

GUIDE DE PRÉPARATION AUX CATASTROPHES



FR

FRANÇAIS

ÉGALEMENT
DISPONIBLE EN :

Español
中文
Filipino
Tiếng Việt
한국어
Lus Hmoob



LISTOS CALIFORNIA :
ListosCalifornia.org



BUREAU DES SERVICES
D'URGENCE DU
GOUVERNEUR :
CalOES.ca.gov



BUREAU DU
GOUVERNEUR DE
CALIFORNIE :
Gov.ca.gov



MESURES DE SÉCURITÉ POUR TOUTE CATASTROPHE



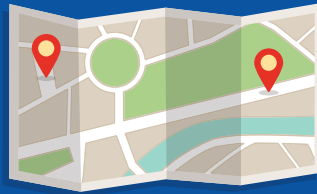
1.

Recevez des alertes pour savoir ce qu'il faut faire.



2.

Élaborez un plan pour protéger vos proches.



3.

Préparez un sac de survie (Go Bag) avec les affaires dont vous avez besoin.



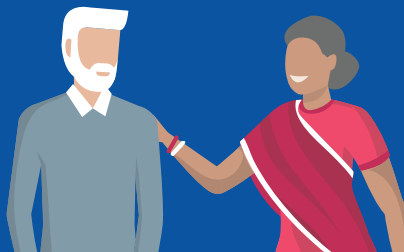
4.

Créez une boîte de séjour (Stay Box) au cas où vous ne pouvez pas partir.



5.

Aidez vos amis et voisins à se préparer.





1. RECEVEZ DES ALERTES POUR SAVOIR CE QU'IL FAUT FAIRE

Inscrivez-vous pour recevoir les alertes de votre comté. Visitez CalAlerts.org. Vous pouvez également vous inscrire à l'application d'alerte aux tremblements de terre **MyShake**.

LE SYSTÈME D'ALERTE DE MON COMTÉ EST :

SYSTÈME D'ALERTE LOCAL

AUTRES SYSTÈMES D'ALERTE

Trouvez une source d'information fiable

Lorsque survient une catastrophe, vous devez être informé de ce qui se passe et disposer d'informations actualisées sur ce que vous devez faire et où vous devez vous rendre. Il existe de nombreuses façons d'obtenir ces informations.



Télévision



Radio



Composer le 211



Téléphone fixe



Téléphone portable



E-mail



Smartphone



Médias sociaux



Radio amateur

Recherchez votre station de radio locale pour les alertes d'urgence à l'adresse suivante ListosCalifornia.org.

STATIONS DE RADIO OÙ JE VIS/TRAVAILLE :

SITES WEB DE RESSOURCES D'URGENCE

211CA.org

Composez le 211 pour connaître les itinéraires d'évacuation et les abris.

CalOES.ca.gov

Guides, alertes et ressources de l'État.

Response.ca.gov

Informations en temps réel sur les feux de forêt et les abris.

Ready.gov

Ressources pour se préparer à toute catastrophe.

ListosCalifornia.org

Plus de ressources pour se préparer.

2. ÉLABOREZ UN PLAN DE PROTECTION DE VOS PROCHES : SE CONNECTER ET SE PROTÉGER



Réfléchissez aux personnes avec lesquelles vous souhaitez être en contact en cas d'urgence. Il peut s'agir de membres de votre famille, de voisins, d'amis ou de soignants. Notez leurs noms et leurs coordonnées. Faites-en des copies à toutes les personnes figurant sur votre liste.

Choisissez également une personne en dehors de votre région qui ne sera pas affectée par la catastrophe locale. Vos contacts et vous-même pourrez peut-être vérifier que vous êtes en sécurité avec ce parent ou cet ami éloigné et lui indiquer où vous vous trouvez.

