

Il se produit plusieurs centaines de tremblements de terre chaque année au Québec, répertoriés principalement dans trois zones distinctes, soit Charlevoix-Kamouraska, Ouest du Québec et Bas-Saint-Laurent-Côte-Nord. Rares sont ceux qui causent des dommages, mais quelques tremblements de terre d'une magnitude de 6 à 7 sur l'échelle de Richter ont tout de même été répertoriés au Québec depuis les débuts de la colonie française. La plupart cause peu ou pas de dommages, mais la menace d'un tremblement de terre majeur dans cette région est bien réelle.

Le 20 octobre 2016 à 10 h 20 aura lieu l'exercice La Grande Secousse du Québec pour inculquer aux participants le réflexe de « se baisser, s'abriter et s'agripper ». Toute organisation et tous les citoyens du Québec sont invités à prendre part au plus grand exercice de séisme de tous les temps!

Toute organisation peut se familiariser avec cet exercice pour s'impliquer et se préparer à un grand tremblement de terre. De plus, le degré de préparation individuel et familial de chaque citoyen est la clé pour de meilleures chances de survie et de rétablissement à la suite d'un sinistre. Nous vous remercions de prendre part à cet effort collectif visant à faire du Québec une région plus sécuritaire et mieux préparée.

Pour participer, toutes les organisations doivent s'inscrire sur le site <http://www.grandesecousse.org/quebec>.

On peut utiliser ou s'inspirer des directives ci-dessous pour l'exercice La Grande Secousse du Québec et pour la réalisation de toute autre simulation. Ces directives seront utiles pour ceux qui auront à coordonner un exercice pour leur organisation, leur entreprise ou tout autre groupe. Les pages ci-dessous présentent quatre niveaux, allant de très simple (Niveau 1) à avancé (Niveau 4), et décrivent la marche à suivre avant, pendant et après l'exercice. Vous pourrez alors personnaliser votre exercice et le concevoir de façon à répondre à vos besoins spécifiques.

Niveau 1 – Simple : Exercice « Se baisser, s'abriter et s'agripper »

Cet exercice décrit les mesures simples à prendre pour enseigner aux citoyens la technique « Se baisser, s'abriter et s'agripper ». Cette technique est destinée à protéger les personnes de la chute de meubles et d'objets projetés qui peuvent devenir des projectiles durant un tremblement de terre.

Niveau 2 – Exercice de base : Sécurité des personnes

Cet exercice sur la sécurité des personnes vise à faire réfléchir les citoyens sur leurs mesures d'urgence pendant l'exercice, puis analyser le déroulement de l'exercice, de façon à y apporter des changements en vue du prochain exercice ou d'un vrai séisme.

Niveau 3 – Intermédiaire : Exercice de prise de décision au niveau exécutif

Le but de cet exercice de prise de décision est de faire réfléchir les dirigeants sur les aspects plus complexes des opérations suivant immédiatement un tremblement de terre, puis d'analyser le déroulement de l'exercice, de façon à apporter des changements en vue du prochain exercice ou d'un vrai séisme.

Niveau 4 – Avancé : Exercice de simulation sur l'organisation des opérations

Cet exercice de simulation des opérations s'adresse aux membres du personnel formé pour faire partie de l'équipe de crise et qui ont des rôles d'intervention et/ou de rétablissement à jouer dans leur plan de gestion des catastrophes. L'exercice comprend des simulations d'incidents, des prises de décision, des interventions, des éléments de sécurité des personnes, le tout suivi d'une analyse du déroulement de l'exercice, de façon à apporter des changements en vue du prochain exercice ou d'un vrai séisme.

Niveau 1 – Simple: « Se baisser, s’abriter et s’agripper »

Cet exercice décrit les mesures simples à prendre pour enseigner aux citoyens la technique « Se baisser, s’abriter et s’agripper ». Cette technique, éprouvée lors des tremblements de terre, est destinée à protéger les personnes de la chute de meubles et d’objets projetés pouvant devenir des projectiles durant un tremblement de terre.

