

# *Guide de poche* sur les urgences



**VOTRE FAMILLE  
EST-ELLE PRÊTE?**

## **Votre guide pour :**

- Connaître les risques
- Préparer un plan
- Avoir une trousse

## **Quoi faire en cas de :**

- Tempêtes violentes
- Tremblements de terre
- Inondations
- Pannes de courant
- Feux de friches

Et plus...



Sécurité publique  
Canada

Public Safety  
Canada

# Connaissez les risques



Au Canada, nous sommes exposés aux catastrophes naturelles, lesquelles varient d'une région à l'autre. Il est très important de savoir quoi faire en cas d'urgence. Pour en savoir davantage sur les risques dans votre région et les mesures à prendre pour vous préparer, visitez [www.Preparez-vous.ca](http://www.Preparez-vous.ca). Utilisez ensuite ce guide pour vous préparer à différentes situations d'urgence.

## En cas d'urgence

Dans toute situation d'urgence, suivez les étapes suivantes :

1. Assurez votre propre sécurité avant de venir en aide aux autres.
2. Suivez les instructions indiquées sur votre plan d'urgence.

3. Récupérez votre trousse d'urgence.
4. Surveillez et suivez les instructions des autorités à la radio, à la télévision et en ligne.
5. Restez sur place jusqu'à ce que la sécurité soit rétablie ou qu'on vous ordonne d'évacuer.
6. Limitez les appels téléphoniques aux urgences, et laissez la ligne libre pour les intervenants d'urgence.

## Tempêtes violentes

### En cas de tempêtes violentes :

- Si possible, abritez-vous dans un immeuble et restez à l'intérieur.
- Suivez les avertissements météorologiques et les instructions des autorités à la radio, à la télévision et en ligne.
- Si vous avez du temps, ancrez tout ce qui pourrait être emporté ou arraché par le vent, comme les meubles de jardin.
- Éloignez-vous des fenêtres, des portes et du foyer.
- Si vous êtes dans un véhicule, immobilisez-le loin des arbres et des fils électriques.

## Blizzards

### Si vous êtes à l'intérieur :

- Assurez-vous que votre trousse d'urgence est prête.
- Si vous avez le temps, attachez un cordage de sécurité entre la maison et d'autres bâtiments où vous pourriez avoir à vous rendre pendant la tempête.

### Si vous devez sortir :

- Sachez que vous risquez rapidement de vous perdre et de souffrir d'engelures et d'hypothermie.
- Portez un manteau à capuchon, un chapeau, des mitaines et des bottes chaudes.
- N'essayez pas de vous rendre à pied à un autre bâtiment lorsque la visibilité est réduite, à moins d'avoir installé un dispositif pour vous guider.
- Si vous devez absolument voyager, faites-le pendant la journée et informez quelqu'un de votre itinéraire.

### Si votre véhicule est pris dans un blizzard :

- Restez à l'intérieur de votre véhicule. Entrouvrez la vitre pour laisser entrer l'air. Faites tourner le moteur pendant une dizaine de minutes chaque demi-heure, à moins que le système d'échappement ne soit bloqué.
- Pour vous réchauffer, bougez vos mains et vos pieds régulièrement.
- Si vous devez pelleter la neige autour de votre véhicule, ne vous exténuez pas. Le fait de s'éténuer lorsqu'il fait très froid peut provoquer la mort en raison d'une crise cardiaque ou causer de l'hypothermie en raison de sueurs excessives.
- Restez à l'affût des autres véhicules et des équipes de secours.

## Tempêtes de verglas

### Si vous êtes à l'intérieur :

- Restez à l'intérieur à moins que l'on vous demande d'évacuer.

### Si vous devez aller à l'extérieur :

- Faites attention aux branches ou aux fils qui pourraient céder sous le poids de la glace et tomber.
- Restez loin des fils électriques. Un fil qui pend peut être chargé (sous tension).
- Ne prenez pas la route. Attendez plusieurs heures après l'arrêt des précipitations afin que les travaux d'entretien des routes soient terminés.



