SEMAINE DE LA PROTECTION CIVILE : DU 1 AU 7 MAI 2005

PROTÉGER SA FAMILLE EN 5 ÉTAPES PRATIQUES

British Columbia · Yukon · Northwest Territories · Saskatchewan Corrections and Public Safety · Manitoba · Sécurité publique Québec · Nunavut · New Brunswick Canada Public Safety Sécurité publique · Nova Scotia Emergency Measures Organization · Prince Edward Island · Canada

Chaque année, des milliers de familles canadiennes affrontent diverses situations d'urgence qui peuvent bouleverser leur vie à jamais. Ne vous laissez pas prendre au dépourvu.

PRÉPAREZ-VOUS MAINTENANT! VOICI COMMENT…

1

IDENTIFIEZ LES RISQUES

Le fait de connaître les risques vous aidera à mieux planifier en cas d'urgence. Vous pourriez trouver utile de rédiger une liste des risques les plus communs dans votre région et de prendre conscience de la façon dont ils pourraient affecter votre famille. Voici quelques possibilités à prendre en ligne de compte :

PHÉNOMÈNES NATURELS

- Inondations
- Tremblements de terre
- Tsunamis et ondes de tempêtes
- Tornades, ouragans et blizzards
- Foudre et grêle
- Glissements de terrain et avalanches
- Tempêtes de pluie verglaçante

INCIDENTS TECHNOLOGIQUES OU ACTES DÉLIBÉRÉS

- Pannes d'électricité
- Déversements ou émanations de produits chimiques
- Terrorisme, explosions
- Incidents biologiques, radiologiques, nucléaires

« C'était à vous faire frissonner. Une fois que les secousses se sont passées, tout est devenu d'un calme inquiétant. »

Pour en savoir plus long sur les risques communs dans votre région, vous pouvez consulter la *Base de données canadienne sur les désastres* et la *Carte des catastrophes naturelles du Canada* au www.bpiepc.gc.ca sur Internet.

Petit conseil Votre police d'assurance couvre-t-elle tous les dangers auxquels vous pourriez être exposés? Si vous avez des doutes, appelez votre agent et posez-lui des questions précises pour chaque risque sur votre liste.

2 ÉLABOREZ VOTRE PLAN D'URGENCE FAMILIAL

Il est important de mettre en place un plan d'urgence familial, avant qu'une urgence ne frappe. Pour élaborer votre plan, vous devrez choisir :

- **Un contact familial à l'extérieur de la région.** Il s'agit d'une personne à qui chaque membre de la famille pourra téléphoner ou envoyer un courriel en cas d'urgence. Votre contact pourra vous donner des nouvelles des membres de la famille séparés par l'urgence, et vous indiquer comment les retrouver. Assurez-vous de choisir une personne qui ne risque pas d'être touchée par la même situation.
- **Un abri temporaire.** Que ce soit chez des amis ou à l'hôtel, pensez à un endroit où votre famille pourra passer quelques jours en cas d'évacuation. Cet abri peut aussi vous servir de lieu de rencontre, si vous êtes séparés lors d'une catastrophe. Avant de choisir votre abri, souvenez-vous que les ponts pourraient être fermés et les routes bloquées. N'oubliez pas de planifier pour vos animaux de compagnie – ils ne sont pas toujours admis dans les abris d'urgence ou les hôtels.

Grâce au modèle fourni, vous pourrez inscrire à votre plan d'urgence familial, les coordonnées de votre contact d'urgence (à l'extérieur de la région) et de votre abri temporaire. Ça prend juste une minute! Vous pourrez ensuite imprimer ce plan et en donner une copie à tous les membres de la famille, à votre contact d'urgence, à l'école de vos enfants (et possiblement à leurs établissements sportifs habituels – aréna, piscine, etc).

Affichez tous les numéros importants près de votre téléphone, ou programmez-les dans votre cellulaire.

Petit conseil En cas de tornade, d'incendie ou d'événement imprévu, chaque membre de la famille devrait savoir quoi faire, étape par étape, pour sortir de la maison le plus rapidement possible. Décidez d'un scénario d'évacuation et pratiquez-le au moins une fois par année, surtout si vous avez de jeunes enfants.

PLAN D'URGENCE DE LA FAMILLE :

Souvenez-vous que l'objectif d'un plan d'urgence familial est de vous rendre autosuffisants pour au moins 72 heures en cas de catastrophe.