AVANT l’exercice

1. Inscrivez-vous officiellement comme participant sur le site <http://www.grandsecousse.org/quebec>.
2. Donnez aux membres de votre équipe les renseignements suivants :
 - Date et heure de l’exercice.
 - Comment faire correctement l’exercice « *Se baisser, s’abriter, s’agripper* » quel que soit le lieu où l’on se trouve.
 - Vos attentes quant à leur participation (c’est-à-dire *Se baisser, s’abriter, s’agripper*, rassemblement pour le décompte des personnes, discussion après l’exercice).
 - Encouragez tout le monde, famille, amis et voisins, à s’inscrire en tant que citoyens, entreprises, agences ou organisations sur le site <http://www.grandsecousse.org/quebec>, pour que tous puissent participer et recevoir directement des renseignements importants pour leur sécurité en cas de tremblement de terre.
3. (Facultatif) Téléchargez, sur le site <http://www.grandsecousse.org/quebec>, les fichiers audio des bruitages réalistes et des consignes de sécurité à diffuser pendant l’exercice.

PENDANT l’exercice

1. Annoncez le début de l’exercice ou diffusez le fichier audio téléchargé dans le site <http://www.grandsecousse.org/quebec> et conseillez aux participants de *Se baisser, s’abriter et s’agripper*.

- Guide du participant -

- Comptez les secondes à voix haute pendant toute la durée du séisme, ce qui permet de focaliser l'attention des participants et de les calmer, ainsi que d'évaluer la durée du séisme. Plus il sera long, plus les participants devront redoubler de prudence.
 - Une fois que les secousses ont cessé (ou quand le signal est donné), comptez jusqu'à 60 pour permettre le retour au calme. Proposez aux participants de regarder autour d'eux, pendant qu'ils sont encore abrités sous un bureau ou une table, pour repérer les objets qui pourraient tomber sur eux lors d'un vrai tremblement de terre. Ces objets devront être fixés ou déplacés après l'exercice.
2. Après une minute, ou une fois que les bruitages sont terminés, annoncez la fin des secousses et indiquez que les gens peuvent se relever. Remerciez-les pour leur participation.
 3. Invitez-les à discuter entre eux de leur expérience.

APRÈS l'exercice

1. Demandez une rétroaction sur les impressions des participants.
2. Programmez le prochain exercice pour l'année suivante.
3. Partagez vos photos et vos histoires sur <http://www.grandsecousse.org/quebec>.
4. Encouragez tout le monde à se préparer également à la maison en consultant le site <http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres.htm>

Niveau 2 – Exercice de base : Sécurité des personnes

Cet exercice sur la sécurité des personnes vise à faire réfléchir les citoyens sur leurs mesures d'urgence pendant l'exercice, puis analyser le déroulement de l'exercice, de façon à y apporter des changements en vue du prochain exercice ou d'un vrai séisme.

Vous pouvez faire cet exercice même si votre organisation ou votre entreprise n'a pas encore élaboré de plan de mesures d'urgence.

