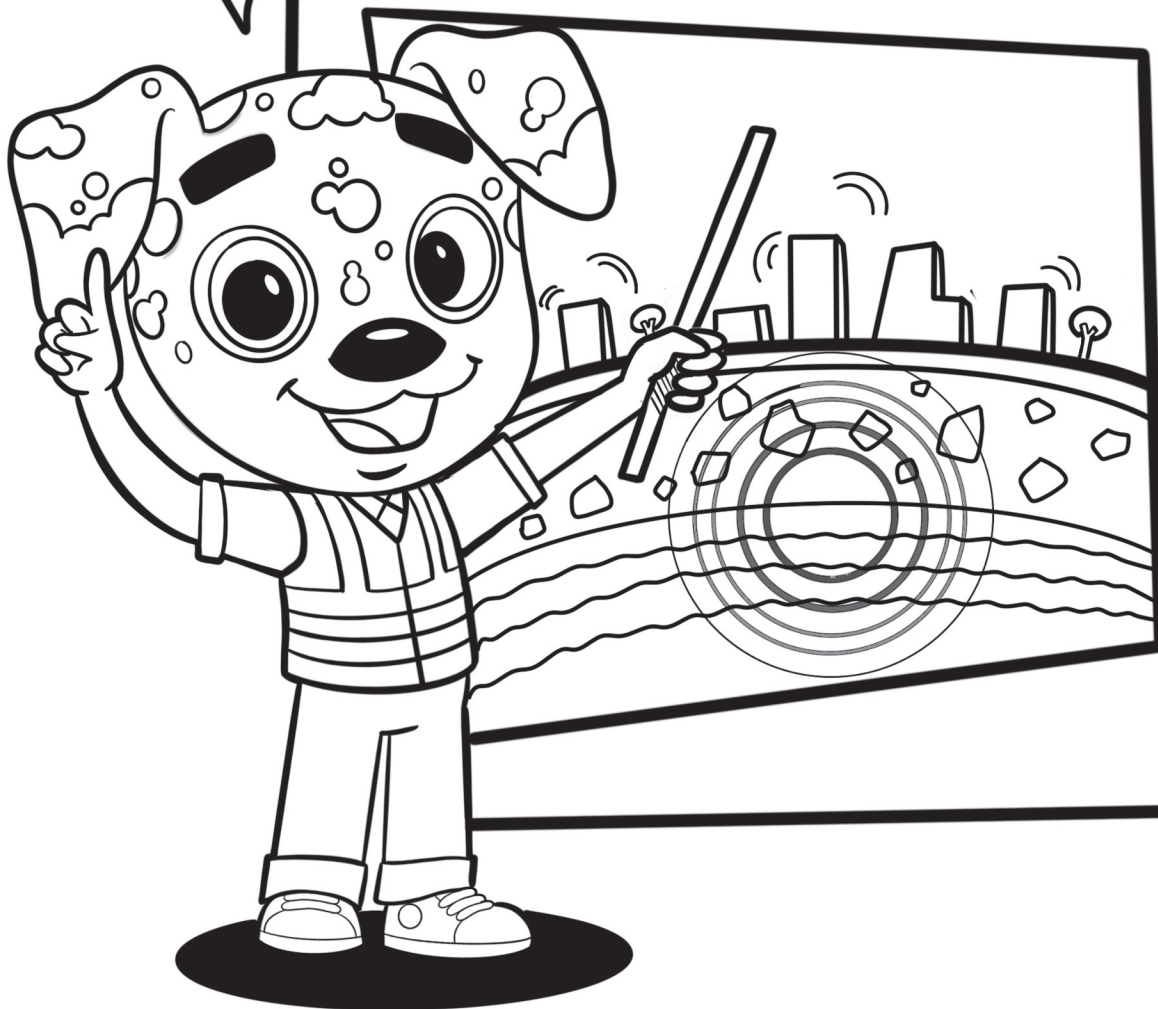
En partenariat avec :

