

Ligne d'assistance de détresse en cas de catastrophe (Disaster Distress Helpline) –
www.disasterdistress.samhsa.gov/
Si vous connaissez quelqu'un qui a été touché par une catastrophe et a besoin d'aide, veuillez appeler la ligne
d'assistance sans frais de détresse en cas de catastrophe au 1-800-846-8517 pour obtenir des renseignements,
du soutien et des conseils. Un service d'interprétation est disponible.

Agence fédérale des situations d'urgence (Federal Emergency Management Agency, FEMA) – www.ready.gov
Croix-Rouge américaine (American Red Cross) – www.redcross.org
Pour tout renseignement complémentaire :

16

NOTES SUPPLÉMENTAIRES

Se préparer pour les situations d'urgence : *Guide destiné aux réfugiés*

Lisez cette brochure et gardez-la à portée de main

ADMINISTRATION FOR
CHILDREN & FAMILIES



Bureau de relocalisation des réfugiés
Bureau pour la préparation et la réponse aux urgences



Photo courtesy UNHCR

On parle d'**urgence** quand il existe un risque immédiat pour la santé, la vie ou la propriété.

2



9-1-1
urgence

Si vous vous trouvez face à une urgence, comme un incendie, un cambriolage, ou un problème médical grave (par exemple, une personne ne respire pas, est inconsciente, ou des saignements qui ne s'arrêtent pas), composez le 9-1-1 sur n'importe quel téléphone. Décrivez l'urgence pour pouvoir obtenir le type d'aide approprié, comme la police, les pompiers ou une ambulance. Ne tardez pas à appeler, même si vous ne parlez pas anglais, vous pourrez toujours recevoir de l'aide.

Outre les urgences personnelles, des situations d'urgence de grande ampleur peuvent être causées par des catastrophes naturelles ou d'origine humaine. De nombreuses grandes catastrophes sont susceptibles de provoquer des pannes de chauffage, d'électricité et de perturber les communications.

Voici quelques exemples de catastrophes **naturelles** et quelques conseils sur ce qu'il faut faire lorsqu'elles surviennent afin de vous protéger, vous et votre famille. D'autres exemples de catastrophes naturelles comprennent les inondations, les incendies de forêt, la canicule et les glissements de terrain. Pour en savoir plus, consultez : <http://www.ready.gov/natural-disasters>

Tornade : vents extrêmement violents se développant sur la terre accompagnés d'une colonne de nuages en forme d'entonnoir venant du ciel et touchant le sol. Les tornades peuvent détruire des bâtiments.



- Si un avertissement de tornade a été émis pour la région dans laquelle vous vous trouvez, cherchez immédiatement un abri !
- Si vous êtes dans un bâtiment, rendez-vous à l'étage le plus bas, loin des fenêtres et des portes.
- La plupart des blessures sont le résultat de la projection de débris, vous devez donc protéger votre tête.

Mettez ceci à la fenêtre pour indiquer à vos voisins que vous allez bien

15

OK

Mettez ceci à la fenêtre pour indiquer à vos voisins que vous avez besoin d'aide

HELP

Tremblements de terre : secousse soudaine de la terre. Les tremblements de terre peuvent fissurer le sol et faire s'effondrer les bâtiments. 3



- Si vous êtes à l'intérieur, **JETEZ-VOUS** au sol, mettez-vous à **COUVERT** sous une table solide, et **TENEZ** jusqu'à ce que la secousse s'arrête.
- Si vous êtes à l'extérieur, restez en terrain découvert jusqu'à ce que la secousse s'arrête. Éloignez-vous des bâtiments, des lampadaires et des câbles électriques.

Ouragans : tempêtes qui se forment au-dessus de l'océan avec des vents violents, de fortes pluies et de hautes vagues. Le vent et les inondations créés par les ouragans peuvent détruire des bâtiments.



- Si un ouragan est prévu, écoutez la radio ou la télévision ou consultez Internet pour obtenir des informations sur ce qu'il faut faire.
- Restez à l'intérieur, loin des fenêtres et des portes.
- Évacuez si les autorités locales vous le demandent.

Tempête hivernale et froid extrême : beaucoup de neige, des températures très basses, des vents forts et du gel.



- Ne sortez pas pendant la tempête.
- Restez au sec. Les vêtements humides conduisent à une perte de chaleur corporelle.
- Ne conduisez pas, sauf si nécessaire, car les routes gelées peuvent provoquer des accidents automobiles.
- N'utilisez pas la gazinière pour chauffer la maison.