AVANT l'exercice

1. Inscrivez-vous officiellement comme participant sur le site.
<http://www.grandesecousse.org/quebec>.
2. Si vous gérez un établissement public, déterminez si vous allez faire participer les citoyens dans l'exercice, et de quelle façon.
3. Suivez les consignes « Avant l'exercice » du Niveau 1.
4. Mesures ou questions à envisager :
 - De quelle façon allez-vous diriger les participants pendant et juste après les secousses?
 - o Comme la sécurité doit être la priorité absolue, évaluez soigneusement votre environnement, à l'intérieur et à l'extérieur de vos installations. Prenez en considération les facteurs tels que le lieu, le type de structure, les dommages éventuels qui auront une incidence sur les choix que vous aurez à faire après le séisme (notamment la décision d'évacuer ou de rester à l'intérieur).
5. Faites, par écrit, une brève description des dégâts que pourrait causer un tremblement de terre, ainsi qu'une liste de questions à considérer durant l'exercice, à l'intention des participants. Pour vous aider à préparer cette partie, consultez l'information sur les tremblements de terre sur le site www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres/sinistres/tremblement-terre.html
 - Fixez la note avec du ruban adhésif sous la surface des bureaux ou des tables, ou encore préparez des enveloppes scellées à ouvrir pendant l'exercice. Le courriel n'est à envisager qu'en dernier lieu : l'information a plus d'effet si elle est lue pendant l'exercice.
 - Pour stimuler la participation, vous pouvez ajouter des surprises sous les bureaux (bonbons, bâtons lumineux, etc.).
6. (Facultatif) Téléchargez, à partir du site <http://www.grandesecousse.org/quebec>, les fichiers audio des bruitages réalistes et des consignes de sécurité à diffuser pendant l'exercice.
7. Distribuez des affiches et des dépliants de La Grande Secousse du Québec pour inciter tout le monde à participer.

8. Décidez s'il faut ajouter ou non un exercice d'évacuation:
- Après le séisme : Déterminez, selon le type de bâtiment, son âge, l'état des lieux à l'intérieur et à l'extérieur, si vous procéderiez à une évacuation immédiatement après un vrai tremblement de terre ou si vous commenceriez d'abord par évaluer l'étendue des dégâts avant de prendre une décision. Ne sous-estimez pas les risques potentiels, par exemple des lignes électriques tombées au sol.
 - Risque de tsunami après un séisme : Si vos installations se trouvent dans une région côtière, examinez, s'il y a lieu, la possibilité d'avoir un plan d'évacuation vers des zones plus élevées.

PENDANT l'exercice

1. Suivez les consignes « Pendant l'exercice » du Niveau 1.
2. Après un tremblement de terre, l'évacuation n'est pas forcément la meilleure décision à prendre pour la sécurité des personnes. Si votre plan comprend d'autres mesures, par exemple l'évacuation des lieux, exécutez cette partie de votre plan, mais ne sous-estimez pas les risques potentiels causés par les objets brisés ou tombés au sol.
3. Invitez les participants à discuter de leur expérience et de leurs observations.

APRÈS l'exercice

1. Convoquez des réunions le plus tôt possible après l'exercice. Demandez aux participants de commenter le déroulement de l'exercice, ce qui peut être fait pour l'améliorer et comment mieux préparer vos installations.

Discutez des mesures de préparation à prendre en général à la maison et au travail.

- Discutez de l'attribution des tâches et des priorités à établir en cas de catastrophe pour que votre organisation ou votre entreprise puisse rétablir ses services.
- Assurez-vous que tout le monde est bien conscient qu'en cas de séisme majeur, les ressources locales des services d'urgence sont très sollicitées et peuvent tarder à vous venir en aide.

- Guide du participant -

2. Programmez le prochain exercice pour l'année suivante de sorte que les participants puissent s'exercer à pratiquer leur plan de mesures d'urgence.
3. Partagez vos photos et vos histoires sur <http://www.grandsecours.org/quebec>.
4. Encouragez tout le monde à se préparer également à la maison en consultant le site www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres.htm

Niveau 3 – Intermédiaire : Exercice de prise de décisions

L'exercice « Se baisser, s'abriter et s'agripper » comprend tous les éléments du Niveau 2, auquel on ajoute un exercice sur table pour sensibiliser les décideurs à l'impact qu'un tremblement de terre aurait sur votre organisation ou votre entreprise.

