



# TROUSSES D'URGENCE ET PREMIERS SOINS

Votre municipalité souhaite vous rappeler l'importance d'avoir, en tout temps, à la maison une trousse d'urgence (ex. : sac à dos ou bac) contenant les articles nécessaires pour vous assurer d'être autosuffisant et permettre à votre famille de subsister pendant les 3 premiers jours d'un sinistre (coupure de courant, inondation ou autre).

Voici ce que votre trousse devrait contenir :

## TROUSSE D'URGENCE (SURVIE 72 HEURES)

Placez votre trousse d'urgence dans un endroit facilement accessible. Vérifiez son contenu chaque année et remplacez les piles et les réserves d'eau au besoin, ainsi que les aliments non périssables périmés.

- ✓ Eau potable (6 litres par personne)
- ✓ Nourriture non périssable pour au moins 3 jours (nourriture en conserve, des barres énergétiques et des aliments déshydratés).
- ✓ Ouvre-boîte manuel
- ✓ Radio à piles — piles de rechange dans un sac à part
- ✓ Lampe frontale ou de poche — piles de rechange ou lampe à manivelle
- ✓ Briquet ou allumettes et chandelles
- ✓ Trousse de premiers soins\*

## TROUSSE DE PREMIERS SOINS (\*)

- ✓ Numéros de téléphone d'urgence des SMU/9-1-1, du Centre antipoison de la région et des médecins de la famille
- ✓ Numéros de téléphone à la maison et au travail de parents, d'amis ou de voisins qui peuvent apporter leur aide
- ✓ Compresses de gaze stérile (pansements) en carrés de petites et de grandes dimensions pour couvrir les plaies
- ✓ Ruban adhésif
- ✓ Bandes en rouleau et bandages triangulaires pour maintenir les pansements en place ou pour mettre le bras en écharpe
- ✓ Pansements adhésifs de différentes tailles
- ✓ Ciseaux
- ✓ Pincettes à épiler
- ✓ Épingles de sûreté
- ✓ Compresses froides instantanées
- ✓ Gants jetables sans latex, comme des gants de chirurgie ou d'examen
- ✓ Lampe de poche avec piles de remplacement dans un sac à part
- ✓ Savon ou tampons antiseptiques
- ✓ Crayons et bloc de papier
- ✓ Couverture de secours
- ✓ Pansements oculaires
- ✓ Équipement de protection, comme masque de poche ou masque de protection
- ✓ Monnaie pour téléphoner
- ✓ Guide de secourisme et de RCR
- ✓ Sifflet

## SI VOUS DEVEZ QUITTER VOTRE MAISON EN CAS DE MESURES D'URGENCE

Selon la gravité de la situation, votre municipalité peut vous demander de rester chez vous ou d'évacuer votre domicile pour votre sécurité. En cas de mesures d'urgence exigeant une

évacuation, celle-ci doit généralement se faire en moins de 15 minutes. Pour être prêt si les autorités vous demandent de quitter, rassemblez ces articles essentiels pour vous et chacun des membres de votre famille dans un sac facile à transporter :

- ✓ *Médicaments obtenus par prescription*
- ✓ *Articles pour l'hygiène (brosse à dent, serviette, savon, etc.)*
- ✓ *Vêtements de rechange*
- ✓ *Couvertures*
- ✓ *Argent*
- ✓ *Pièces d'identité*
- ✓ *Clés de voiture et de maison*
- ✓ *Lait, biberons et couches pour bébé*
- ✓ *Appareils électroniques et accessoires servant à leur branchement*
- ✓ *Articles nécessaires au bien-être des personnes ayant des besoins particuliers*

#### **Avant de partir,**

- ✓ *Mettez vos animaux de compagnie en sécurité;*
- ✓ *Fermez l'entrée d'eau principale;*
- ✓ *Coupez le gaz uniquement si on l'exige, puisque seule la compagnie peut le rétablir, ce qui peut prendre un certain temps;*
- ✓ *Verrouillez les portes de votre domicile;*
- ✓ *Évitez de vous déplacer à pied ou en véhicule sur des chaussées inondées. Si vous devez utiliser un véhicule, conduisez prudemment et n'hésitez pas à l'abandonner si le moteur s'arrête brusquement.*

Avant de vous déplacer, vérifiez l'état des routes dans le site Québec 511 ou par téléphone, au 511. Empruntez le parcours indiqué par votre municipalité.

**Informez vos proches et la municipalité de l'endroit où vous comptez trouver refuge.**