Voici des exemples de **catastrophes d'origine humaine** et quelques conseils sur ce qu'il faut faire lorsqu'elles surviennent afin de vous protéger, vous et votre famille. D'autres exemples comprennent les accidents impliquant les centrales nucléaires, les pannes de courant et les attaques terroristes. Pour en savoir plus, consultez : <http://www.ready.gov/accidental-emergencies>

4

Risques chimiques : certains produits chimiques peuvent endommager les bâtiments et être dangereux pour la santé s'ils sont accidentellement libérés. Dans certains cas, une explosion peut se produire ; dans d'autres cas, il se peut que vous ne soyez pas en mesure de voir ou de sentir le produit chimique.



- Écoutez la radio ou regardez la télévision ou consultez Internet pour obtenir des informations sur ce qu'il faut faire.
- Évacuez si les autorités locales vous le demandent.
- Si on vous demande de rester à l'intérieur, fermez toutes les fenêtres et les portes. Scellez toutes les ouvertures

Incendies domestiques : tous les jours, les Américains sont confrontés à des incendies domestiques. Le feu se propage rapidement et vous pouvez n'avoir que quelques secondes pour sortir.

- Lorsque le détecteur de fumée se déclenche, sortez rapidement.
- En présence de fumée, rampez sous la fumée jusqu'à la sortie.
- Si vos vêtements prennent feu, jetez-vous au sol, couvrez-vous le visage avec les mains et roulez-vous jusqu'à ce que le feu soit éteint. Consultez un médecin immédiatement.
- Si vous ne pouvez pas sortir, fermez la porte et couvrez les ouvertures d'aération et les fissures sous la porte pour empêcher la fumée d'entrer. Composez le 9-1-1 et dites-leur où vous vous trouvez.



Les détecteurs de fumée sont installés au plafond. Ils émettent un son bruyant quand il y a de la fumée. Assurez-vous que les piles fonctionnent et remplacez-les chaque année.

Prévenez les intoxications au monoxyde de carbone !

13

En cas de catastrophe, votre maison peut se trouver sans courant. Cette page explique comment certaines façons de se chauffer ou de faire la cuisine sans électricité peuvent conduire à une intoxication au monoxyde de carbone, et ce que vous pouvez faire pour vous protéger.

Le monoxyde de carbone est un gaz qu'on ne peut pas voir, sentir ou goûter, mais il peut être dangereux et même causer la mort, si l'on en respire en trop grande quantité. Le monoxyde de carbone provient de la combustion de carburant. Brûler du carburant à l'intérieur peut conduire à l'accumulation de monoxyde de carbone dans la maison, ce qui peut être mortel.

- N'utilisez JAMAIS de cuisinière à gaz pour chauffer la maison.
- Ne cuisinez JAMAIS à l'intérieur sur un grill à charbon de bois ou à gaz.
- N'utilisez JAMAIS de générateur portable à l'intérieur, dans un garage, ou dans un abri à voiture. Un générateur portable est une machine à essence qui peut faire fonctionner certains appareils électriques en l'absence de courant.
- Utilisez le générateur UNIQUEMENT à l'extérieur, loin des fenêtres ouvertes et des ouvertures d'aération.
- N'allumez PAS de feu sans cheminée fonctionnelle.
- Assurez-vous que votre maison dispose de détecteurs de monoxyde de carbone et de fumée en état de marche.

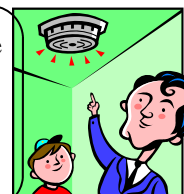
Symptômes de l'intoxication au monoxyde de carbone :

maux de tête, fatigue, difficulté à respirer, étourdissements, nausées.

Si vous pensez que vous êtes victime d'une intoxication au monoxyde de carbone :

quittez la maison et respirez à l'air libre. Consultez un médecin.

Les détecteurs de monoxyde de carbone et les détecteurs de fumée peuvent parfois être combinés en un seul dispositif, ou il peut s'agir de dispositifs distincts. Assurez-vous de savoir quels dispositifs se trouvent dans votre maison !



Si un événement grave survient

Examinez les blessures éventuelles des membres de la famille :

- Si une personne saigne beaucoup, appuyez sur la plaie et soulevez la partie du corps, si possible, pour ralentir le saignement.
- Gardez la personne au calme et en sécurité.
- Gardez la personne au chaud.
- Composez le 9-1-1 pour obtenir de l'aide.

Prenez soin de votre maison :

- Écoutez la radio ou regardez la télévision ou consultez Internet pour obtenir des nouvelles.
- Éteignez les petits incendies à l'aide d'un extincteur portatif.
- Sachez comment couper l'alimentation d'eau, l'électricité et le gaz avant une catastrophe.
 - Lors d'une catastrophe, l'eau courante peut être contaminée. Coupez l'arrivée d'eau de votre maison jusqu'à ce que les autorités vous informent qu'elle est potable.
 - Coupez l'électricité au tableau électrique principal ou au niveau du disjoncteur si vous voyez des étincelles.



