

الفهرس

2	مقدمة
3	هيكلة الكراسة
4	أين تحدث الزلازل في العالم ؟
6	أتهياً للزلزال في البيت
7	أتهياً للزلزال في الشارع
8	أتهياً للزلزال في المتوسطة
9	و الآن ... هل أنا مستعد ؟ فلأجرب
10	أصرف أثناء الزلزال في البيت
12	أصرف أثناء الزلزال في الشارع
14	أصرف أثناء الزلزال في المتوسطة
15	و الآن ... هل أنا مستعد ؟ فلأجرب
16	أصرف بعد الزلزال في البيت
17	أصرف بعد الزلزال في الشارع
18	أصرف بعد الزلزال في المتوسطة
19	و الآن ... هل أنا مستعد ؟ فلأجرب
20	ماذا أفعل حتى أكون مسعفا ؟
21	و الآن ... هل أنا مستعد ؟ فلأجرب
23	فهرس الكراسة