

BIEN SE PRÉPARER ET RÉAGIR

face au risque sismique



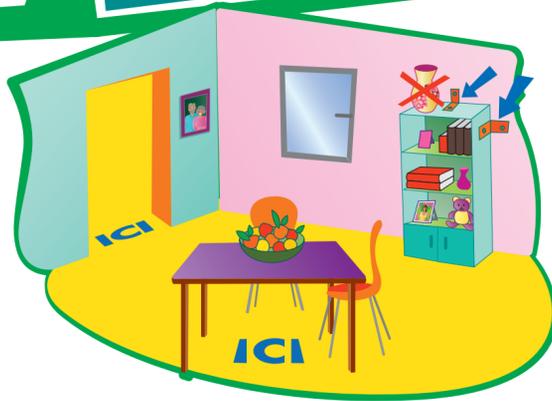
S'il n'est pas possible de prédire les séismes, il existe des moyens de réduire le risque par des actions de prévention.

AVANT se préparer



Anticipez !

Contrôlez et renforcez les éléments non structuraux de votre habitation (ex. cheminées). Fixez les meubles aux murs et enlevez les objets lourds placés en hauteur.



Repérez des zones sûres

Identifiez à l'avance les zones où l'on peut se protéger (dans un encadrement, sous une table...). Assurez-vous que les issues sont dégagées. Renseignez-vous sur l'existence de points de rassemblement près de chez vous.



Le kit d'urgence

Préparez un kit d'urgence : trousse de premiers secours, eau, aliments caloriques, lampe torche, sifflet, radio, piles, vêtements chauds, copie des papiers, argent...

PENDANT se protéger



Dans un bâtiment : abritez-vous !

Dès la première secousse, baissez-vous, protégez-vous la tête et agrippez-vous. Choisissez un meuble solide, un mur porteur ou un angle. Éloignez-vous de tout ce qui peut chuter et des surfaces vitrées.



Quand évacuer ?

Évacuez (dans le calme) dès que cela vous est physiquement possible, surtout si vous êtes au rez-de-chaussée et proche d'une sortie. Si c'est impossible (secousses trop fortes, sortie trop éloignée), continuez à vous abriter sur place. Dans tous les cas, n'empruntez jamais les ascenseurs.



Hors d'un bâtiment : éloignez-vous !

À l'extérieur, éloignez-vous des bâtiments, poteaux et fils électriques, arbres et reliefs. En voiture, arrêtez-vous dans un endroit dégagé et restez dans le véhicule.

APRÈS réagir



Quittez le bâtiment !

Dès la fin des secousses, prenez uniquement votre kit d'urgence et évacuez le bâtiment.



Restez vigilant

Ne retournez dans un bâtiment qu'avec le feu vert des autorités. Attention aux répliques sismiques et aux effets secondaires (feu, glissement de terrain, tsunami...).



Informez-vous

Écoutez une radio publique pour connaître les consignes des autorités. N'utilisez votre téléphone qu'en cas d'urgence pour ne pas encombrer les réseaux. Rendez-vous dans un point de rassemblement s'il y en a un à proximité.