CONTACTS EN CAS D'URGENCE

NOM DU CONTACT	
TÉLÉPHONE PORTABLE	TÉLÉPHONE FIXE
TRAVAIL/ÉCOLE	E-MAIL
ADRESSE	
NOM DU CONTACT	
TÉLÉPHONE PORTABLE	TÉLÉPHONE FIXE
TRAVAIL/ÉCOLE	E-MAIL
ADRESSE	
NOM DU CONTACT	
TÉLÉPHONE PORTABLE	TÉLÉPHONE FIXE
TRAVAIL/ÉCOLE	E-MAIL
ADRESSE	

CONTACT HORS DE LA VILLE

NOM DU CONTACT HORS DE LA VILLE
TÉLÉPHONE PORTABLE
TÉLÉPHONE FIXE
TRAVAIL/ÉCOLE
ADRESSE



Essayez d'envoyer des SMS si les appels téléphoniques locaux ne passent pas en cas de catastrophe.



2. ÉLABOREZ UN PLAN DE PROTECTION DE VOS PROCHES : ACTION D'ÉVACUATION

Si vous n'êtes pas en sécurité chez vous, au travail ou à l'école à cause d'une catastrophe, vous devrez vous rendre dans un endroit sûr et retrouver les personnes qui vous sont chères. Avant la catastrophe, imprimez une carte sur papier ou procurez-vous-en une. Comme il se peut que vous n'ayez pas de service de téléphonie cellulaire, cette carte peut vous aider à vous rendre en lieu sûr à partir de l'endroit où vous vous trouvez.



Soyez prêt à partir dans la direction la plus sûre, pour rejoindre l'endroit sûr le plus proche, avec peu d'avertissement.

1. Suivez les instructions des autorités locales.

Ces dernières partageront les dernières informations avec les stations d'information et connaîtront les meilleurs moyens d'assurer votre sécurité. Les instructions peuvent provenir des pompiers, du shérif ou de la police, ou encore des élus, comme les maires ou les superviseurs.



Écoutez les nouvelles et inscrivez-vous aux alertes locales sur [CalAlerts.Org](https://www.calalerts.org).

2. Renseignez-vous sur les différents moyens de quitter rapidement votre communauté.

En cas de catastrophe, il se peut que la route à suivre pour se mettre à l'abri ne soit pas celle que vous empruntez habituellement. Les catastrophes peuvent bloquer les routes et les lignes de bus que vous empruntez habituellement. Familiarisez-vous avec d'autres itinéraires pour fuir en cas d'urgence. Pratiquez ces trajets avec les personnes qui vous accompagneraient. Vous saurez ainsi comment vous serrer les coudes en cas d'urgence véritable.

3. Soyez prêt à vous rendre à votre lieu sûr.

Préparez votre sac de survie. Mettez en place votre plan « **Se connecter et se protéger** » et remplissez votre répertoire de ressources locales. Tendez la main aux personnes qui vous sont chères et celles à qui vous êtes cher. Décidez s'il est possible et sûr de vous rendre au domicile d'un membre de votre famille ou d'un ami. Si ce n'est pas le cas, trouvez un abri public.



211

Composez le **211** sur votre téléphone pour trouver un abri public.

2. ÉLABOREZ UN PLAN DE PROTECTION DE VOS PROCHES : RÉPERTOIRE DES RESSOURCES LOCALES EN CAS DE CATASTROPHE

Dans le cadre de votre plan « **Se connecter et se protéger** », vous devriez également noter les numéros de téléphone importants et les sites Web des organisations qui peuvent vous aider en cas d'urgence.

CONTACTS UTILES EN CAS D'URGENCE

SERVICE DES INCENDIES/CALFIRE	
TÉLÉPHONE	SITE WEB
SHÉRIF/DÉPARTEMENT DE LA POLICE	
TÉLÉPHONE	SITE WEB
AGENCE DE TRANSPORT PUBLIC	
TÉLÉPHONE	SITE WEB
COMPAGNIE D'ÉLECTRICITÉ	
TÉLÉPHONE	SITE WEB
COMPAGNIE DE GAZ	
TÉLÉPHONE	SITE WEB
SOCIÉTÉ D'EAU	
TÉLÉPHONE	SITE WEB
AGENCE D'URGENCE DU COMTÉ	
TÉLÉPHONE	SITE WEB



