



L'interminable queue faite par les populations pour découvrir le Grand Mall de Douala et s'essayer sur un escalator ou escalier roulant suscite moqueries et railleries sur la toile.

La plus part des camerounais qui découvrent pour la première fois un escalier roulant doivent devoir bien assimiler les conseils suivant, pour éviter les chutes sur cette infrastructure pourtant vieille de plus de 150 ans.

- 1. Regardez devant vous et non pas au sol quand vous vous trouvez sur un escalier roulant.** Ne regardez pas les marches qui défilent et gardez votre regard droit devant vous quand vous empruntez l'escalateur. Cela va vous aider à ne pas bouger sur l'escalier afin de parvenir à votre destination <sup>[4]</sup>.
  - Cela va aussi réduire les étourdissements que vous pourriez ressentir quand vous empruntez un escalier roulant
- 2. Tenez-vous à la rampe ou tenez la main de quelqu'un.** Servez-vous des rampes sur les côtés pour vous stabiliser sur l'escalier et vous empêcher d'être étourdi
  - Vous pouvez aussi l'emprunter avec quelqu'un qui vous prend par le bras pendant que vous vous y trouvez. Cela peut vous donner un certain équilibre et une perception des profondeurs pendant que vous vous trouvez sur l'escalier roulant.

- Certaines personnes qui craignent les escaliers roulants trouvent pratique de porter des chaussures solides pour leur donner une sensation de sécurité et de confort

3. **3 - Empruntez l'escalier roulant quand il est désert.** Certaines personnes qui souffrent d'une phobie des escalators n'apprécient pas de se sentir prisonnières ou acculées et entourées d'un tas de gens quand elles empruntent un escalier dans un endroit très fréquenté ou aux heures de pointe. Attendez jusqu'à ce que la foule se soit clairsemée pour emprunter l'escalier roulant. Cela peut vous aider à vous sentir moins bousculé ou coincé quand vous le prenez

Voici une courte vidéo youtube qui montre la difficulté de certains visiteurs à utiliser l'escalier roulant du nouveau Grand Mall.