

# A TERRA TREME

## 14 DE NOVEMBRO - 11:14

### EXECUTA OS 3 GESTOS QUE PROTEGEM:

DURANTE UM SISMO É IMPORTANTE FICAR CALMO E PROTEGERMO-NOS DEBAIXO DE UMA MESA OU DA CAMA. POR ISSO DEVEMOS **BAIXAR-NOS** SOBRE OS JOELHOS, QUE É UMA POSIÇÃO QUE EVITA UMA QUEDA E **PROTEGER** A CABEÇA E O PESCOÇO COM OS BRAÇOS E AS MÃOS. POR FIM, **AGUARDAR** ATÉ QUE A TERRA PARE DE TREMER.