ORGANISME DE SOUTIEN

ORGANISME DE SOUTIEN
TÉLÉPHONE
E-MAIL
SITE WEB
ORGANISME DE SOUTIEN
TÉLÉPHONE
SITE WEB
ORGANISME DE SOUTIEN
TÉLÉPHONE
SITE WEB
ORGANISME DE SOUTIEN
TÉLÉPHONE
SITE WEB



Composez le 211 pour obtenir des informations sur les itinéraires d'évacuation et les abris sûrs.



3. PRÉPAREZ UN SAC DE SURVIE AVEC LES CHOSES DONT VOUS AVEZ BESOIN : PRÉPAREZ À L'AVANCE

La plupart des catastrophes sont soudaines et se produisent rapidement. Vous n'aurez peut-être pas le temps de faire des achats, ni même de préparer vos affaires. Préparez dès maintenant les affaires importantes pour chaque membre de votre foyer, afin que vous et votre famille disposiez de ce dont vous aurez besoin plus tard.



À PRÉPARER DÈS MAINTENANT

Documents

Copies des pièces d'identité et des assurances.

Actes de propriété, titres et autres documents importants pour vous.

Photos de votre famille et de vos animaux de compagnie.



Argent liquide

Des petits billets de 1 \$ et 5 \$.

Épargnez un peu à la fois.



Carte

Indiquez sur la carte en papier les différents itinéraires pour évacuer votre quartier.



Liste de médicaments

Liste de toutes les ordonnances.

Autres indications médicales importantes.



Ce guide

Votre liste **Se connecter et se protéger** et votre **répertoire des ressources locales que vous avez remplis**.

Votre liste **Prêt-à-emporter**.



3. PRÉPAREZ UN SAC DE SURVIE AVEC LES CHOSES DONT VOUS AVEZ BESOIN : PRÊT-À-EMPORTEUR



À EMPORTER AU MOMENT DE PARTIR

- ✓ Portefeuille ou sac à main et clés
- ✓ Téléphone et chargeur
- ✓ Médicaments
- ✓ Masque



UTILE À EMPORTER SI VOUS EN AVEZ DÉJÀ

- ✓ Radio portable
- ✓ Lampe de poche
- ✓ Fournitures de premiers soins
- ✓ Ordinateur portable



Notez ici ce que vous devez prévoir pour tous les membres de votre foyer. Vêtements ? Brosse à dents ? Pensez aux besoins des bébés, des personnes âgées, des personnes souffrant d'une maladie ou d'un handicap et des animaux de compagnie.

Blank lined area for notes, with a pencil icon in the top right corner.





4. CRÉEZ UNE BOÎTE DE SÉJOUR AU CAS OÙ VOUS NE POUVEZ PAS PARTIR : ARTICLES IMPORTANTS

Dans certaines catastrophes, il peut être plus sûr de rester chez soi. Il se peut que vous n'ayez pas d'eau à boire, pour vous laver ou pour tirer la chasse d'eau. Il se peut que vous n'ayez pas d'électricité pour garder vos aliments au frais, allumer une lumière ou charger votre téléphone.

Ajoutez des articles à une **boîte de séjour**, au cas où vous ne pouvez pas partir. Préparez-vous à vivre au moins 3 jours sans eau ni électricité. Épargnez un peu à la fois, jusqu'à ce que vous ayez suffisamment de provisions pour permettre à tous les membres de votre foyer de survivre. N'oubliez pas vos animaux de compagnie. Si vous possédez déjà une lampe de poche ou une radio portable, gardez-la dans un endroit facile à trouver.

À PRÉPARER DÈS MAINTENANT



Eau

Conservez jusqu'à 3 gallons par personne, pour boire et vous laver.



Nourriture

Mettez de côté des aliments non périssables et ne nécessitant pas de cuisson.

Vous savez mieux que quiconque ce que vous et votre famille aimez manger.