Shake
Out

SC/EC
AN NSF+USGS CENTER

Shake!lert™

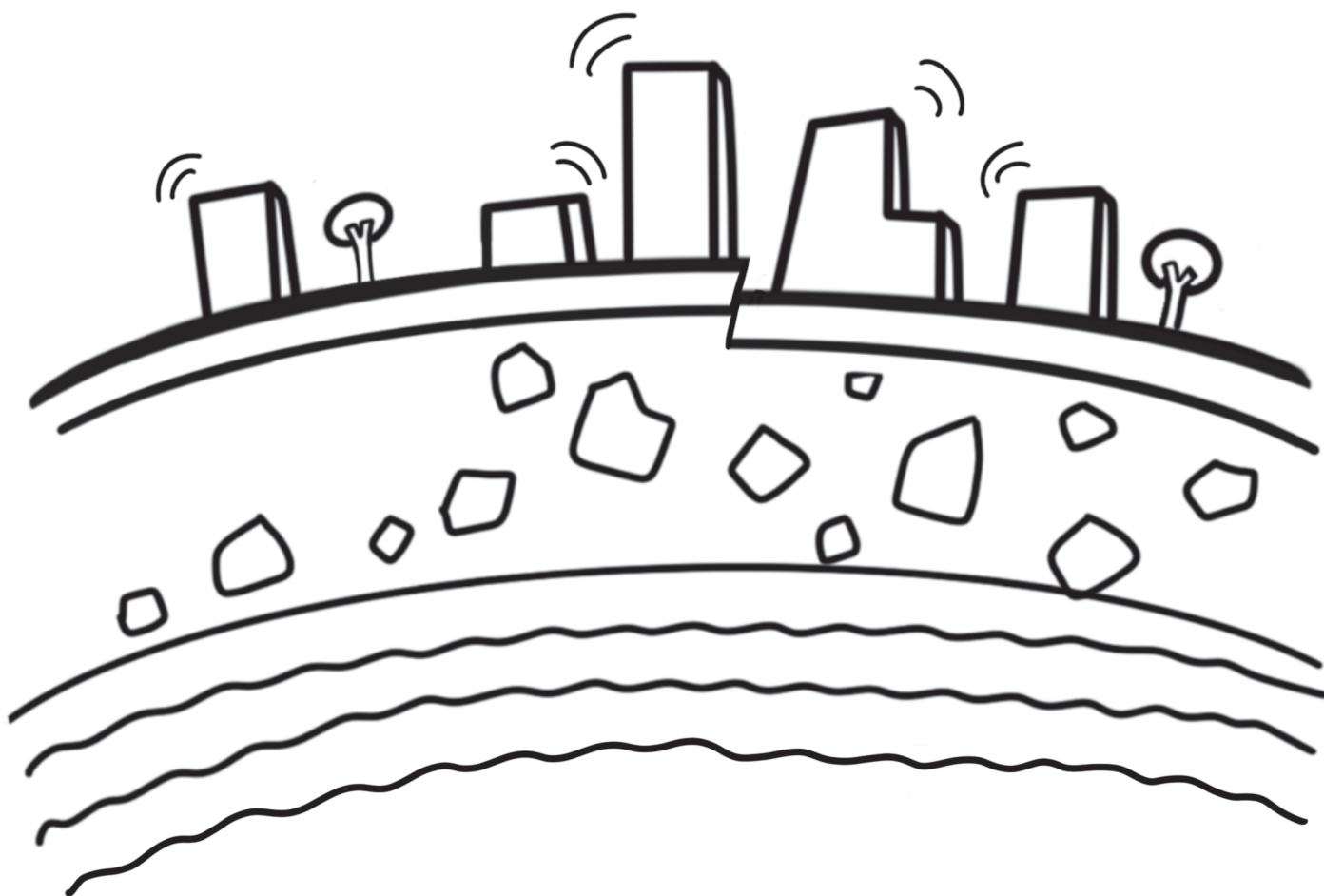
**Salut ! Moi c'est Rocket, le pro des séismes.
Pratique toutes les activités de ce livret et
tu seras toi aussi spécialiste des séismes !**



QU'EST-CE QU'UN SÉISME ?

Lorsque la terre tremble, on appelle cela un séisme. La terre tremble parfois un peu et parfois beaucoup. Les séismes peuvent endommager des bâtiments et faire tomber des objets. Il arrive que des gens soient blessés.

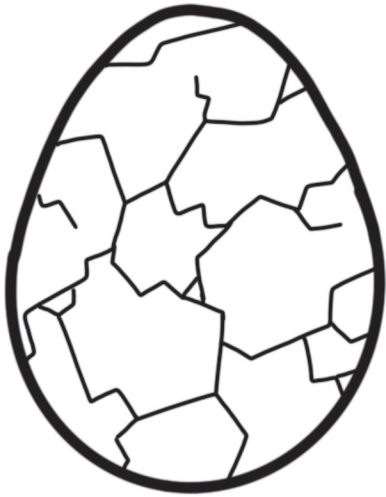
Les séismes sont parfois suivis d'autres tremblements, que l'on appelle répliques. Celles-ci sont généralement plus faibles et peuvent se produire pendant plusieurs jours ou même semaines.



Colorie cette page.



POURQUOI LES SÉISMES SURVIENNENT-ILS ?



