

- 1. 蹲下、掩蔽、抓緊：**當你感覺到地震時，**蹲下**，在一張書桌或堅實的餐桌下面**掩蔽**。遠離窗口或書架之類容易傾倒的物件。**抓緊**書桌或餐桌。在桌子移動時，隨著桌子移動。不要跑——留在原處。「蹲下、掩蔽、抓緊」。蹲下、掩蔽、抓緊。
- 2. 地震之後，檢查您家中的狀況：**您的家中是否倖免遭受重大損毀？
 - 解救您家中的寵物。
 - 如果聞到煤氣味或聽到嗤嗤的響聲——打開窗子，離開建築物。關閉戶外的總煤氣閥門。
 - 截斷通向您家中的水管線路。如果水管已破損，則能保護您家的水免受污染。
 - 如果您聽到電打火的聲音，或是看到煙霧/聞到煙味，請在主開關電閘處關閉電源。
- 3. 留在家中：**沒有必要不要開車。
 - 如果您的孩子在學校，他們會得到照顧。請先等候通知，然後再想辦法去接他們。
 - 使用蠟燭和其他臨時代用的取暖和照明設施時，應小心謹慎。發電機、烤肉架和炭火盆應放在戶外，因為它們會產生致命的一氧化碳。
 - 在飲用水前切記將其煮三到五分鐘進行殺菌
- 4. 張貼「我很好」或是「求救」標誌：**在您的前窗戶或是前門處張貼標誌，以將您的狀況儘快地告知鄰居和應急反應人員。
- 5. 安全駕駛：**如果您必須駕車，請謹慎行駛，因為交通信號燈可能已損壞，某些街道可能無法通行。如果沒有人指揮交通，在交通燈不亮的交叉路口就應將其當作是一個四個方向都豎有"stop"標志的交叉路口來對待。避免撞上電線或是駛入有積水的街道。不要在障礙物旁駕車。
- 6. 呼叫 911：**僅限於有生命威脅的緊急情況。除此之外，不要呼叫警察或消防員。打開收音機以收聽消息。如果您可以使用網際網路，請訪問 <http://www.bellevuewa.gov/emergency.htm>。您可以登記獲取電郵警報，包括向您的手機發送文字資訊。