

## Chronique de Sécurité Civile

### Par Pascale Pelletier

Les tremblements de terre sont imprévisibles. Bien que les séismes de forte intensité soient rares au Québec, vous n'êtes pas à l'abri des secousses sismiques!

Prenez des mesures pour protéger votre vie et celle des vôtres en cas de tremblement de terre. S'il y a un tremblement de terre :

- restez calmes;
- écoutez les consignes de sécurité à la radio;
- n'utilisez le téléphone qu'en cas d'urgence.

#### **Comment se préparer à un tremblement de terre**

- Informez-vous et apprenez aux membres de votre famille quoi faire chez vous ou à l'école en cas de séisme.
- Convenez avec eux d'un lieu de rassemblement au cas où des membres de votre famille seraient séparés à la suite du séisme.
- Ayez chez vous les articles essentiels en cas de situation d'urgence.
- Déplacez les objets lourds au bas des étagères pour éviter qu'ils tombent sur quelqu'un.
- Si votre domicile est équipé d'appareils reliés à un réservoir de propane extérieur, assurez-vous que tout est solidement arrimé et que les conduites ne peuvent se briser.

#### **Pendant un tremblement de terre**

##### **Si vous êtes à l'intérieur**

- Restez dans le bâtiment. Ne vous précipitez pas dehors.
- Éloignez-vous des fenêtres, des miroirs, des cloisons de verre, des meubles en hauteur, des foyers et des appareils d'éclairage.
- Abritez-vous sous un meuble solide et agrippez-vous-y. Sinon, collez-vous contre un mur et protégez-vous la tête et le cou avec vos bras.
- Si vous êtes en fauteuil roulant, verrouillez les roues et protégez-vous la tête et le cou.
- Si vous êtes dans un lieu public, essayez de vous réfugier dans un endroit sûr ;

##### **Si vous êtes dehors**

- Éloignez-vous des bâtiments, des lignes électriques et des autres structures qui peuvent s'écrouler, comme les panneaux publicitaires.

## Chronique de Sécurité Civile Par Pascale Pelletier

### **Si vous êtes dans un véhicule**

- Ne vous arrêtez pas sur un pont, une voie surélevée, sous un viaduc ou dans un tunnel.
- Garez votre voiture en bordure de la route, dans un endroit dégagé, et restez à l'intérieur.
- Dans un autobus, restez assis jusqu'à ce que le véhicule s'arrête.

### **Après le tremblement de terre**

Si vous n'êtes pas blessé, vérifiez l'état des personnes près de vous. En cas de blessures, demandez du secours. Si vous êtes en mesure de le faire, administrez les premiers soins.

### **Si vous êtes à l'intérieur**

- Vérifiez si votre domicile est endommagé. Évacuez si les dommages sont sérieux.
- Quittez également les lieux s'il y a un début d'incendie ou une fuite de gaz.

### **Si vous quittez votre domicile**

- Affichez dans un endroit bien visible un message indiquant où vous trouver.
- Emportez certains articles essentiels.

### **Si vous êtes dehors**

- N'entrez pas dans votre domicile s'il est endommagé.
- Ne pénétrez pas non plus dans un autre bâtiment endommagé, même s'il vous inspire confiance.
- Attendez et écoutez les consignes de sécurité avant de réintégrer votre domicile ou un autre bâtiment.

*À venir : Les incendies et les incendies de forêts*

Source : [www.securitepublique.gouv.qc.ca](http://www.securitepublique.gouv.qc.ca)