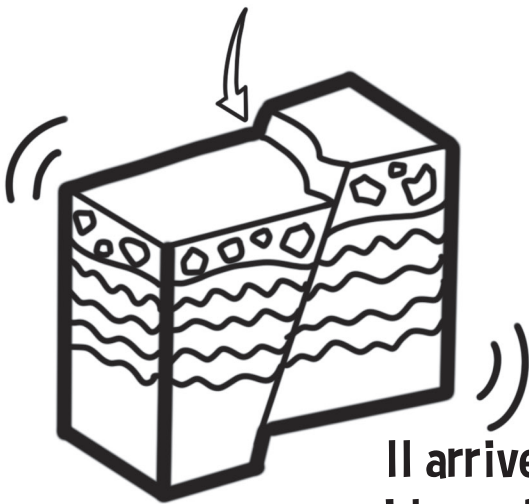
La surface de la TERRE ressemble
à une coquille d'œuf craquelée.

PLAQUE



Les morceaux s'appellent des
PLAQUES. Tous les morceaux
bougent très lentement. Ils sont
habituellement collés ensemble le
long de leurs bords, qui s'appellent
des **FAILLES**.

FAILLE

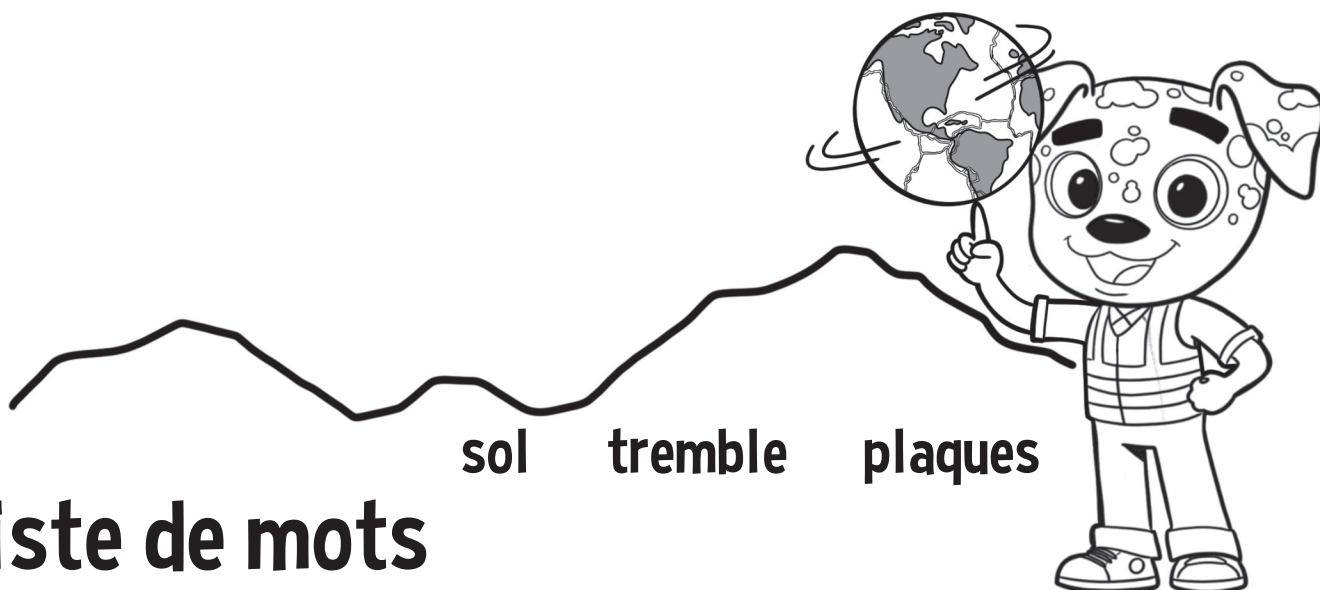


Il arrive que les morceaux **GLISSENT**
rapidement le long des **FAILLES**, et la **TERRE**
TREMBLE. C'est ce qu'on appelle un **SÉISME** !



Utilise les informations sur les séismes qui figurent en page 2 ainsi que la liste de mots pour t'aider à terminer les phrases !

1. La surface de la _____ ressemble à une coquille d'œuf craquelée.
2. Parfois, les morceaux _____ rapidement le long des failles et la terre tremble.
3. Lorsque des morceaux de la surface terrestre glissent rapidement le long des failles, la terre _____.
4. Lorsque la terre tremble, on appelle ça un _____.
5. On appelle les bords des plaques terrestres des _____.
6. On appelle les morceaux de surface terrestre des _____.
7. Lors d'un séisme, le _____ tremble.

