

Plan d'urgence pour la famille en cas de catastrophe



Être prêt dans l'éventualité d'une catastrophe est l'une des meilleures façons de protéger votre famille et votre domicile. Vos préparatifs sont une façon de prendre des mesures permettant de faire face à l'inconnu. Nous espérons que les informations et les listes de vérification suivantes vous aideront à bien vous préparer.

I. Être prêt

- ☐ **Placez les numéros de téléphone d'urgence à côté du ou des téléphones (pompiers, police, ambulance, etc.).**
- ☐ **Désignez la personne à contacter en cas d'urgence pour la famille.**
- ☐ **Déterminez les points de rencontre en cas d'urgence pour votre famille.**
- ☐ **Apprenez à vos enfants comment et quand appeler le 9-1-1 ou le numéro des services médicaux d'urgence locaux.**
- ☐ **Stockez des provisions de secours et constituez un kit de survie en cas de catastrophe.**
Consultez le site internet de la Croix-Rouge américaine : <http://www.redcross.org/services/disaster/beprepared/supplies.html>, ou appelez leur Centre d'information et de ressources en cas de catastrophe au : 1-866-GET INFO (1-866-438-4636).
- ☐ **Effectuez une chasse aux dangers à votre domicile.**
Lors d'une catastrophe, des objets domestiques ordinaires peuvent causer des blessures ou des dégâts. Tout ce qui peut bouger, tomber, se casser ou provoquer un incendie présente un risque potentiel. Réparez les câblages électriques et les raccordements de gaz défectueux. Vérifiez que les étagères sont solidement fixées. Placez les objets lourds et volumineux sur les étagères les plus basses. Suspendez les miroirs et les cadres loin des lits. Renforcez la fixation des lustres. Fixez solidement le chauffe-eau à l'ossature murale. Réparez les fissures au plafond et dans les fondations. Entrez les désherbants, les pesticides et les produits inflammables à l'écart des sources de chaleur. Placez les chiffons et les déchets huileux dans des boîtes métalliques avec couvercle. Faites nettoyer et réparer les cheminées, les buses, les tuyaux d'évacuation de gaz et les bouches d'aération.
- ☐ **Déterminez quelles sont les meilleures façons d'évacuer votre domicile. Localisez deux issues dans chaque pièce.**
- ☐ **Identifiez les endroits les plus sûrs de votre domicile, pour chaque type de catastrophe possible.**
- ☐ **Installez des détecteurs de fumée à chaque étage, en particulier à proximité des chambres, et vérifiez les piles tous les six mois.**
- ☐ **Montrez à chaque membre de votre famille comment et quand couper les alimentations principales en eau, gaz et électricité.**
- ☐ **Faites suivre à tous les membres de votre famille une formation (dispensée par les pompiers) à la manipulation d'un extincteur de type ABC, et montrez-leur où il se trouve chez vous.**
- ☐ **Inscrivez-vous à un cours de premiers secours et de réanimation cardiorespiratoire (CPR) de la Croix-Rouge.**
- ☐ **Vérifiez que vous disposez d'une couverture d'assurance appropriée (habitation, vie et santé).**
- ☐ **Voyez comment aider vos voisins ou les membres de votre famille qui pourraient avoir besoin d'une assistance spéciale (personnes âgées, handicapées, etc.).**
- ☐ **Prenez connaissance du plan d'urgence de votre ville ou commune.**



II. Numéros de téléphone et informations en cas d'urgence

Tél. travail, tél. école, adresse électronique et tél. portable de tous les membres de la famille.

Membre 1 de la famille	N° tél. travail/école	N° tél. portable	E-mail
Membre 2 de la famille	N° tél. travail/école	N° tél. portable	E-mail
Membre 3 de la famille	N° tél. travail/école	N° tél. portable	E-mail
Membre 4 de la famille	N° tél. travail/école	N° tél. portable	E-mail
Membre 5 de la famille	N° tél. travail/école	N° tél. portable	E-mail
Voisin		Police	
Docteur		Ambulance	
Centre antipoison		Hôpital	
Pompiers		Vétérinaire	

Personne à contacter en cas d'urgence pour la famille

Demandez à un ami, résidant dans un autre État, d'être le « point de contact » de votre famille. Juste après une catastrophe, une communication interurbaine est souvent plus facile à obtenir qu'une communication locale. Les autres membres de votre famille appelleront cette personne pour lui dire où ils se trouvent. Tous doivent connaître les numéros de téléphone de la personne à contacter hors de l'État.

Personne à contacter hors État	Tél. travail	Tél. domicile	Tél. portable/Messageur
--------------------------------	--------------	---------------	-------------------------



Point de rencontre en cas d'urgence

Un point de rencontre en cas d'urgence est essentiel au cas où vous seriez contraints d'évacuer votre domicile ou si vous n'étiez pas en mesure de rentrer chez vous suite à une catastrophe. Choisissez deux points de rencontre :

1. L'un, tout près de votre domicile en cas d'urgence soudaine, comme un incendie.
2. L'autre, en-dehors de votre quartier, au cas où vous ne pourriez pas retourner chez vous. Tous doivent connaître l'adresse et le numéro de téléphone des points de rencontre.