Sacs poubelles

Mettez de côté des sacs en plastique supplémentaires, avec des attaches, pour les utiliser dans un seau pour les toilettes.

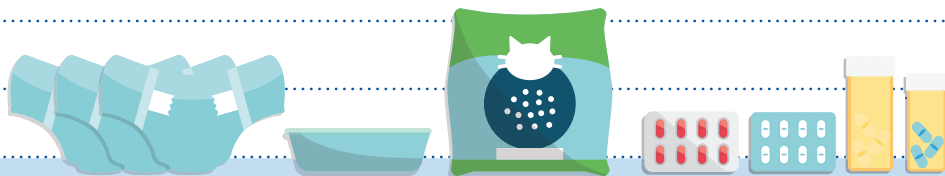


4. CRÉEZ UNE BOÎTE DE SÉJOUR AU CAS OÙ VOUS NE POUVEZ PAS PARTIR : ARTICLES IMPORTANTS

Notez ici les articles importants que vous utilisez au quotidien et qui risquent de manquer si vous restez bloqué à la maison pendant plusieurs jours. Mettez-en un peu plus de côté dans votre **boîte de séjour**, au cas où vous ne pourriez pas vous rendre dans un magasin.



A large white rectangular area with horizontal dotted lines, intended for listing important items for a home emergency kit.





5. AIDEZ VOS AMIS ET VOISINS À SE PRÉPARER

Pensez aux personnes qui pourraient être les premières à venir en aide à votre voisinage lors d'une catastrophe en répondant à ces questions :

QUI EST À LA MAISON PARMIS LES MEMBRES DE VOTRE FOYER PENDANT LA JOURNÉE ?



QUI EST À LA MAISON DANS VOTRE QUARTIER ET QUI POURRAIT ÊTRE DISPONIBLE POUR VOUS AIDER PENDANT LA JOURNÉE ?

ET LA NUIT ? ET LE WEEK-END ?

QUI, DANS VOTRE QUARTIER, POURRAIT AVOIR BESOIN D'AIDE ?



Réfléchir à ces questions vous aidera à vous préparer et à engager la conversation avec vos voisins.

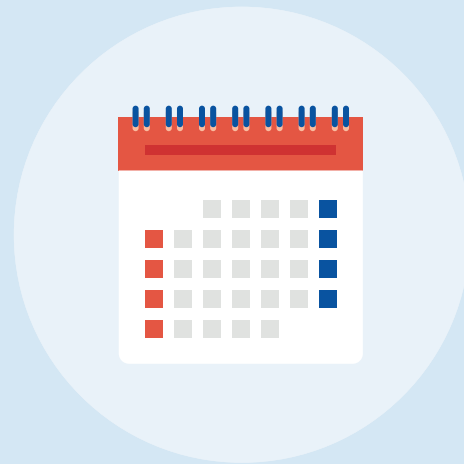


Posez ces mêmes questions à vos voisins, discutez avec eux de l'aide dont ils pourraient avoir besoin et soyez prêt à les aider dans la mesure du possible.

CALENDRIER DE SÉCURITÉ

ÉTAPE PAR ÉTAPE

Il n'est pas nécessaire de suivre ce calendrier à la lettre. Il vous suffit de suivre quelques étapes chaque semaine, à votre rythme. Vous aurez l'esprit tranquille si vous savez que vous êtes prêt en cas de catastrophe.



SEMAINE 1

Préparez un **sac de survie** pour chaque personne de votre foyer.

Inscrivez-vous pour recevoir les alertes d'urgence locales sur **CalAlerts.org**.



SEMAINE 2

Créez votre plan « **Se connecter et se protéger** » pour votre famille, vos voisins et vos soignants.

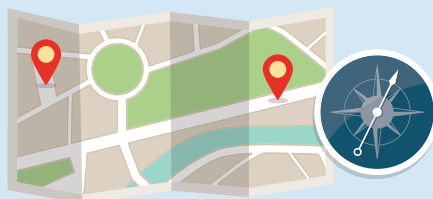
Parlez de vos plans aux personnes figurant sur votre liste.