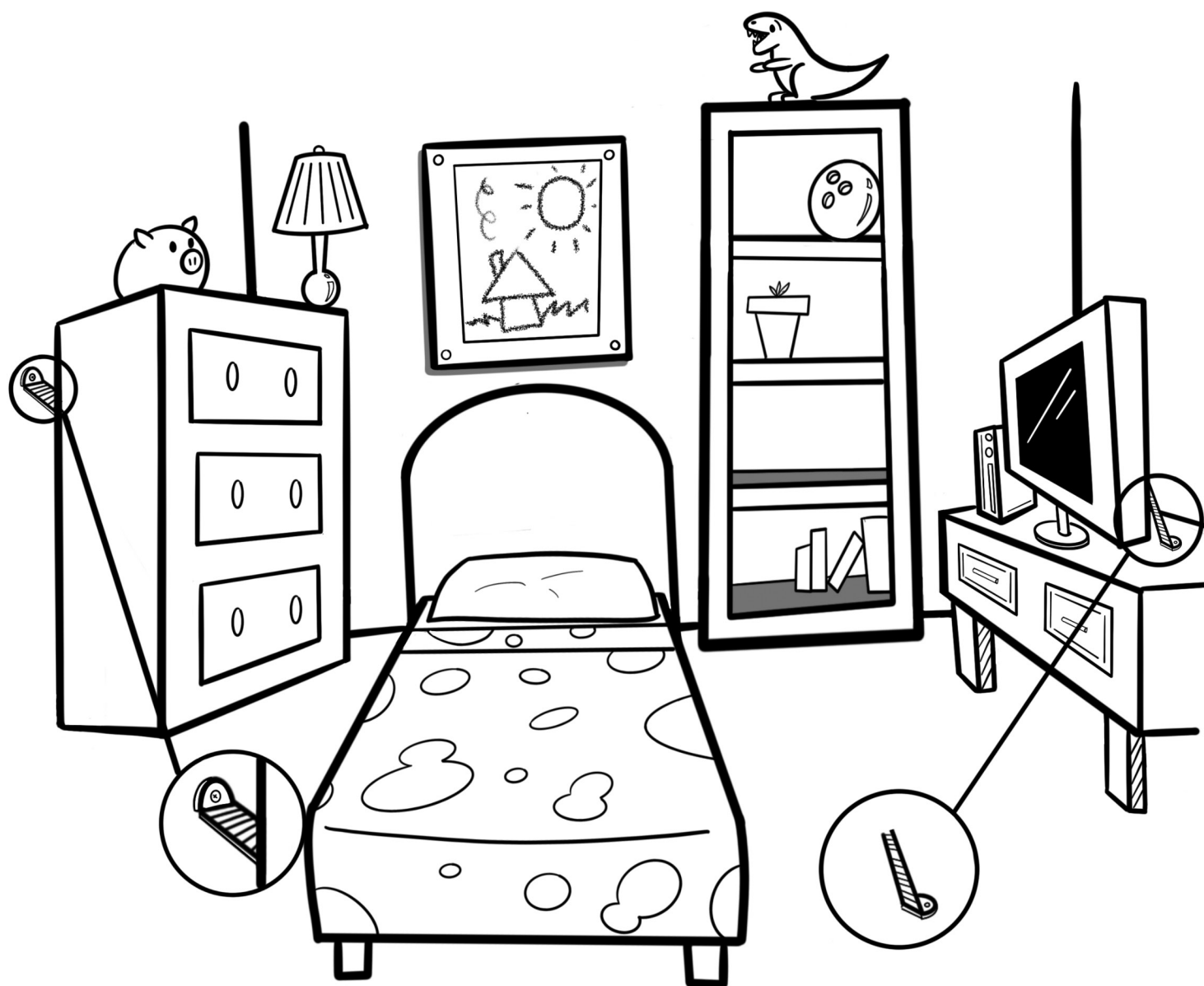


Liste de mots

Terre glissent séisme failles

FAISONS UNE CHASSE AUX DANGERS !

Beaucoup d'objets chez toi peuvent tomber et te blesser.
Mets-les plus bas ou attache-les pour qu'ils ne tombent pas.



Dessine une croix sur les objets qui peuvent te blesser s'ils tombent. Colorie cette page.

PLAN FAMILIAL D'URGENCE

Assure-toi que ta famille a établi un plan d'urgence qui comprend un lieu de réunion sûr. Remplis la liste ci-dessous pour pouvoir retrouver ta famille en cas de séparation.

MES INFORMATIONS EN CAS D'URGENCE

Mon nom :

Ma date de naissance :

Mon adresse :

Lieu de réunion :

Mon no de téléphone :

Mes problèmes médicaux :

Mes allergies :

Mes médicaments :

NUMÉROS D'URGENCE :

Police :

No de téléphone de mon parent/tuteur :

No de téléphone de mon 2e parent/tuteur :