## Ouragans

### Si vous êtes à l'intérieur :

- Restez dans un endroit sécuritaire; les vents peuvent vite changer de direction ou gagner en puissance.
- Évitez d'utiliser un téléphone à fil et éloignez-vous des objets conducteurs d'électricité.
- Si vous vivez sur la côte ou sur une terre basse près de la côte, dirigez-vous vers l'intérieur des terres ou un terrain plus élevé.

### Si vous êtes à l'extérieur :

- Ne vous rendez pas sur le rivage pour regarder la tempête.
- Si vous êtes sur l'eau, dirigez-vous immédiatement vers le rivage.

## Tonnerre et orages électriques

### Si vous êtes à l'intérieur :

- Débranchez les radios, les télévisions et les appareils électroménagers. Utilisez une radio à piles ou à manivelle pour écouter les avertissements météorologiques et les instructions données par les autorités.
- Évitez d'utiliser un téléphone à fil et tenez-vous loin des objets conducteurs d'électricité.
- En cas de grêle, éloignez-vous des fenêtres, des portes en verre et des puits de lumière.

### Si vous êtes à l'extérieur :

- Si vous vous faites surprendre par un orage, mettez-vous en position accroupie afin de réduire le contact avec le sol. Ne vous abritez jamais sous un arbre.
- Si vous conduisez un véhicule, immobilisez-vous loin des arbres ou des lignes électriques.
- Si vous êtes sur l'eau, dirigez-vous immédiatement vers le rivage.

## Tornades

### Si vous êtes à l'intérieur :

- Si vous êtes dans un immeuble de grande hauteur, n'utilisez pas les ascenseurs.
- Abritez-vous dans une petite pièce au sous-sol ou au rez-de-chaussée. Mettez-vous à l'abri sous une table ou un bureau.
- Éloignez-vous des fenêtres, des murs extérieurs, des cheminées et des portes.
- Évitez d'utiliser un téléphone à fil et tenez-vous loin des objets conducteurs d'électricité.
- Limitez les appels téléphoniques aux urgences.

### Si vous êtes à l'extérieur :

- Rendez-vous dans l'abri solide le plus près, si possible. Sinon, réfugiez-vous dans une dépression comme un fossé. Étendez-vous et protégez votre tête. Faites attention aux inondations causées par les averses et soyez prêt à vous déplacer.
- Ne vous réfugiez pas sous un pont, car les vents peuvent s'intensifier à cet endroit.
- Ne vous réfugiez pas dans une maison mobile qui n'est pas bâtie sur une fondation solide.



## Incidents liés aux substances chimiques, biologiques, radiologiques ou nucléaires (CBRN)

Les substances CBRN posent un risque pour la santé si elles sont inhalées, ingérées ou entrent en contact avec la peau.

### Dans toutes les situations, tenir compte :

- **Temps** : réduisez au minimum toute exposition aux substances CBRN.
- **Distance** : demeurez aussi loin que possible de la zone contaminée.
- **Protection** : protégez-vous contre ces substances.

### Si vous êtes dans un espace contaminé fermé :

- Couvrez les parties exposées de votre peau, protégez vos voies respiratoires (p. ex. : en utilisant un linge humide) et réduisez autant que possible le contact avec ces substances.
- Fermez ou tenez-vous éloigné des conduits de ventilation reliés au système de climatisation ou de chauffage.
- Communiquez immédiatement avec les services d'urgence.
- Si vous ressentez des symptômes d'exposition à des substances CBRN (p. ex., vertige, transpiration, vomissement, respiration difficile, changement du rythme cardiaque ou de la couleur de la peau), consultez immédiatement un médecin.

### Si vous êtes dans un espace contaminé ouvert :

- Suivez les mêmes étapes indiquées pour l'espace fermé.
- Éloignez-vous le plus rapidement possible de la zone contaminée.



### Si vous êtes dans votre véhicule :

- Gardez les bouches d'air et les vitres fermées.
- Ne mettez en marche ni le chauffage ni la climatisation.
- Éloignez-vous de la zone contaminée.