AVANT l'exercice

1. Inscrivez-vous officiellement comme participant sur le site <http://www.grandeseccousse.org/quebec>.
2. Rassemblez une équipe chargée de l'élaboration de l'exercice.
 - Établissez ou revoyez votre plan de mesures d'urgence en cas de tremblement de terre.
3. Déterminez la durée et les objectifs de votre exercice.
 - Si vous avez déjà un plan d'urgence, l'objectif de votre exercice sera de vérifier l'efficacité de votre plan.
 - Que souhaitez-vous évaluer à la suite de l'exercice?
4. Renseignez-vous sur les tremblements de terre qui pourraient se produire dans votre région et mettez votre équipe au travail pour élaborer un scénario de catastrophe, en prenant soin de décrire en détail les conséquences que le séisme pourrait avoir sur votre organisation. Pour vous aider, lisez l'information relative aux tremblements de terre sur le site www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres/sinistres/tremblement-terre.html
 - Y aurait-il encore de l'électricité? Le réseau téléphonique sera-t-il toujours en fonction?
 - Comment dirigerez-vous les participants pendant le tremblement de terre et immédiatement après?
 - Rappelez-vous que certains facteurs (lieu, type d'édifice, étendue des dommages) auront une influence sur vos décisions quant à la marche à suivre après un séisme (par exemple : évacuer ou rester sur les lieux) et sur les actions à long terme.

- Guide du participant -

- o Identifiez qui peut prendre des décisions et les communiquer après un séisme.
 - Assurez-vous que l'impact du séisme prévu dans le scénario est réaliste par rapport aux objectifs fixés. Inutile d'envisager un scénario « zéro survivant », qui éliminerait toute raison de s'exercer!
5. Mettez au propre la version finale de votre scénario de catastrophe.
 6. Invitez des décideurs-clés à participer à votre exercice et remettez leur votre plan d'action avant l'exercice.
 7. Suivez les consignes « Avant l'exercice » du Niveau 2.

PENDANT l'exercice

1. Invitez vos décideurs à se réunir dans une salle quelques minutes avant l'exercice, et expliquez les objectifs de l'exercice. Lorsque l'exercice est amorcé, demandez-leur de « *se baisser, s'abriter et s'agripper.* »
2. Suivez les consignes « Pendant l'exercice » du niveau 1.
3. Dans la salle où se trouvent les décideurs :
 - Lisez votre scénario de catastrophe, y compris le détail des conséquences du tremblement de terre.
 - Pour un effet plus saisissant, vous pouvez faire entendre les fichiers audio et vidéo du tremblement de terre pour lequel vous vous exercez. Ces fichiers se trouvent sur le site <http://www.grandsecousse.org/quebec>.
4. Aussitôt la lecture du scénario du séisme terminée, faites un tour de table pour discuter des événements auxquels vous devrez vous attendre et des décisions à prendre.
 - Discutez des conséquences et établissez vos priorités, par ordre chronologique, dans les minutes, les heures et les jours qui suivront le séisme, selon votre scénario.

- Guide du participant -

- Une fois que vous aurez réglé toutes les questions pour cette période prédéterminée, anticipez les événements dans les semaines et les mois à venir, et recommencez la discussion pour traiter des nouveaux problèmes.
5. Documentez bien la chronologie des événements, décisions, problèmes et solutions possibles que votre exercice a fait ressortir. Quelles politiques faudra-t-il définir à l'avance? Quels changements seront nécessaires dans vos façons de faire?

APRÈS l'exercice

1. Convoquez des réunions le plus tôt possible après l'exercice. Demandez aux participants de commenter le déroulement de l'exercice, ce à quoi ils s'attendaient, ce qui les a préoccupé et ce qui a plus ou moins bien fonctionné.
2. Profitez de l'occasion pour :
 - Passer en revue les devoirs de chacun après un désastre naturel.
 - Mettre à jour vos listes de personnes à appeler en cas d'urgence et vérifier votre procédure d'appels en chaîne.
 - Discuter de vos priorités en matière de sécurité des personnes.
 - Discuter des responsabilités de chacun en cas d'urgence.
 - Échanger sur les leçons que vous avez tirées de l'exercice ou de situations vécues.
 - Écouter toutes les suggestions avec attention.
3. Vérifiez, auprès des décideurs présents dans la salle, si votre exercice a atteint ses objectifs. Discutez de l'expérience vécue par les participants, de ce qui demeure une source de préoccupation, de ce qui a plus ou moins bien fonctionné, puis consignez tous les commentaires pour clore l'exercice.
4. Déterminez les étapes suivantes, et confiez ces tâches à des personnes précises.
 - Confiez à une équipe le soin de concevoir ou d'améliorer votre plan de réaction aux catastrophes à la suite des conclusions de l'exercice.