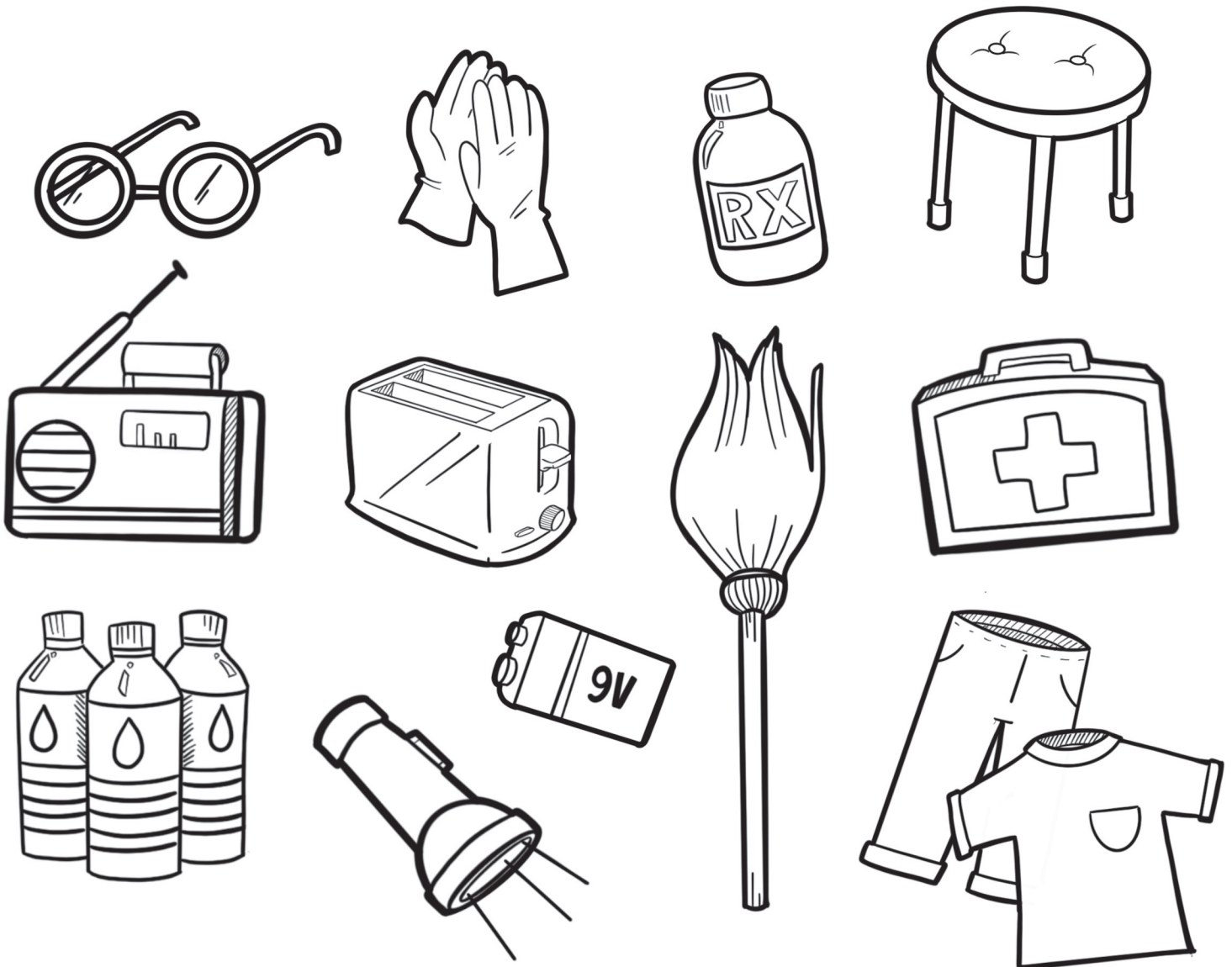
No de téléphone d'un proche :

No de téléphone d'un voisin :



MATÉRIEL EN CAS DE SÉISME : ES-TU PRÊT(E) ?

Assure-toi que ta famille a préparé un « sac de secours » au cas où vous devriez évacuer après l'arrêt des secousses.



Entoure les articles à mettre dans votre sac de secours. Puis colorie cette page.

Tu dois aussi préparer un sac à garder sous ton lit pour pouvoir quitter ta maison en toute sécurité. Assure-toi que ce sac est attaché à ton lit.



Entoure les articles à mettre dans ce sac. Puis colorie cette page.

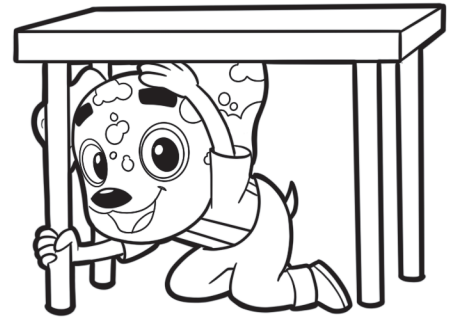
PENDANT UN SÉISME

Lorsqu'il y a un tremblement de terre ou que tu reçois une **ALERTE** (page 10), **BAISSE-TOI** là où tu es, **ABRITE-TOI** en couvrant ta tête et ta nuque et **AGRIPPE-TOI**.