SEMAINE 3

Apprenez les différents itinéraires d'évacuation et indiquez-les sur une carte.

Pratiquez votre plan d'**action d'évacuation**.



SEMAINE 4

Commencez à préparer une **boîte de séjour** pour être en sécurité et à l'aise à la maison.

Faites-le petit à petit, jusqu'à ce que vous vous sentiez prêt.

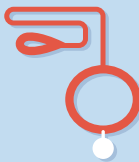




CONSEILS DE BASE POUR



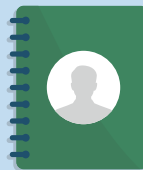
Ayez une pièce d'identité : les familles peuvent être séparées en cas de catastrophe. Les personnes et les animaux de compagnie sont séparés.



- ✓ Toutes les personnes à votre charge doivent avoir une pièce d'identité sur elles.
- ✓ Mettez une pièce d'identité écrite dans les cartables des enfants.
- ✓ Envisagez une étiquette ou un bracelet d'alerte médicale.
- ✓ Faites mettre à jour les étiquettes et les puces électroniques de vos animaux de compagnie.
- ✓ Des photos des familles et des animaux de compagnie peuvent vous aider à vous réunir.



Créez un réseau de soutien : prévoyez un plan de secours en cas d'urgence. Réfléchissez aux personnes sur lesquelles vous pouvez compter.



- ✓ Discutez avec vos voisins de leurs besoins et des vôtres.
- ✓ Discutez des plans d'urgence avec vos soignants.
- ✓ Demandez aux écoles quels sont les plans pour réunir les parents et les enfants.
- ✓ Prévoyez à l'avance des personnes qualifiées pour vous aider lors des évacuations.
- ✓ Partagez les clés avec des amis de confiance pour sauver vos animaux de compagnie.

PR TOUTE CATASTROPHE



Prévoyez des médicaments supplémentaires et des réserves d'énergie : de nombreuses personnes ne peuvent se passer de médicaments pendant trois jours. D'autres ont besoin d'électricité pour faire fonctionner leurs équipements et appareils.

- ✓ Emportez des médicaments supplémentaires lorsque vous quittez votre domicile.
- ✓ Photographiez (ou emportez) une liste de médecins et d'ordonnances.
- ✓ Demandez à la pharmacie de renouveler l'ordonnance de 30 jours après 28 jours.
- ✓ Conservez les doses supplémentaires dans votre sac de survie.
- ✓ Prévoyez de conserver les médicaments au froid et de recharger les équipements/appareils.



Réduire le stress : réduisez le stress physique et mental en planifiant à l'avance.

- ✓ Composez le **211** pour trouver des abris répondant à des besoins spécifiques.
- ✓ Étiquetez votre équipement avant l'évacuation.
- ✓ Inscrivez-vous pour recevoir des alertes de votre compagnie d'électricité concernant les coupures de courant.
- ✓ Préparez des fournitures médicales et de communication spécialisées.
- ✓ Prévoyez de réconforter les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie mentale.





CONSEILS POUR DIFFÉRENTS

Les catastrophes sont un défi pour tout le monde. Chacun d'entre nous a des besoins différents en matière de préparation à une catastrophe. Vous, ou l'un de vos proches, pouvez bénéficier d'une planification à l'avance. Réfléchissez dès maintenant aux moyens de rendre l'expérience sûre et confortable pour tous.

PRÉPAREZ-VOUS



Femmes enceintes

Demandez à votre médecin comment obtenir des soins ou accoucher en cas de catastrophe.

Planifiez à l'avance pour éviter l'air vicié, l'eau toxique et les aliments impropres à la consommation.

Dites au personnel d'un abri que vous êtes enceinte.



Parents d'enfants en bas âge

Si vous utilisez du lait maternisé, prévoyez beaucoup d'eau propre.

Procurez-vous ou fabriquez un harnais pour marcher loin avec le bébé.