- Guide du participant -

- Discutez de l'importance d'être bien préparé, tant au bureau qu'à la maison, pour encourager la participation.
5. Partagez vos photos et vos histoires sur <http://www.grandeseccousse.org/quebec>.
 6. Encouragez les participants à se préparer également à la maison en consultant le site www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres.htm

Niveau 4 – Avancé : Exercice de simulation des opérations

L'exercice « Se baisser, s'abriter et s'agripper » comprend tous les éléments du Niveau 2 et s'adresse aux membres du personnel faisant partie de l'équipe de gestion de crise. À la différence du niveau 3, qui est un exercice « de table » pour prévoir les conséquences possibles d'un tremblement de terre et y trouver des solutions, ce niveau propose des simulations d'incidents afin de tester la capacité de votre organisation à réagir et à se rétablir.

AVANT l'exercice

1. Inscrivez-vous officiellement comme participant sur le site <http://www.grandsecousse.org/quebec>.
2. Rassemblez une équipe chargée de concevoir l'exercice.
3. Déterminez la durée, l'envergure et les objectifs de votre exercice.
 - Par exemple : tester, pendant une heure, un aspect spécifique du plan de mesures d'urgence de votre organisation.
 - Si vous gérez un établissement public, déterminez si vous allez faire participer les citoyens dans l'exercice, comme lors du déclenchement de l'alarme d'incendie durant les heures d'ouverture. Vous pouvez aussi faire votre exercice avant ou après les heures d'ouverture, mais vous réduirez ainsi vos chances de mieux évaluer l'efficacité de vos mesures de sécurité.
4. Renseignez-vous sur les tremblements de terre qui pourraient se produire dans votre région et mettez votre équipe au travail pour élaborer un scénario catastrophe sur mesure, en prenant soin de décrire en détail les conséquences que le séisme pourrait avoir sur votre organisation. Pour vous aider, lisez l'information relative aux tremblements de terre sur le site www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres/sinistres/tremblement-terre.html
 - Dans votre scénario, l'électricité est-elle coupée? Les routes sont-elles ouvertes ou fermées? Le réseau de téléphone fonctionne-t-il encore? Et les téléphones portables? Quels dommages structuraux affectent votre bâtiment? Quels dommages non structuraux ont affecté les ordinateurs, l'équipement, les machines, le mobilier, l'éclairage, le classement des dossiers, l'inventaire, les fenêtres, les systèmes informatiques?

