La Grande Secousse du Québec

Exercice annuel de tremblement de terre

Organismes à but non lucratif

Préparez-vous à la Grande Secousse!

Le 18 octobre 2018 à 10 h 18, des milliers de personnes au Québec vont « se baisser, s'abriter et s'agripper » lors de la Grande Secousse du Québec, le plus grand exercice de préparation aux séismes à se tenir dans la province! Tout le monde est invité à y participer ou à planifier un exercice d'une plus grande ampleur!

Le Québec est situé dans une zone reconnue pour son activité sismique importante : quelque 200 secousses sont enregistrées annuellement dans cette région. La menace d'un grand tremblement de terre au Québec est bien réelle.

Tous les citoyens doivent se préparer. Tel est l'objectif de l'exercice de la Grande Secousse. Le but est d'empêcher qu'un tel sinistre donne lieu à une catastrophe de grande envergure.

Votre participation peut se résumer à trois étapes :

1. Au moment de l'exercice, **baissez-vous** au sol, **abritez-vous** sous une table ou un bureau et **agrippez-vous** solidement au meuble comme s'il y avait un vrai tremblement de terre. Restez dans cette position au moins 60 secondes. Il faut vous exercer pour savoir comment vous protéger si un tremblement de terre se produisait.

2. Tout en restant à l'abri, regardez autour de vous et imaginez la scène si un vrai tremblement de terre venait de se produire. Qu'est-ce qui risquerait de vous tomber dessus? Quels seraient les dommages? Quelles seraient les répercussions du séisme dans votre vie quotidienne?

3. Exercez-vous aussi à faire ce que vous ferez une fois les secousses terminées.

Tout le monde est invité à participer : les citoyens, les familles, les entreprises, les établissements scolaires, etc.

Le 18 octobre 2018 à 10 h 18, participez au plus grand exercice de préparation aux tremblements de terre de l'histoire du Québec!

ASCQ Association de Sécurité Civile du Québec

BAC Bureau d'assurance du Canada

© 2018

Inscrivez-vous : **GrandeSecousse.org/quebec**

COMMENT PARTICIPER

Voici des gestes simples que peuvent poser tous ceux qui participeront à la Grande Secousse. Des instructions et de la documentation supplémentaire se trouvent au www.GrandeSecousse.org/quebec.

Préparez votre exercice :
- Inscrivez-vous au GrandeSecousse.org/inscrivezvous pour être recensés comme participants, recevoir les mises à jour par courriel et toute autre information concernant l'exercice.
- Tenez un exercice de la technique « se baisser, s'abriter et s'agripper » le 18 octobre.
- Discutez des résultats de l'exercice et améliorez votre procédure.

Préparez-vous aux tremblements de terre :
- Vérifiez votre trousse d'urgence et assurez-vous qu'elle est accessible et complète. Après un tremblement de terre, vous pourriez avoir à rester sur place au moins trois jours ou même une semaine. Assurez-vous donc d'avoir tout ce qu'il vous faut.
- Faites une inspection de vos installations pour déterminer les objets qui pourraient tomber en cas de tremblement de terre et fixez-les solidement.
- Encouragez votre personnel, vos bénévoles et votre clientèle à se préparer à la maison.
- Faites suivre à votre personnel une formation de premiers soins.
- Pour plus d'information sur la préparation de votre organisation, consultez : www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/

Faites connaître la Grande Secousse :
- Encouragez tout votre entourage à s'inscrire.
- Invitez d'autres organisations à participer à la Grande Secousse du Québec.
- Des affiches, des dépliants et du matériel pour promouvoir la Grande Secousse se trouvent au www.grandesecousse.org/documentation.
- Partagez votre expérience au www.grandesecousse.org/partager.

En tant que participant inscrit à la Grande Secousse, vous pourrez :
- apprendre ce que vous pouvez faire pour vous préparer à un tremblement de terre;
- recevoir les nouvelles de la Grande Secousse et de l'information sur les tremblements de terre;
- être recensé parmi tous ceux qui participeront au plus grand exercice de préparation aux tremblements de terre de tous les temps;
- être une source de motivation en incitant vos proches, vos collègues et vos amis à y participer eux aussi.