Renseignez-vous sur le plan de sécurité de la personne qui s'occupe de votre enfant.



Soignants

Créez un plan d'urgence avec la personne à votre charge.

Créez un réseau de soutien autre que le vôtre.

Aidez la personne à votre charge à emballer les fournitures nécessaires.

ENTES CIRCONSTANCES

Parlez avec des personnes de confiance – dans les cliniques médicales, les écoles, les communautés religieuses, les groupes de soutien à la santé, les centres d'aide à la vie autonome, les agences de services sociaux, les centres de vie indépendants. Voici quelques conseils de sécurité qui pourraient vous être utiles.



PRÉPAREZ-VOUS

Personnes ayant un animal de compagnie

Faites poser un médaillon d'identification et une puce électronique à votre animal, si possible.

Emportez de la nourriture, de l'eau, des médicaments et une preuve de vaccination.



Composez le 211 pour connaître les abris publics qui acceptent les animaux.

Adultes âgés

Gardez dans votre portefeuille les coordonnées de votre famille ou de vos soignants.

Affichez les numéros de votre famille et les numéros d'urgence près de votre téléphone.

Renseignez-vous sur les plans d'urgence de votre maison de retraite.



Communautés rurales

Partagez les alertes par le biais d'arbres téléphoniques et de réseaux de radio amateurs.

Rencontrez vos voisins pour discuter de la collaboration.

Planifiez à l'avance l'évacuation des gros animaux.





CONSEILS POUR DIFFÉRENTS

PLANIFIEZ À L'AVANCE



Personnes souffrant de troubles du développement

Identifiez des alliés de confiance sur lesquels vous pouvez compter en cas de catastrophe.

Élaborez un plan avec ce réseau de soutien.

Mettez votre plan en pratique pour vous sentir en sécurité.



Personnes souffrant de troubles de la parole ou de la communication

Portez sur vous une carte d'instructions sur la façon de communiquer avec vous.

Emportez des dispositifs de communication, des cartes de phrases ou des tableaux d'images.

Sachez comment remplacer votre appareil d'assistance s'il est endommagé ou perdu.



Personnes à mobilité réduite et autres handicaps physiques

Planifiez à l'avance le transport avec des alliés de confiance.

Élaborez un plan en cas d'endommagement des rampes d'accès ou des rails.

Évacuez dès que possible afin de disposer de plus de temps pour sortir en toute sécurité.

ENTES CIRCONSTANCES



PLANIFIEZ À L'AVANCE

Difficultés de transport

Organisez le covoiturage si vous devez évacuer.

Demandez si les transports en commun peuvent être gratuits après une catastrophe naturelle.

Renseignez-vous pour savoir si les services de covoiturage offrent des trajets gratuits vers les abris.



Personnes dont l'anglais est limité

Trouvez des sources communautaires de confiance à qui parler des options de sécurité.

Demandez à des jeunes bilingues de vous expliquer les mesures de sécurité à prendre.

Recherchez les médias que vous suivez pour savoir s'ils diffusent des alertes d'urgence.



Nouveaux Californiens

Renseignez-vous sur les principes de base du système d'urgence, comme composer le 211.

Demandez à votre communauté en quoi les catastrophes sont différentes ici.

Trouvez des sources fiables en cas d'urgence, en dehors du gouvernement.



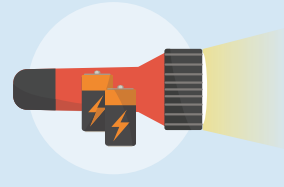


CONSEILS DE SÉCURITÉ : FEU DE FORÊT

AVANT



L'alerte au drapeau rouge signifie qu'il faut se préparer **MAINTENANT**.



Prévoyez l'absence d'électricité.
Ne vous servez pas de bougies.



Procurez-vous un bandana ou un masque pour protéger vos poumons.



Vérifiez que votre tuyau d'arrosage fonctionne.



Nettoyez les gouttières.
Débroussailliez près de votre maison.