- éloigne-toi des fenêtres et objets en verre
- ne te tiens pas dans l'encadrement d'une porte
- ne cours pas dehors
- si possible, va sous un bureau ou sous une table



BAISSE-TOI !



ABRITE-TOI !



AGRIPPE-TOI !



Dessine une ligne pour relier les mots au bon dessin de Rocket. Colorie cette page.



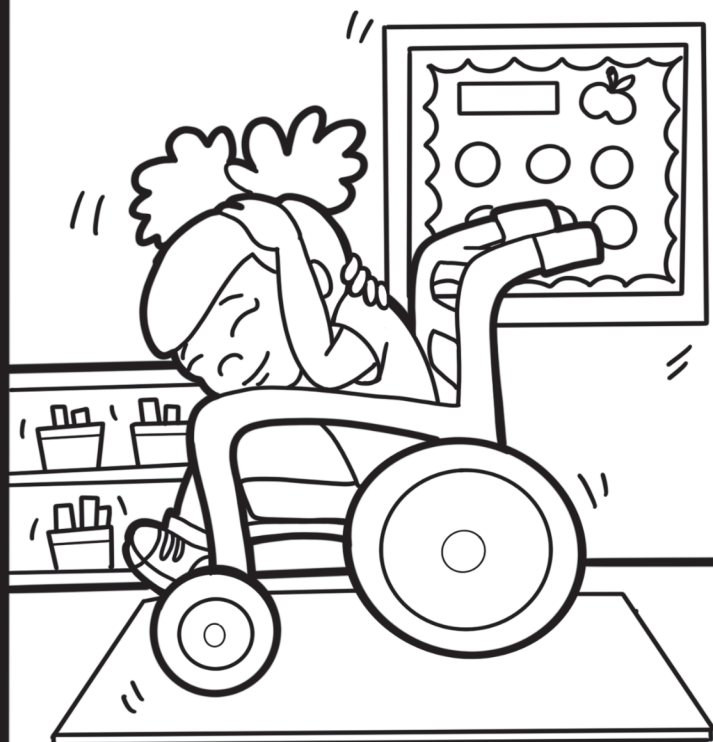
⚡ Si tu es dehors, va vers un grand espace ouvert.



Si tu es en voiture, arrête-toi au bord de la route. Reste dans la voiture jusqu'à l'arrêt des secousses.



Si tu es au lit, mets-toi sur le ventre et couvre ta tête et ta nuque avec un coussin.



Si tu es dans un fauteuil roulant, bloque tes roues et couvre-toi la tête et la nuque.

Colorie cette page.