**Dans toutes les situations, surveillez les instructions des autorités à la radio, à la télévision et en ligne. Elles vous indiqueront si vous devez vous abriter sur place ou évacuer l'endroit.**

## S'abriter sur place

Si l'on vous demande de vous abriter sur place suite à un incident lié à des produits CBRN :

- Fermez et verrouillez toutes les fenêtres et les portes donnant à l'extérieur.
- Éteignez tous les ventilateurs et systèmes de chauffage et de climatisation pour éviter de faire entrer de l'air de l'extérieur.
- Prenez votre trousse d'urgence.
- Allez dans une pièce située au-dessus du niveau du sol, si possible dans un local sans fenêtre.
- Utilisez du ruban adhésif ou des linges humides pour sceller les fentes autour des portes et bouches d'air.
- Limitez les appels téléphoniques aux urgences.



## Tremblements de terre

### Si vous êtes à l'intérieur :

- Lorsque vous sentez un tremblement de terre, **ABRITÉZ-VOUS** sous un meuble. **COUVREZ** votre tête et votre cou. **AGRIPPEZ-VOUS** à l'objet sous lequel vous êtes réfugié.
- Éloignez-vous des fenêtres et des étagères supportant des objets lourds.
- Si vous ne pouvez pas vous réfugier sous un meuble solide, mettez-vous en position accroupie ou étendez-vous le long d'un mur intérieur.
- **Si vous êtes en fauteuil roulant** : Verrouillez les roues et protégez le derrière de votre tête et de votre cou.
- **Si vous êtes au lit** : Restez-y et protégez votre tête avec un oreiller, à moins que vous vous trouviez sous un objet lourd qui pourrait tomber sur vous. Dans ce cas, déplacez-vous vers l'espace sécuritaire le plus près.
- **Si vous êtes dans un immeuble** : Restez-y.
- **Si vous êtes dans un ascenseur** : Pressez le bouton de chaque étage et sortez le plus vite possible.



### Si vous êtes à l'extérieur :

- Éloignez-vous des lignes électriques, des immeubles et du rivage.
- **Si vous êtes dans un véhicule** : Rangez votre véhicule sur le côté et restez à l'intérieur. Si vous avez besoin d'aide, indiquez-le au moyen d'une pancarte sur laquelle vous aurez écrit « À L'AIDE ».
- **Après les secousses** :
  - Préparez-vous à ressentir les répliques.
  - Restez calme. Aidez les autres si vous en êtes capable.
  - Si vous avez besoin d'aide, indiquez-le au moyen d'une pancarte sur laquelle vous aurez écrit « À L'AIDE » et composez le 9-1-1.
  - N'enflammez pas d'allumette et n'allumez pas de lumière. Toute étincelle peut causer une explosion en cas de fuite de gaz.
  - Sortez de votre maison et vérifiez si celle-ci a subi des dommages. Si vous croyez que la structure a subi des dommages ou qu'il y a une fuite de gaz, n'y entrez pas.
  - Si vous vous trouvez dans un endroit sécuritaire, surveillez les avertissements météorologiques et les instructions des autorités à la radio, à la télévision et en ligne.
  - S'il y a de l'eau courante, remplissez la baignoire ou des contenants en cas d'interruption de l'alimentation en eau.

## Inondations

### En cas de risque imminent d'inondation :

- Éteignez les appareils de chauffage au sous-sol et fermez les valves de gaz. Débranchez les appareils électroménagers et électroniques.
- Ne coupez l'alimentation en électricité que si la zone autour du panneau électrique est complètement sèche et que l'inondation n'a pas encore eu lieu.
- Déplacez les meubles et les articles importants au-dessus du niveau du sol.
- Bouchez le tuyau d'évacuation de la cuvette et le drain au sous-sol.



### Si l'inondation est commencée :

- Si vous n'avez pas coupé l'alimentation en électricité avant que l'eau commence à entrer dans la maison, ne tentez pas de le faire.
- N'allez pas dans un sous-sol inondé où il peut y avoir des fils ou des appareils électroménagers sous tension.

### À la suite d'une inondation :

- Ne rentrez pas chez vous avant que les autorités ne vous assurent qu'il n'y a plus de danger.
- Si l'alimentation en électricité n'a pas été coupée avant l'inondation, n'entrez pas dans votre demeure avant qu'un électricien qualifié ne détermine qu'il n'y a plus de danger.
- Soyez très prudent lorsque vous revenez à la maison après une inondation.