Contact familial d'urgence en dehors de la région

Nom _____

Adresse _____

_____

Téléphone
(Maison) _____

(Travail) _____

(Cellulaire) _____

Courriel _____

Abri temporaire

Emplacement _____

_____

_____

Téléphone _____

Téléphone _____

Courriel _____

INFORMATION FAMILIALE

Nom	Date de naissance	Information médicale	Endroit habituel pendant la semaine	Domicile principal
1.				Adresse
2.				
3.				Téléphone
4.				Téléphone
5.				Courriel
6.				

Travail de _____
Adresse _____
Téléphone _____
Courriel _____
École de _____
Adresse _____
Téléphone _____
Courriel _____

Travail de _____
Adresse _____
Téléphone _____
Courriel _____
École de _____
Adresse _____
Téléphone _____
Courriel _____

Travail de _____
Adresse _____
Téléphone _____
Courriel _____
École de _____
Adresse _____
Téléphone _____
Courriel _____

AUTRES NUMÉROS IMPORTANTS

Affichez tous les numéros importants près de votre téléphone, ou programmez-les dans votre cellulaire

Police : _____ Ambulance : _____ Pompiers : _____ Docteur : _____ Assurance : _____

DONNEZ UNE COPIE DE CE PLAN À TOUS LES MEMBRES DE VOTRE FAMILLE, À VOTRE CONTACT D'URGENCE, À L'ÉCOLE DE VOS ENFANTS, ETC.

CARTES PORTEFEUILLE – INFORMATION DE CONTACT

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

INFORMATION DE CONTACT EN CAS D'URGENCE

Nom du contact à l'extérieur de la région : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Abri temporaire : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

3 ASSEMBLEZ VOS TROUSSES

Le fait d'avoir certains articles essentiels à portée de la main s'avèrera d'un grand réconfort en cas d'urgence. Vous pouvez assembler vos *trousses de premiers soins* par vous-même, mais il est également possible de les acheter toutes prêtes pour la maison, le voyage, la voiture ou même la randonnée. Voici quelques autres exemples de trousses de base que vous pouvez assembler en cas d'urgence.

ÉQUIPEMENT DE BASE

- ❑ Petit poêle à combustible et combustible (suivez les directives du fabricant et rangez-les convenablement).
- ❑ Allumettes imperméables, sacs à ordure en plastique, ruban à conduits et papier essuie-tout.
- ❑ Verres et assiettes jetables, couteaux, fourchettes, cuillères, ouvre-boîte manuel et ouvre-bouteille

Petit conseil Rangez tous ces articles dans un contenant accessible et facile à transporter.

« On a utilisé du combustible à fondue pour réchauffer notre eau. »

EAU ET NOURRITURE

- ❑ Au moins trois litres d'eau embouteillée par personne, par jour.
- ❑ Conserves : soupes, ragoûts, fèves, pâtes, viande, volaille, poisson, fruits et légumes.
- ❑ Barres énergétiques et aliments déshydratés
- ❑ Miel, beurre d'arachides, noix, sirop, confitures, sel et poivre, sucre, café instantané et thé.

Petit conseil Gardez assez d'eau et de nourriture non périssable pour subvenir à vos besoins pendant au moins 3 jours. Vérifiez la nourriture et remplacez l'eau une fois par année.

TROUSSE DE SURVIE

- ❑ Eau et nourriture
- ❑ Lampe de poche et piles de rechange
- ❑ Radio à manivelle ou à piles (baladeur et écouteurs)
- ❑ Bougies et allumettes/briquet

- ❑ Sifflet (au cas où vous auriez besoin d'attirer l'attention)
- ❑ Articles de toilette, lunettes (autres articles personnels)
- ❑ Trousse de premiers soins, médicaments d'ordonnance
- ❑ Jeu de clés supplémentaire et argent de poche (incluant de la monnaie pour téléphoner)
- ❑ Copies de vos documents importants (pièces d'identité, documents personnels)
- ❑ Vêtements et chaussures d'hiver, ainsi que couvertures ou sacs de couchage

Petit conseil Chaque membre de la famille pourrait avoir sa propre petite trousse personnalisée dans un sac à dos prêt à emporter en cas d'évacuation.

