

# FAIRE FACE AUX RISQUES SISMIQUES EN FAMILLE



## QUE FAIRE À LA MAISON EN CAS DE SÉISME ?

Ce n'est pas le séisme qui tue mais ses conséquences. Les séismes se produisent de façon soudaine sans prévenir. De nombreuses personnes pensent que les dégâts sont inévitables qu'il n'y a rien d'autre à faire qu'attendre puis «ramasser les morceaux». Bien qu'on ne puisse pas prévoir la date et l'heure d'un séisme, de nombreux dommages peuvent être évités en prenant les bonnes mesures de prévention, avant, pendant et après un séisme. Vérifier que sa maison est construite selon le respect des normes parasismiques est la première mesure à prendre mais saviez-vous que la chute d'objets qui se trouvent dans une maison est l'une des principales causes de dommages corporels ? Alors que faire ?



## AVANT UN SÉISME

Toute la famille doit se préparer de la manière suivante :

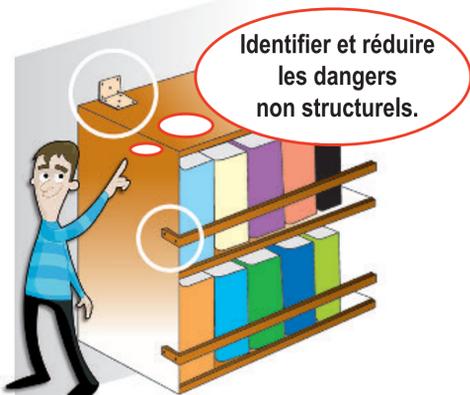
- \* Savoir ce qu'est un séisme.
- \* Prévoir les équipements minimum (radio portable avec piles, lampe de poche, bouteilles d'eau potable, papiers personnels, médicaments urgents, couvertures).
- \* S'informer en mairie des risques encourus et des consignes de sauvegarde.
- \* Organiser le groupe dont on est responsable, discuter en famille des mesures à prendre en cas de catastrophe (protection, évacuation, point de ralliement, penser aux mesures particulières si un membre de la famille est handicapé, repérer les endroits sécurisés dans la maison, conserver la liste des numéros d'urgence à portée de main ...).
- \* Repérer les points de coupure du gaz, eau, électricité.
- \* Identifier et réduire les dangers non structurels (bien fixer les objets lourds au mur, ne pas placer d'objets lourds au-dessus du lit ou d'une table...).
- \* Préparer un plan de regroupement familial.



## PENDANT UN SÉISME

Rester sur place et garder son calme.

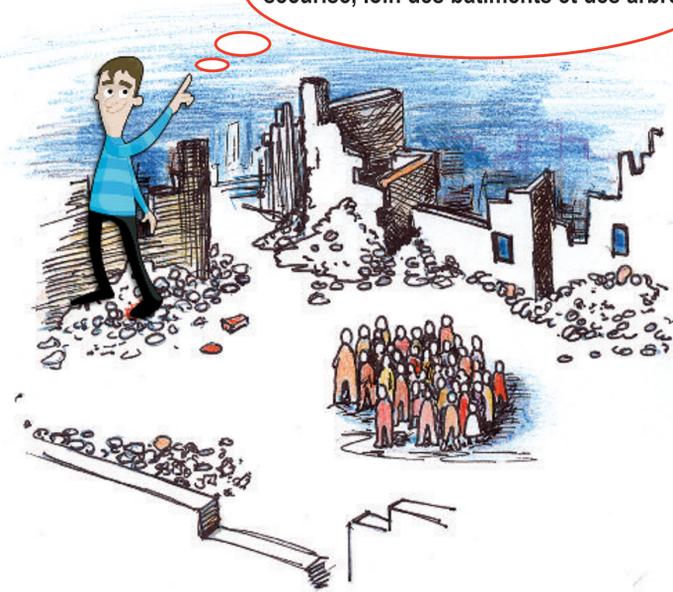
- \* À l'intérieur :  
Se mettre à genoux près d'un mur, d'une colonne porteuse ou sous un meuble solide, s'éloigner des fenêtres et se protéger la tête et le cou avec les bras.  
Si vous êtes en fauteuil roulant, serrez le frein et penchez vous au maximum vers vos genoux en protégeant votre tête et votre cou avec les bras.
- \* À l'extérieur : ne pas rester sous des fils électriques ou sous ce qui peut s'effondrer (ponts, corniches, toitures...).
- \* En voiture : s'arrêter et ne pas descendre avant la fin des secousses. Ne pas allumer de flamme, ne pas aller chercher les enfants à l'école.



**PROTÉGEZ  
VOTRE TÊTE ET GARDEZ  
VOTRE SANG-FROID  
QUOIQ'IL ARRIVE**



**Se réunir dans un espace dégagé et sécurisé, loin des bâtiments et des arbres.**



## APRÈS UN SÉISME

Attention : après la première secousse, se méfier des répliques : il peut y avoir d'autres secousses.

- \* Vérifier que vous n'êtes pas blessé et apporter une première aide aux voisins, penser aux personnes âgées et aux handicapés.
- \* Vérifier le gaz, l'eau, l'électricité : en cas de fuite, couper les alimentations, ouvrir les fenêtres et les portes, se sauver et prévenir les autorités.
- \* Sortir du bâtiment sans utiliser les ascenseurs et rejoindre le point de ralliement pré-défini (espace dégagé et sécurisé, loin des bâtiments et des arbres).
- \* S'éloigner des zones côtières et des rivières proches de la côte, même longtemps après la fin des secousses en raison d'éventuels tsunamis.
- \* S'informer : écouter et suivre les consignes données par la radio et les autorités.
- \* Ne pas téléphoner sauf en cas d'urgence absolue.
- \* Se mettre à la disposition des secours.
- \* Informer les autorités de tout danger observé.



**Si vous êtes à l'extérieur n'oubliez pas de rester loin de tout danger (bâtiments, feux tricolores, lignes électriques...).**

**Si vous êtes en voiture, n'oubliez pas de vous arrêter dès que possible dans un endroit dégagé éloigné de tout danger (immeubles, arbres, ponts et passerelles, lignes électriques...).**



Raising earthquake Awareness & Coping Children's Emotions



Project co funded by the EU,  
Civil Protection Financial  
Instrument, Grant Agreement  
No.070401/2010/579066/SUB/C4

<http://racce.nhmc.uoc.gr>