## Pannes de courant

- Vérifiez si la panne d'électricité se limite à votre demeure. Si vos voisins ont du courant, vérifiez les disjoncteurs.
- Si vos voisins n'ont pas de courant non plus, alertez la compagnie d'électricité.
- Coupez l'alimentation des outils, électroménagers et appareils électroniques.
- Éteignez les lumières, mais laissez-en une allumée à l'extérieur et une autre à l'intérieur.
- Utilisez le thermostat pour éteindre le système de chauffage ou de climatisation.
- Évitez d'ouvrir la porte du réfrigérateur et du congélateur.
- N'utilisez jamais de barbecue, de réchaud ou de génératrice à l'intérieur. Ces appareils produisent du monoxyde de carbone à des niveaux dangereux.



- Surveillez les avertissements météorologiques et les instructions données par les autorités à la radio (à manivelle ou à piles) et en ligne.
- Si possible, utilisez une source de lumière à piles ou à manivelle, ou de vrais chandeliers ou bougeoirs. Ne laissez jamais des chandeliers allumés sans surveillance. Éteignez-les toujours avant de vous coucher.

### Une fois le courant rétabli :

- Par temps froid, remettez tout d'abord en marche le système de chauffage. Attendez dix minutes avant de rebrancher les autres appareils électriques.
- Vérifiez la nourriture. Si la porte du congélateur est restée fermée, les aliments devraient demeurer congelés de 24 à 36 heures. Les aliments contaminés par une bactérie ne sentent pas nécessairement mauvais et n'ont pas toujours l'air gâtés. En cas de doute, jetez-les.

## Tsunamis

- Ne vous aventurez pas sur le rivage pour voir le tsunami. Dirigez-vous vers un terrain élevé à l'intérieur des terres. Si vous ne pouvez le faire, restez à l'intérieur d'un immeuble à l'intérieur des terres et éloignez-vous des fenêtres.
- Si vous êtes dans un endroit sécuritaire lorsque le tsunami frappe, restez-y.

### Après le tsunami :

- Des eaux de crue peuvent s'accumuler. Avant de vous déplacer, écoutez la radio, regardez la télévision ou surveillez l'information en ligne pour prendre connaissance des instructions d'évacuation.
- Sachez que vous pouvez souffrir d'hypothermie en cas d'immersion en eau froide.



## Feux de friches

- Soyez prêt à évacuer à tout moment. Si l'on vous dit de partir, emportez votre trousse d'urgence.
- Écoutez la radio, regardez la télévision ou surveillez l'information en ligne afin d'obtenir des renseignements à jour sur l'incendie et les fermetures de route, ainsi que des instructions formulées par les autorités.
- **Si vous avez le temps** :
  - Fermez les portes et les fenêtres.
  - Retirez les draperies, les rideaux, les auvents ou tout autre recouvrement de fenêtre inflammable; déplacez les meubles loin des fenêtres.



- Allumez les lumières de la maison, du porche, du garage et de la cour pour accroître la visibilité.
- Fermez les tuyaux d'acheminement du gaz propane ou du gaz naturel.
- Éloignez à l'extérieur de la maison tous les objets combustibles, y compris le bois de chauffage, les barbecues au propane et les meubles de jardin.
- Recouvrez les entrées d'air, les fenêtres et les autres ouvertures de la maison avec du ruban adhésif ou des morceaux de contreplaqué préalablement coupés.
- Garez votre véhicule afin que vous puissiez quitter votre entrée de face. Laissez les fenêtres fermées et placez-les à l'avance les objets nécessaires ainsi que la trousse d'urgence.

## Ordre d'évacuation

### Si l'on vous demande d'évacuer :

- Suivez les instructions données par les autorités.
- Emportez vos trousse et plan d'urgence, médicaments, portefeuille, carte d'identité et téléphone cellulaire.
- Coupez l'alimentation en eau, électricité et gaz si les autorités vous demandent de le faire.
- Communiquez avec la personne-ressource à l'extérieur de la ville et laissez dans la maison une note indiquant quand vous êtes partis et où vous allez (si possible).
- Verrouillez les portes.
- Empruntez les routes désignées et portez attention à l'information relative aux fermetures de route. N'empruntez pas les « routes d'intervention en cas de catastrophe » qui sont réservées aux intervenants d'urgence.
- Ne traversez pas une zone inondée à pied ou à bord d'un véhicule. Si votre véhicule tombe en panne, abandonnez-le.
- Inscrivez-vous au centre de réception local en personne ou par téléphone.
- Ne retournez pas à la maison tant que les autorités ne vous ont pas avisés que vous pouviez rentrer en toute sécurité.