TROUSSE DE VOITURE

- ❑ Pelle, grattoir et brosse
- ❑ Sable, sel ou litière pour chat et liquide antigel
- ❑ Allumettes et bougies dans un contenant métallique
- ❑ Vêtements et chaussures de rechange, couverture
- ❑ Chaîne de remorquage, câbles de démarrage, liquide lave-glace
- ❑ Lanterne d'avertissement ou fusées éclairantes et extincteur à incendie
- ❑ Trousse de premiers soins avec sécateur pour les ceintures de sécurité
- ❑ Eau et aliments d'urgence (barres énergétiques)
- ❑ Cartes routières, sifflet et lampe de poche

Petit conseil Essayez de toujours garder votre réservoir d'essence à moitié plein, surtout en hiver.

Vos trousses peuvent être grandes ou petites, selon la saison et vos besoins.

Chaque membre de la famille pourrait avoir sa propre trousse d'urgence, et un autre sac pourrait être dédié à l'équipement, à la nourriture et aux bouteilles d'eau supplémentaires pour toute la famille.

Gardez en tête les besoins particuliers de votre famille. Par exemple, si vous avez un bébé, n'oubliez pas d'inclure des couches, du lait en poudre, un biberon et une suce dans votre trousse d'urgence. Pensez également aux besoins des personnes âgées ou handicapées de votre famille. Si vous avez des animaux de compagnie, mettez-leur de côté un petit sac de nourriture.

Petit conseil Faites des copies de toutes vos ordonnances et gardez un approvisionnement d'au moins une semaine de médicaments dans votre trousse d'urgence.

4 EXAMINEZ LES PLANS D'URGENCE…

DE L'ÉCOLE OU DE LA GARDERIE DE VOS ENFANTS

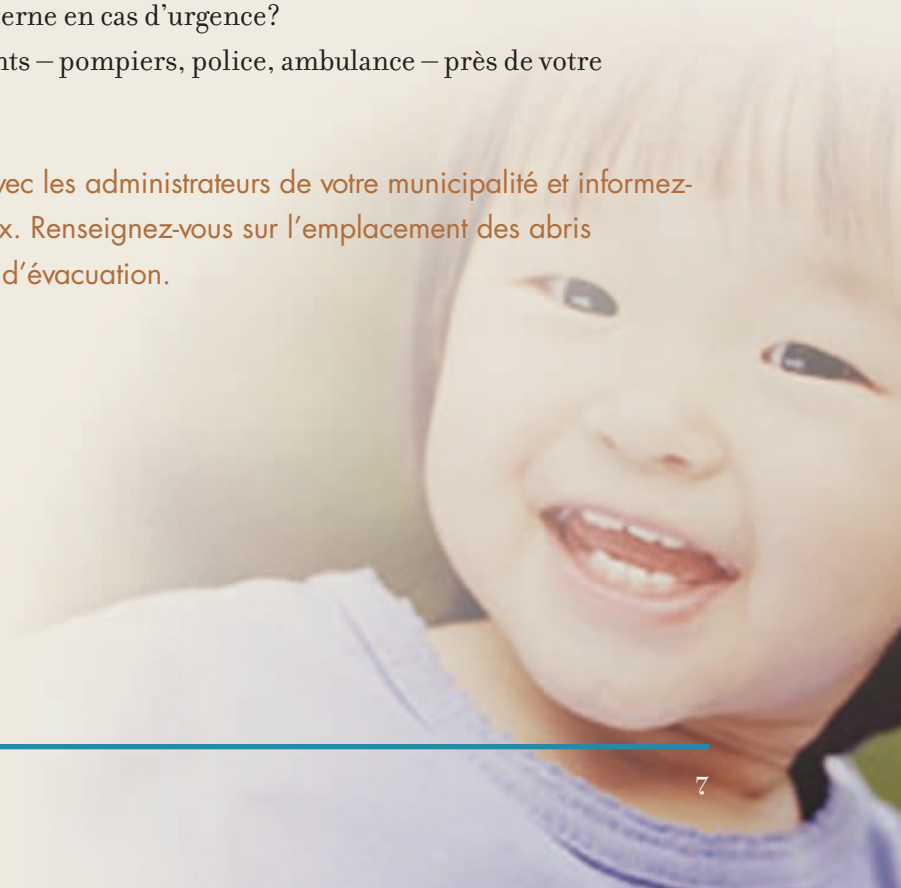
- En cas d'urgence, vous devez savoir si l'école gardera vos enfants jusqu'à ce qu'un adulte autorisé vienne les chercher, ou s'ils devront retourner à la maison par eux-mêmes.
- Informez-vous du genre d'autorisation qu'exige l'école pour confier un enfant à votre représentant(e), au cas où vous ne pourriez pas vous présenter.
- Assurez-vous que l'école dispose de vos coordonnées exactes et récentes, et de celles des personnes autorisées à venir chercher vos enfants pour vous. Donnez-leur une copie de votre plan d'urgence familial.
- Renseignez-vous sur les plans d'urgence des écoles de vos enfants. Aidez-les à comprendre tout ce qu'ils doivent faire lorsque sonne l'alarme.

