

Quoi faire lors d'un tremblement de terre ?



Le meilleur moyen de se protéger lors d'un tremblement de terre est de respecter ces trois directives simples:

- **Baissez-vous** près du sol.
- **Abritez-vous** sous une table, un bureau, ou un meuble résistant.
- **Agrippez-vous** solidement jusqu'à la fin des secousses.

Si aucun abri solide n'est accessible à proximité, baissez-vous au sol. Si possible, déplacez-vous au **centre de la pièce, loin des fenêtres et de tout autre objet instable** qui pourrait tomber et vous blesser.

Restez au sol jusqu'à la fin des secousses et **protégez votre tête et votre cou** avec les bras.

Si vous êtes à l'extérieur

Si possible, déplacez-vous vers un secteur sécuritaire, loin des fils électriques, arbres, enseignes, et tout autre objet qui pourrait tomber.

Si vous êtes en fauteuil roulant

Verrouillez les roues. Protégez votre tête avec vos bras, un livre, ou tout autre objet à votre disposition.

Si vous êtes dans un véhicule

Rangez-vous en bordure de route et bloquez le frein à main. Restez à l'intérieur du véhicule jusqu'à l'arrêt complet des secousses.

Quelques mythes

Fuir vers l'extérieur ?

Il n'est pas recommandé de se déplacer vers l'extérieur, puisque vous augmentez ainsi les risques de blessures. Les secousses d'un tremblement de terre peuvent vous empêcher de vous déplacer de façon sécuritaire, et ce, même en rampant.

Se protéger dans une embrasure de porte?

Les embrasures de portes ne sont pas plus sécuritaires que tout autre endroit dans la maison. Trouvez plutôt une table ou un bureau sous lequel vous abriter, qui pourra vous protéger des chutes d'objets.

Après un tremblement de terre

Si vous êtes à l'intérieur

- ◆ Évacuez les lieux seulement si les dommages sont sérieux, s'il y a un début d'incendie, une fuite de gaz ou si l'ordre d'évacuer est donné.
- ◆ Évacuez les lieux prudemment en prenant garde aux débris, chutes d'objets ou de fils électriques libres.
- ◆ N'utilisez pas l'ascenseur et n'allumez pas les lumières.
- ◆ Soyez à l'affût ! Une réplique sismique est possible.
- ◆ Portez attention aux personnes blessées ou bloquées dans les décombres, ainsi qu'aux dommages afin de rapporter rapidement les informations à la Sûreté, une fois à l'extérieur.
- ◆ Dirigez-vous vers le lieu de rassemblement extérieur de votre équipe d'évacuation si possible.
- ◆ Attendez les consignes de la Sûreté.

Si vous êtes à l'extérieur

- ◆ Dirigez-vous vers le lieu de rassemblement extérieur de votre équipe d'évacuation si possible.
- ◆ Attendez les consignes de la Sûreté avant de réintégrer l'immeuble.

DIRECTION
DE LA PRÉVENTION
ET DE LA SÉCURITÉ



Université 
de Montréal

Sources:

Earthquake Country Alliance

Sécurité publique du Québec

Dernière mise à jour:

6 octobre 2014