- Guide du participant -

- Comment dirigerez-vous les participants pendant le tremblement de terre et immédiatement après?
 - Rappelez-vous que certains facteurs (lieu, type d'édifice, étendue des dommages) auront une influence sur vos décisions quant à la marche à suivre après un séisme (par exemple : évacuer ou rester sur les lieux). Votre priorité demeure la sécurité des personnes, aussi devrez-vous évaluer soigneusement l'état des lieux, à l'intérieur comme à l'extérieur, avant de prendre cette décision.
 - Assurez-vous que votre plan indique la ressource qui peut prendre des décisions et les communiquer après un séisme.
- Assurez-vous que l'impact du séisme prévu dans votre scénario est réaliste par rapport aux objectifs que vous vous êtes fixés. Inutile d'envisager un scénario « zéro survivant », qui éliminerait toute raison de s'exercer!
- 5. Invitez vos décideurs (équipe de gestion de crise,) à votre exercice et remettez leur votre plan d'action, si vous en avez un, avant l'exercice.
- 6. Choisissez un animateur de groupe pour mener l'exercice. Attribuez les autres rôles, par exemple des évaluateurs, pour que toutes les activités constituant l'exercice soient bien documentées par ordre chronologique.
- 7. Mettez au propre la version finale de votre scénario de catastrophe.
- 8. Organisez une formation pour toutes les personnes (participantes et remplaçantes) qui ont un rôle à jouer dans les situations d'urgence pour que chacune comprenne bien son rôle et ses responsabilités. Le plan de mesures d'urgence doit être connu de tous les participants, remplaçants, évaluateurs et décideurs.
 - Créez une chronologie des événements pour votre exercice.
- 9. Indépendamment de votre tableau chronologique, faites une liste d'éléments surprises à inclure dans l'exercice. Il s'agit d'événements susceptibles de se produire durant un tremblement de terre (par exemple : répliques après la secousse initiale, problèmes spécifiques liés à votre organisation, etc.). On peut inclure ces événements (ou les communiquer aux participants au moyen de notes, de jeu de rôles, etc.) pendant l'exercice de façon à présenter des problèmes aux participants

et de les faire réfléchir à des solutions sans pour autant les assaillir de données.



- Guide du participant -

10. (Facultatif) Téléchargez, sur le site <http://www.grandesecousse.org/quebec>, des bruitages réalistes et des renseignements sur la sécurité, pour les diffuser pendant votre exercice.

11. Suivez les consignes « Avant l'exercice » du Niveau 2.

PENDANT l'exercice

1. Suivez les consignes « Pendant l'exercice » du Niveau 1.
2. Annoncez le début des opérations pour lancer l'exercice pour que les participants appliquent les procédures de réponse aux situations d'urgence.
3. Fournissez aux participants la chronologie des événements et leurs instructions sur leurs rôles. Ne leur permettez pas de sauter des étapes.
4. Au fur et à mesure, introduisez vos éléments surprises en distribuant des consignes additionnelles à certains participants.
5. Une fois que vous avez atteint la durée prévue pour l'exercice, annoncez la fin des opérations.

APRÈS l'exercice

1. Réunissez l'animateur de groupe et les évaluateurs pour faire le point, avec leur documentation, sur le déroulement de l'exercice: activités, actions, décisions et solutions.
 - Demandez dans quelle mesure l'exercice a atteint ses objectifs et pourquoi.
 - Consignez par écrit les leçons à tirer, les pratiques exemplaires, et les mesures à prendre pour améliorer le plan.
2. Convoquez des réunions le plus tôt possible après l'exercice. Demandez aux participants de commenter le déroulement de l'exercice. Profitez de l'occasion pour :
 - Discuter de l'importance d'être bien préparé, tant au bureau qu'à la maison.

- Guide du participant -

3. Ensuite, réunissez les participants de l'exercice sur les opérations, y compris vos décideurs et vos leaders.
 - Si votre organisation est très grande, vous devrez peut-être tenir des réunions séparées pour les équipes d'urgence et les différents départements, ainsi qu'une réunion de l'équipe responsable de l'organisation à laquelle seront invités des représentants de chaque équipe.
 - Discutez et documentez sur le déroulement de l'exercice, les décisions qui ont été prises, ce qui a plus ou moins bien fonctionné, etc.
 - Prêtez une oreille attentive à toutes les suggestions.
 - Encouragez tout le monde à échanger sur les leçons tirées de l'exercice ou de situations vécues.
 - Revoyez les devoirs de chacun avant et après une catastrophe.
 - Examinez la nécessité de mettre à jour vos listes d'intervenants d'urgence et tout autre document important faisant partie de votre plan.
 - Examinez tout besoin de changement dans vos priorités concernant la sécurité des personnes.
 - Considérez les changements possibles dans l'attribution des responsabilités.
 - Encouragez la discussion sur l'importance d'être bien préparé au bureau et à la maison.
 - Consignez et acceptez tous les commentaires, puis clore l'exercice en remerciant tous les participants.