# Préparez un plan



Un plan d'urgence est nécessaire pour chaque foyer. Grâce à ce plan, vous et votre famille saurez quoi faire en cas d'urgence. Le plan doit faire partie de votre trousse d'urgence, et sa préparation ne prend pas plus de vingt minutes.

Visitez le site Web **Preparez-vous.ca** pour remplir un plan d'urgence en ligne. Remplissez ensuite le livret suivant pour avoir rapidement accès à des renseignements utiles.

## Numéros à appeler en cas d'urgence

Durant une situation d'urgence, surveillez les instructions des autorités à la radio, à la télévision et en ligne. Composez le 9-1-1 (lorsque cela est possible) pour signaler un incendie ou un crime ou pour sauver une vie. Pour les appels non urgents, composez le numéro de dix chiffres indiqué dans l'annuaire téléphonique de votre région :

Ambulance :

Police :

Incendie :

### Membres de la famille

Nom :

Téléphone :

Nom :

Téléphone :

Nom :

Téléphone :

### Personnes-ressources à l'extérieur de la ville

Nom :

Domicile :

Bureau :

Téléphone cellulaire :

Courriel :

Adresse :

### Autres numéros à appeler en cas d'urgence

Médecin :

Vétérinaire :

Centre antipoison :

Pharmacie :

## Préparation aux urgences pour les enfants

Aider les enfants à se préparer aux urgences

- Apprenez-leur quels sont les dangers naturels comme les tremblements de terre, les ouragans, les tornades, les tempêtes violentes, les tempêtes de verglas, les blizzards, et ce qu'il faut faire lorsqu'une catastrophe survient;
- Préparez ensemble un plan d'urgence familial et une trousse d'urgence;
- Apprenez-leur ce qu'il faut faire en cas d'incendie;
- Assurez-vous qu'ils savent ce qu'il faut faire si une urgence survient à l'école.

Aider les enfants à y faire face

Les situations d'urgence peuvent être une grande source de stress, en particulier pour les enfants qui peuvent réagir de différentes façons. Votre simple présence peut aider vos enfants à se sentir en sécurité.

- Prenez leurs craintes au sérieux, et dites-leur qu'il est normal d'avoir peur.
- Expliquez les événements de votre mieux et reconnaissez l'aspect effrayant de ce qui s'est passé.

- Dites-leur ce que vous pensez et ressentez. Ils se sentiront moins isolés s'ils comprennent que leurs émotions sont semblables aux vôtres.

- Maintenez la routine familiale, comme l'heure des repas et du coucher.
- Lorsqu'il est question de calmer les angoisses des enfants, les parents peuvent être d'une grande aide. Cependant, il peut parfois être utile de parler à un professionnel, comme un psychologue ou un travailleur social. Ces professionnels peuvent aider l'enfant à comprendre ses émotions et à s'en remettre.

### Le saviez-vous...

En situation d'urgence, les jeunes enfants peuvent pleurer, se plaindre ou mouiller leur lit. D'autres peuvent éprouver une peur intense d'être blessés ou séparés. La peur du noir et de la douleur physique et des problèmes d'alimentation ou de sommeil sont autant de réactions possibles à la suite d'une situation d'urgence.



## Animaux de compagnie et d'assistance

Préparation d'urgence

Les étapes suivantes aideront à assurer la sécurité des animaux.

- Identifiez votre animal de compagnie. Si vous êtes séparé de vos animaux en cas d'urgence, leur médaille d'identification peut être le seul moyen de les trouver. Assurez-vous qu'à tout moment chaque animal porte un collier et une médaille d'identification.