Près de votre domicile

Téléphone	Adresse
-----------	---------

Hors de votre quartier

Téléphone	Adresse
-----------	---------

Numéro des services médicaux d'urgence locaux

Dans le Massachusetts, comme dans la plupart des États-Unis, ce numéro est le **9-1-1**. Toutefois, certaines régions rurales des États-Unis ont d'autres numéros. **Apprenez à vos enfants comment et quand appeler le 9-1-1 ou le numéro des services médicaux locaux en cas d'urgence.**

Les recommandations générales pour appeler le 9-1-1 sont les suivantes :

COMPOSEZ LE 911 UNIQUEMENT pour les situations présentant un DANGER DE MORT, telles que :

- Respiration difficile/essoufflement/arrêt de la respiration
- Étouffement (impossibilité de parler ou respirer)
- Douleur de poitrine - chez les adultes (durant plus de deux minutes)
- Saignement incontrôlable/perte de sang importante
- Noyade
- Électrocution
- Surdose de drogue/empoisonnement
- Blessures par armes à feu ou armes blanches
- Vomissements de sang
- Évanouissement soudain/perte de conscience
- Convulsions/épilepsie (agitation, mouvements incontrôlés de la personne qui risque de tomber au sol)
- Réaction allergique grave (difficulté à respirer/absence de réactions)
- Brûlures graves (peau blanche ou carbonisée : cloques ou rougeur sur une grande surface du corps)
- La personne ne se réveille pas, même quand vous la secouez
- IBlessures dues à des :
 - Accidents de la circulation
 - Chocs à la tête
 - Chutes
- Situations où la victime est piégée (par exemple, coincée dans un véhicule accidenté)
- Troubles émotionnels avec risques de blessures pour le malade ou autrui

Notez que ce ne sont que des recommandations générales — en cas de doute, n'hésitez pas à appeler le 911.



III. Les choses dont il faut se rappeler lors d'une catastrophe

Restez calme et patient. Appliquez votre plan d'action.

Vérifiez s'il y a des blessés.

Administrez les premiers soins et cherchez de l'aide pour les personnes grièvement blessées.

Écoutez votre radio à piles pour prendre connaissance des nouvelles et des consignes à suivre.

Constatez les dégâts éventuels à votre domicile...

- Utilisez des lampes de poche. N'allumez pas d'allumettes et n'actionnez pas les interrupteurs électriques si vous supposez qu'il y a des dégâts.
- Assurez-vous qu'il n'y a pas de fuite de gaz, en commençant par le chauffe-eau. Si vous détectez une odeur de gaz ou soupçonnez la présence d'une fuite, fermez le robinet principal d'arrivée de gaz, ouvrez les fenêtres et faites rapidement sortir tout le monde. Coupez l'arrivée de tout autre service de distribution qui aurait subi des dommages. (Vous ferez appel à un installateur qualifié pour rétablir le gaz.) Montrez à chaque membre de votre famille comment et quand fermer les arrivées principales d'eau, de gaz et d'électricité.
- Nettoyez immédiatement les médicaments, produits d'entretien ménager (javel), carburants et autres liquides inflammables renversés.

Choses à ne pas oublier...

- Appelez la « personne à contacter en cas d'urgence » de la famille - ne réutilisez le téléphone qu'en cas d'extrême nécessité.
- Assurez-vous d'avoir une réserve d'eau suffisante, au cas où l'eau serait coupée.
- N'approchez pas des fils électriques tombés au sol.
- Vérifiez si vos voisins ont besoin d'aide, en particulier les personnes âgées ou handicapées.

L'entraide entre voisins peut sauver des vies et des biens. Rencontrez vos voisins de quartier pour voir comment vous pouvez vous entraider en attendant l'arrivée des secours. Si vous faites partie d'une organisation de quartier - association de propriétaires ou groupe de surveillance de voisinage - proposez la préparation aux catastrophes comme nouvelle activité. Informez-vous des compétences particulières de certains voisins (par ex., médicales ou techniques) et voyez comment vous pouvez aider les voisins qui ont des besoins spéciaux, tels que les personnes handicapées ou âgées. Organisez-vous pour vous occuper des enfants dont les parents ne pourraient pas rentrer chez eux.

- **Enfermez vos animaux de compagnie ou mettez-les dans un lieu sûr.**

1. Choisissez un lieu sûr où mettre vos animaux de compagnie. Les refuges de la Croix-Rouge n'acceptent pas les animaux de compagnie, conformément aux réglementations de l'État sur la santé et la sécurité, et en vertu d'autres considérations. Seuls les animaux de service aidant des personnes handicapées sont autorisés dans les refuges de la Croix-Rouge. Lors d'une catastrophe, il peut être difficile, sinon impossible, de trouver un refuge pour vos animaux ; il est donc important de prévoir à l'avance. N'attendez pas la catastrophe pour en chercher un.
2. Constituez un kit de survie aux catastrophes pour vos animaux de compagnie. Prévoyez les provisions essentielles pour une absence de chez vous pouvant aller d'une journée à une semaine. Placez ces articles dans un lieu accessible et conservez-les dans des conteneurs solides, faciles à porter (sacs de voyage, poubelles avec couvercle, etc.).
3. Il se peut que vous ne soyez pas chez vous quand l'ordre d'évacuation sera donné. Si possible, trouvez un voisin de confiance qui acceptera d'emmener vos animaux de compagnie et de vous retrouver à un endroit défini à l'avance, si nécessaire. Cette personne doit être à l'aise avec vos animaux et savoir où les trouver. Elle devra aussi savoir où se trouve le kit de survie aux catastrophes pour vos animaux et avoir la clé de votre domicile. Si vous utilisez les services d'une garderie pour animaux, voyez à l'avance s'ils peuvent vous aider.

* Ce document a été produit par les Départements de la santé mentale et de la santé publique de l'État du Massachusetts, avec une subvention de la Direction des services de santé mentale et de lutte contre les toxicomanies (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA).

* Ce document est une adaptation partielle du « Plan d'urgence pour la famille » produit par l'Agence fédérale de gestion des urgences (Federal Emergency Management Agency, FEMA) et la Croix-Rouge américaine, www.redcross.org