PENDANT



N'attendez pas de voir ce qui se passe. Partez quand on vous le demande !



Quittez rapidement les zones enfumées.



Fermez toutes les portes et fenêtres. Arrêtez l'air conditionné.



Ouvrez ou enlevez les rideaux, les stores ou les persiennes.



Préparez les animaux domestiques à l'évacuation.

CONSEILS DE SÉCURITÉ : INONDATION



AVANT



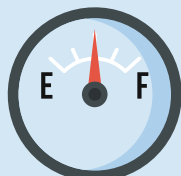
Veillez à ce que les canalisations d'eau pluviale et les égouts soient dégagés.



Déplacez les objets de valeur aux étages supérieurs.



Procurez-vous des bâches en plastique et des sacs de sable pour empêcher l'eau de pénétrer.



Achetez des aliments non périssables et qui n'ont pas besoin d'être cuits.



Apprenez les meilleurs itinéraires d'évacuation vers un terrain plus élevé.

PENDANT



N'attendez pas de voir ce qui se passe. Partez quand on vous le demande !



Ne marchez jamais dans l'eau en mouvement.



Ne conduisez jamais dans des zones inondées.



Attention aux coulées de boue après un feu de forêt.



Attention aux tsunamis sur les côtes après un tremblement de terre.

CONSEILS DE SÉCURITÉ : TREMBLEMENT DE TERRE

AVANT



Calez les meubles hauts contre les murs.



Ne suspendez rien de lourd au-dessus d'un lit, d'un canapé ou d'une chaise.



Obtenez l'application gratuite MyShake pour les alertes de tremblement de terre.



Faites des exercices de sécurité en cas de tremblement de terre.



Apprenez à couper le gaz, l'électricité et l'eau.

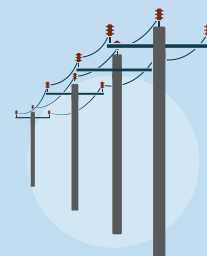
PENDANT



Ne vous précipitez pas à l'extérieur.
Placez-vous sous une table ou un bureau.



Restez au lit et couvrez votre tête avec un oreiller.



À l'extérieur, éloignez-vous de tout ce qui pourrait tomber.



Garez votre voiture loin des bâtiments et des arbres.

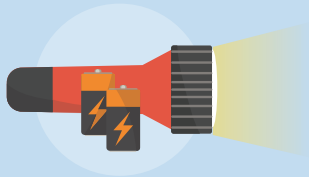


Soyez prêt pour les répliques.

CONSEILS DE SÉCURITÉ : COUPURE D'ÉLECTRICITÉ



AVANT



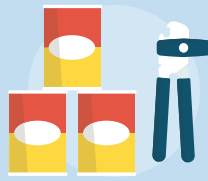
Prévoyez des lampes de poche et des lanternes – pas de bougies.



Gardez le réservoir d'essence de votre voiture au moins à moitié plein.



Achetez des aliments non périssables et qui n'ont pas besoin d'être cuits.

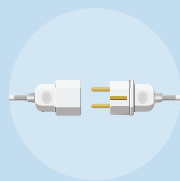


Achetez de la glace pour conserver les aliments ou les médicaments dans les glacières.

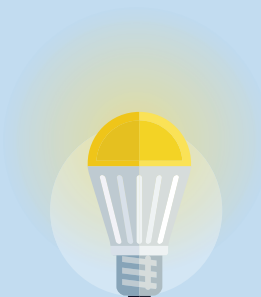


Gardez les batteries de votre téléphone complètement chargées.

PENDANT



Débranchez les appareils électroménagers/électroniques pour éviter qu'ils ne soient endommagés.



Laissez une lampe branchée.



Gardez votre réfrigérateur et votre congélateur fermés.



Utilisez les générateurs, les réchauds de camping et les grils à l'extérieur.



Ne vous servez pas de votre cuisinière à gaz pour le chauffage.



LISTOSCALIFORNIA.ORG

Plus de ressources pour se préparer.