### • Trousse d'urgence pour votre animal :

- une cage pour transporter l'animal
- une laisse ou un harnais solide
- un collier et une médaille d'identification
- de la nourriture et de l'eau pour au moins 72 heures (4 L/ jour pour un chien de taille moyenne et 1 L/ jour pour un chat de taille moyenne)
- des bols et un ouvre-boîte pour la nourriture
- des journaux, du papier de toilette, des sacs de plastique, de la litière ou un bac à litière
- des médicaments particuliers, leur posologie ainsi que les coordonnées du vétérinaire
- le dossier de l'animal (y compris des photos récentes de l'animal, vos numéros d'urgence, les coordonnées d'amis qui pourraient s'occuper de votre animal, des copies de permis et le carnet de vaccination)
- une trousse de premiers soins pour animaux
- une couverture et un jouet

### • Plan d'évacuation.

La meilleure façon de protéger votre animal pendant une situation d'urgence est de l'amener avec vous. La plupart des refuges n'acceptent que les animaux d'assistance. Dressez une liste des endroits où laisser votre animal au cas où vous deviez partir. Cette liste peut comprendre :

- les hôtels qui acceptent les animaux pendant des situations d'urgence
- les centres d'hébergement et refuges pour animaux
- les cliniques vétérinaires
- les membres de la famille et les amis

### • Faites participer votre animal lors des exercices du plan d'urgence familial.

Pendant une situation d'urgence

- **Gardez votre animal à l'intérieur en temps violent.** Les animaux sont très sensibles aux changements brusques de température et s'isolent souvent lorsqu'ils ont peur. Ne laissez jamais un animal à l'extérieur ou attaché pendant une tempête.
- **Séparez les chiens des chats.** Tenez les petits animaux, comme les hamsters, loin des plus gros. Le stress peut créer des comportements inhabituels.
- Gardez des journaux à l'intérieur de la maison pour des raisons d'hygiène et donnez à vos animaux des aliments humides afin de réduire la quantité d'eau qu'ils auraient à boire.
- **Si l'on vous ordonne d'évacuer les lieux, essayez d'emmener votre animal.** Si cela est impossible, ne l'attachez pas et ne l'enfermez pas dans sa cage. Accrochez une pancarte à la fenêtre, ainsi qu'une note sur la porte, indiquant que des animaux se trouvent à l'intérieur. Laissez de l'eau ainsi que de la nourriture dans un distributeur automatique. Laissez les couvercles des sièges de toilettes relevés.



# Ayez une trousse d'urgence



En cas d'urgence, vous aurez besoin de certains articles de base. Il se peut que vous soyez privé d'électricité ou d'eau potable. Soyez préparé à être autosuffisant pendant au moins 72 heures. Assurez-vous que la trousse d'urgence est facile à transporter et que tout le monde sait où elle se trouve.

## Liste d'articles de la trousse d'urgence



- Eau – au moins 2 litres par personne par jour
- Trousse de premiers soins
- Aliments non périssables, comme de la nourriture en conserve, des barres énergétiques et des aliments déshydratés
- Clés additionnelles pour la maison et le véhicule
- Ouvre-boîte manuel
- Argent comptant en petites coupures, et monnaie pour les téléphones payants
- Lampe de poche à manivelle ou à piles (et piles de rechange)
- Copie du plan d'urgence et coordonnées des personnes-ressources
- Radio à manivelle ou à piles (et piles de rechange)
- Articles particuliers, comme les médicaments d'ordonnance, les préparations pour nourrissons et le matériel pour les personnes handicapées

Ma trousse d'urgence se trouve :

Prochaine révision dans un an :

## Demeurer en contact en cas d'urgence

Être en mesure de communiquer avec votre famille, vos amis et les intervenants d'urgence, est essentiel. Cependant, gardez à l'esprit que les dispositifs de communication ordinaires peuvent ne pas fonctionner correctement pendant une urgence.

- Si possible, utilisez les canaux non vocaux, comme les messages textes, les courriels ou les médias sociaux, car ils utilisent moins de largeur de bande que les communications vocales et peuvent fonctionner même lorsque le service téléphonique est interrompu.
- Si vous devez utiliser un téléphone, soyez bref et ne donnez que l'information essentielle. De courts appels téléphoniques aident à prolonger la durée de vie de la batterie de votre téléphone cellulaire.
- Si vous ne réussissez pas à faire un appel, attendez 10 secondes avant de recomposer pour réduire la congestion du réseau.
- Placez des piles de rechange ou un chargeur d'appareil mobile dans la trousse d'urgence.