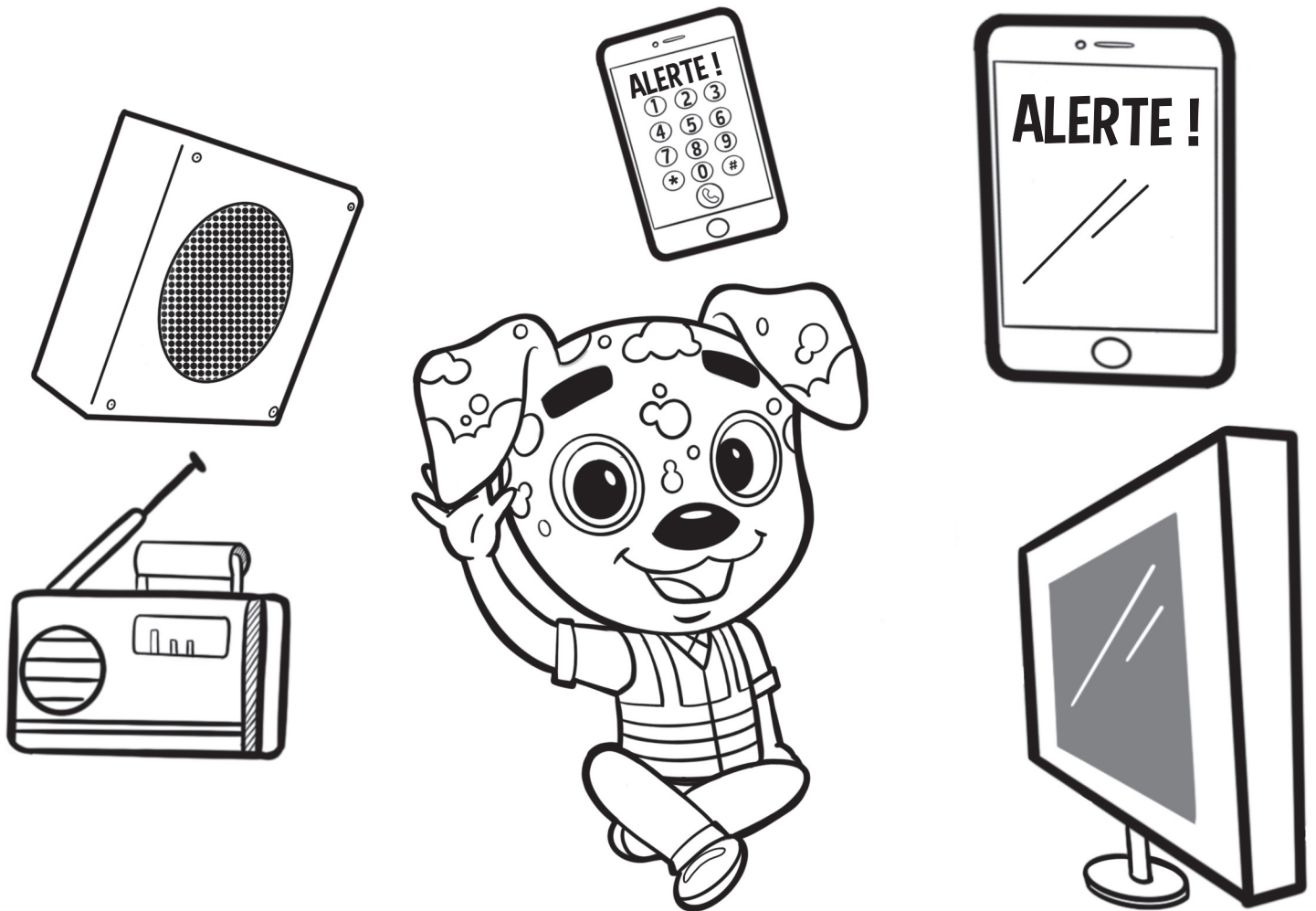


SYSTÈME D'ALERTE PRÉCOCE

Si tu es proche d'un séisme, il est possible que tu reçoives une **ALERTE** sur ton téléphone portable, sur un appareil sans fil, à la télévision, à la radio ou par haut-parleurs.

Si tu entends une **ALERTE**, n'attends pas les secousses :
BAISSE-TOI, ABRITE-TOI et AGRIPPE-TOI.

Si tu sens une secousse ou si tu reçois une alerte de séisme, dépêche-toi :
BAISSE-TOI, ABRITE-TOI et AGRIPPE-TOI.



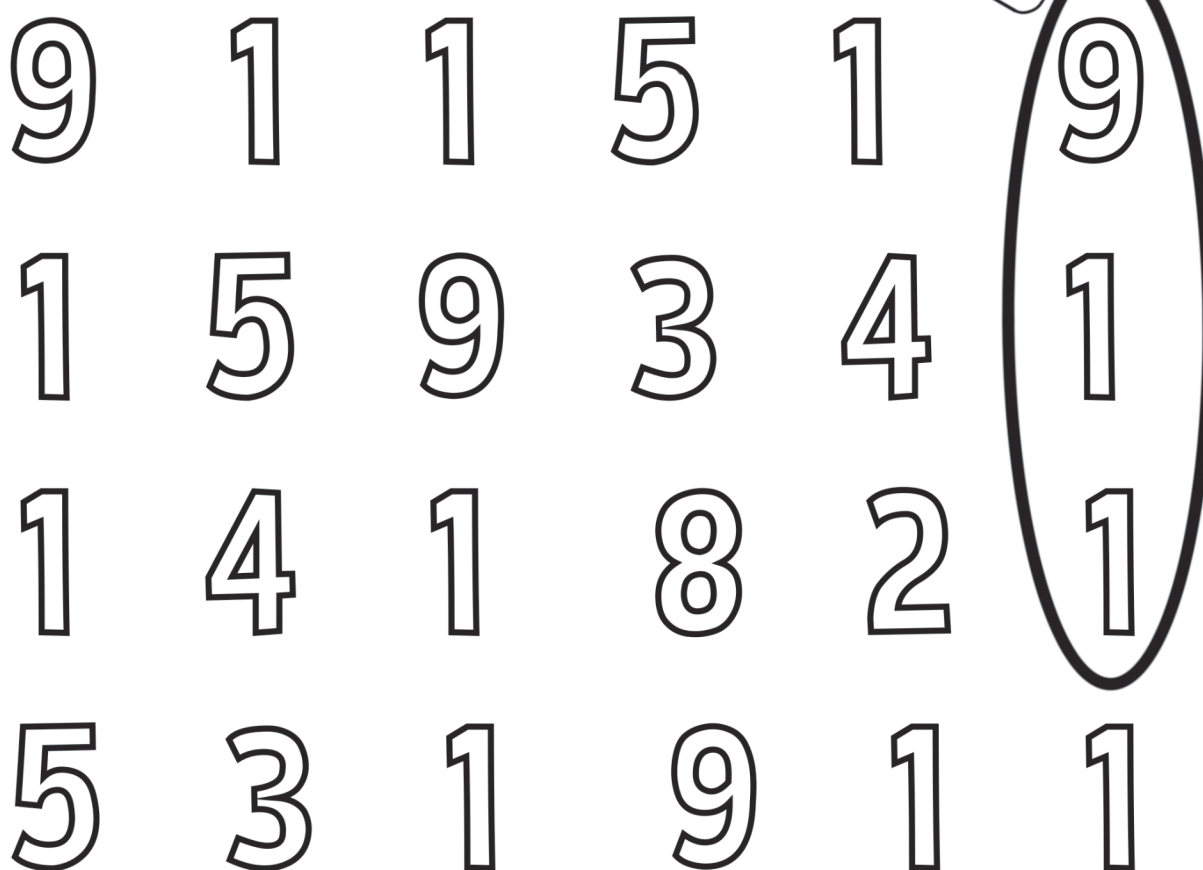
Colorie cette page.