« Préparer une école… c'est un très, très gros travail! »

DE VOTRE TRAVAIL

- Renseignez-vous sur les plans d'urgence de votre lieu de travail. Posez des questions : Quel serait votre rôle en cas de catastrophe? Quelles sont les procédures d'évacuation? Avez-vous un site de travail alterne en cas d'urgence?
- Affichez les numéros importants – pompiers, police, ambulance – près de votre téléphone.

Petit conseil Communiquez avec les administrateurs de votre municipalité et informez-vous des plans d'urgence locaux. Renseignez-vous sur l'emplacement des abris d'urgence et sur les procédures d'évacuation.



5 PRATIQUEZ EN FAMILLE… AU MOINS UNE FOIS PAR ANNÉE

Une urgence peut se produire n'importe où et n'importe quand. La pratique aide souvent à être moins désorienté et mieux organisé en cas de catastrophe – même en plein milieu de la nuit, même en plein hiver.

FAITES UN EXERCICE EN FAMILLE

- Montrez à chaque membre de la famille où et comment couper l'eau, l'électricité et le gaz dans votre maison. (Préparez de gros autocollants visibles pour indiquer où se trouvent les valves d'entrée d'eau et de gaz ainsi que le panneau de distribution d'électricité.)
- Chacun devrait également savoir où trouver l'extincteur et comment s'en servir en cas d'incendie (de même que l'alarme à feu dans un immeuble).
- Placez-vous physiquement dans toutes les pièces de votre demeure et pratiquez votre scénario d'évacuation (n'oubliez pas votre trousse d'urgence!).

« On aurait jamais cru que ça puisse nous arriver. Pas à nous… »

METTEZ À JOUR VOTRE PLAN D'URGENCE FAMILIAL

- Vérifiez les numéros de téléphone et l'information personnelle de chaque personne inscrite au plan.
- Imprimez de nouvelles copies du plan pour tous les membres de la famille, l'école de vos enfants et tout autre établissement que vous fréquentez régulièrement, le cas échéant.

VÉRIFIEZ LE CONTENU DE VOS TROUSSES

- Changez les piles de vos lampes de poche et de votre radio portative. Remplacez également vos piles de rechange.
- Réapprovisionnez vos trousses d'urgence. Changez l'eau embouteillée et assurez-vous que la nourriture est toujours bonne et que vos médicaments ne sont pas périmés.

Petit conseil On ne sait jamais quand il sera utile de connaître certaines techniques élémentaires du sauvetage. Souvenez-vous qu'il est IMPOSSIBLE d'acquérir toutes les compétences nécessaires à sauver une vie *pendant* une situation d'urgence. N'attendez pas qu'il soit trop tard… Renseignez-vous auprès de la Croix-Rouge canadienne ou de l'Ambulance Saint-Jean pour en apprendre davantage sur le secourisme la réanimation cardiorespiratoire (RCR).

INFORMEZ-VOUS

Le gouvernement du Canada a élaboré une série de brochures de conseils pratiques, avec de l'information étape par étape, pour vous aider à mieux vous préparer et à vous rétablir plus rapidement en cas d'urgence. Vous pouvez les consulter au www.sauvegarde.ca sur Internet.

Pour obtenir de l'information régionale ou locale, veuillez communiquer avec l'organisation de gestion des urgences de votre province ou territoire (cherchez sous « Sécurité » ou « Urgences » dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique).

Une publication de Sécurité publique et Protection civile Canada, en collaboration avec l'organisation de gestion des urgences de votre province ou territoire.

© Ministre des Travaux publics et Services gouvernementaux 2004.

Cette publication peut être reproduite à des fins non commerciales.

Pour plus d'information, veuillez visiter le www.sppcc-psepc.gc.ca .