Songez à acheter un chargeur à énergie solaire, à manivelle, ou pour véhicule. Si vous n'avez pas de téléphone cellulaire, gardez une carte téléphonique prépayée dans votre trousse.

- Si on vous donne l'ordre d'évacuer, et que vous pouvez transférer les appels téléphoniques reçus à la maison, faites-les transférer à votre téléphone cellulaire.
- Si vous n'avez pas de dispositif mains libres, arrêtez votre véhicule sur l'accotement avant d'envoyer un message texte, de faire un appel ou d'utiliser votre appareil.
- Essayez de maintenir à jour les données enregistrées sur votre téléphone, votre compte courriel et d'autres canaux.
- Remarque : les téléphones sans fil dépendent de l'électricité et ne fonctionnent pas pendant une panne de courant. Si vous disposez d'une ligne terrestre, gardez au moins un téléphone à fil dans la maison.



### Conseils supplémentaires pour téléphones intelligents

- Enregistrez les lieux de rencontre sécuritaires convenus sur l'application de cartographie de votre téléphone.
- Pour que votre pile fonctionne plus longtemps, réduisez la luminosité de l'écran et fermez les applications que vous n'utilisez pas.
- Afin de diminuer la congestion du réseau immédiatement après une urgence, évitez d'utiliser votre appareil mobile pour diffuser des vidéos, télécharger des animations ou jouer à des jeux vidéo.

Inscrivez-vous au service dépôt direct et aux services bancaires en ligne de votre institution financière, afin que vous puissiez accéder à vos fonds et effectuer des paiements électroniques indépendamment de l'endroit où vous vous trouvez. Pour de plus amples renseignements sur la façon de vous protéger en ligne, consultez [www.pensezcybersecurite.ca](http://www.pensezcybersecurite.ca).

## Ressources

- Inscrivez-vous au système de notification de l'organisation de gestion des urgences de votre collectivité. Pour savoir si un tel service est disponible, communiquez avec l'organisation de gestion des urgences de votre région.
- Inscrivez les adresses suivantes sur votre plan d'urgence, avec un signet pour chacune d'elles, afin d'y avoir rapidement accès :
  - Sécurité publique Canada : Site Web sur la préparation aux urgences, [www.preparez-vous.ca](http://www.preparez-vous.ca) et la version mobile, [m.preparez-vous.ca](http://m.preparez-vous.ca)
  - Croix-Rouge canadienne : [www.croixrouge.ca](http://www.croixrouge.ca)
  - Environnement Canada : [www.ec.gc.ca](http://www.ec.gc.ca)

- Ambulance St-Jean : [www.asj.ca](http://www.asj.ca)
- Armée du Salut : [www.armeedusalut.ca](http://www.armeedusalut.ca)
- Centre canadien de prévision des ouragans : [www.ec.gc.ca/ouragans-hurricanes](http://www.ec.gc.ca/ouragans-hurricanes)
- Ainsi que l'adresse de l'organisation de gestion des urgences de votre localité
- Inscrivez-vous pour recevoir régulièrement des conseils sur la sécurité au site Web [Preparez-vous.ca](http://Preparez-vous.ca).
  - Suivez les sites suivants sur Twitter :
  - Sécurité publique Canada : @Securite\_Canada
  - Préparez-vous : @Preparez\_vous
  - Il se peut que l'organisation de gestion des urgences de votre région utilise aussi Twitter



## *La préparation aux urgences est une responsabilité commune.*

Sécurité publique Canada travaille conjointement avec les provinces, territoires et les secteurs public et privé pour aider les Canadiens à se préparer aux urgences.

*Faites votre part.  
Pour plus de renseignements :*

Visitez [www.Preparez-vous.ca](http://www.Preparez-vous.ca)

Appelez 1 800 O-CANADA

Suivez-nous sur Twitter @Preparez\_vous

**Site mobile :**

[m.Preparez-vous.ca](http://m.Preparez-vous.ca)

Scannez ceci à l'aide  
de votre appareil mobile  
pour savoir quoi faire  
en cas d'urgence.