9-1-1

Écoute ta station de radio locale pour les dernières nouvelles sur le séisme.

En cas d'urgence véritable, comme un incendie ou une blessure grave, tu peux appeler le 9-1-1.

Garde ton calme.



Les chiffres 9-1-1 se cachent 5 fois dans l'ordre, dans cette grille. Nous en avons entouré une. Entoure les quatre autres fois. Colorie cette page.



VÉRIFIE TES CONNAISSANCES SUR LES SÉISMES



Demande à ta famille de t'aider à répondre aux questions suivantes.

1. Qu'est-ce qu'un séisme ? (Page 1) _____
2. Comment appelle-t-on les secousses qui suivent un séisme ? (Page 1) _____
3. Que dois-tu faire des gros objets chez toi qui pourraient tomber ? (Page 4) _____
4. Connais-tu ton adresse et ton numéro de téléphone ? (Page 5) _____
5. Quels articles vont dans ton sac de secours ? (Page 6) _____
6. Quels articles vont dans ton sac à garder sous ton lit ? (Page 7) _____
7. Que dois-tu faire si le sol tremble ? (Page 8) _____
8. Si le sol tremble, dois-tu courir dehors ? (Page 9) _____
9. Si le sol tremble, dois-tu te mettre sous un bureau ? (Page 9) _____
10. Si le sol tremble et que tu es au lit, que fais-tu ? (Page 9) _____
11. Dans une véritable situation d'urgence, quel numéro composes-tu ? (Page 11) _____
12. Si tu reçois une alerte de séisme sur ton téléphone, que dois-tu faire ? (Page 10) _____

Réponses aux mots manquants de la page 3

1. Terre
2. glissent

3. tremble
4. séisme
5. failles

6. plaques
7. sol

BRAVO !

Attestation de réussite
Félicitations à

Tu es spécialiste en séismes !

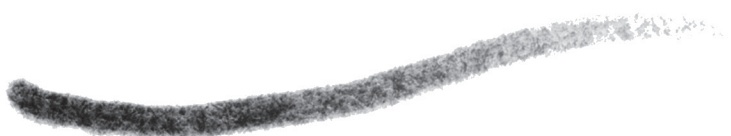
Date _____

Signature Rocket 



The Hero In You
Foundation

Remplis et colorie cette attestation et affiche-la sur ton mur.





Les séismes font trembler le sol,
endommagent les bâtiments et peuvent
entraîner des blessures.

Le livret d'activités sur la sécurité en cas de séisme de
Rocket apprend aux enfants comment rester en sécurité et
se préparer à un tremblement de terre.

LISTE DE CONTRÔLE DE SÉCURITÉ EN CAS DE SÉISME

- ☐ Prépare un **SAC DE SECOURS**
au cas où tu devrais évacuer.
- ☐ Apprends par cœur les numéros
de téléphone des **PERSONNES À**
CONTACTER EN CAS D'URGENCE
- ☐ S'il y a un séisme, **BAISSE-TOI,**
ABRITE-TOI et **AGRIPPE-TOI.**
- ☐ **ATTACHE LES OBJETS LOURDS** pour
qu'ils ne tombent pas.
- ☐ **GARDE TON CALME** afin de prendre
les meilleures décisions.

« Grâce aux exercices pratiqués
dans les écoles comme ShakeOut,
les enfants savent souvent mieux
que leurs parents comment se mettre
en sécurité en cas de tremblement
de terre ! Le livret d'activités sur la
sécurité en cas de séisme de Rocket
est un moyen amusant pour les
enfants d'en apprendre davantage
et d'aider toute leur famille à
mieux se préparer à ce genre
d'événements. »

Mark Benthien, directeur
des actions extérieures du SCEC
(Centre sismique de Californie du
Sud) del Sur de California



@RocketRules1



TWO BIRDS ARTWORK

Printed in the United States of America
ISBN 978-0-578-72673-1
A 501(c)(3) Nonprofit Organization
© 2020 Bunni and Rick Benaron

RocketRules.Org