Mise en route

Vous pouvez être prêt(e) pour les catastrophes avant qu'elles ne surviennent en anticipant. Il est important que vous et votre famille vous prépariez afin de savoir quoi faire et où aller jusqu'à l'arrivée des secours. Les pages suivantes vous donneront des conseils sur la façon de vous préparer et de rester en sécurité.

Informez-vous sur les catastrophes les plus susceptibles de se produire dans la région où vous vivez. Obtenez des informations sur la façon de se préparer pour chacune de ces catastrophes. Discutez en famille de ce qu'il faut faire avant, pendant et après une catastrophe. Assurez-vous que tout le monde sait où se trouvent les sorties et les extincteurs dans votre maison/bâtiment.

Convenez d'un endroit où vous vous retrouverez si vous et votre famille êtes séparés après une catastrophe et que vous ne pouvez pas rentrer chez vous. Notez le lieu de rencontre ici : _____

Si vous ne pouvez pas rester chez vous, pensez à un ami, un parent, ou un parrain qui vous permettra de loger chez lui. Notez ses coordonnées ici :

Nom : _____ Téléphone : _____ Adresse : _____

Après certaines catastrophes, des abris d'urgence peuvent être mis en place. Renseignez-vous auprès des médias ou des personnes que vous connaissez pour savoir si vous devez vous rendre dans un abri.

Si la catastrophe est de très grande ampleur et qu'elle a blessé beaucoup de gens, les secouristes peuvent ne pas être en mesure de vous aider tout de suite. Vous devez être prêt(e) à prendre soin de vous-même et de votre famille pendant au moins 4 jours, ou plus, en fonction de l'ampleur de la catastrophe.

Préparatifs :

Préparez une trousse d'urgence qui restera à la maison

Ce qu'il faut avoir à la maison rassemblé dans un même endroit en cas d'urgence :

- trousse de premiers soins (doit comprendre des bandages, une pommade antibiotique, des ciseaux, une pince à épiler, des tampons et des rouleaux de gaze, et des lingettes antiseptiques)



- papier et crayon/stylos



- médicaments



- radio à piles ou à main (en cas de panne de courant)



- chaussures robustes et gants



- nourriture supplémentaire en conserve/séchée et un ouvre-boîte

- lampes de poche et piles



- articles pour bébé



- sifflet pour envoyer un signal de détresse



- sacs-poubelle et lingettes pour bébé/mouchoirs/serviettes en papier pour nettoyer



- ruban adhésif en toile



- clé pour couper l'eau et le gaz



- argent liquide supplémentaire



Prévoyez assez de nourriture et d'eau pour **au moins 4 jours**:

- 4 litres d'eau par personne et par jour sont nécessaires.
- Nous avons ___ personnes dans notre famille x 4 jours x 4 litres = ____ litres d'eau.

Documents importants

Sachez où se trouvent vos documents importants. Il peut être utile de les avoir tous au même endroit.

Soyez prêt(e) à prendre ces documents avec vous si vous devez quitter votre maison.

- certificat de naissance/formulaire I-94
- passeport/permis de conduire/autre pièce d'identité avec photo
- cartes de sécurité sociale
- cartes d'assurance
- copie des cartes bancaires/cartes de crédit et des renseignements bancaires
- copie des titres de propriété/hypothèque
- déclaration fiscale récente
- dossiers de vaccination
- autres documents : (faites-en la liste)



Noms et numéros de téléphone importants

- Numéro de téléphone de la maison, numéros des téléphones portables des membres de la famille : _____
- Travail : _____
- Pharmacie : _____
- Head Start/garderie : _____
- École : _____
- Propriétaire/société de prêts hypothécaires : _____
- Assurance habitation/location : _____
- Assurance auto : _____
- Compagnie d'électricité : _____
- Compagnie de gaz : _____
- Compagnie des eaux : _____
- Informations municipales : _____
- Informations concernant les bus/transports : _____
- Point de contact religieux : _____
- Parents : _____
- Amis : _____
- Agence de relocalisation : _____
- Agent chargé du dossier : _____



Préparatifs :

Préparez une trousse d'urgence pour partir

Ce qu'il faut avoir prêt à partir si vous devez quitter votre maison :

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> médicaments (sur ordonnance et en vente libre) | <input type="checkbox"/> vêtements de rechange |
| <input type="checkbox"/> dispositifs médicaux | <input type="checkbox"/> vêtements de pluie |
| <input type="checkbox"/> téléphones portables et chargeurs | <input type="checkbox"/> jouet ou jeu pour les enfants |
| <input type="checkbox"/> articles d'hygiène personnelle (brosse à dents, dentifrice, brosse à cheveux) | <input type="checkbox"/> articles de confort (collations, peluche, livre) |
| <input type="checkbox"/> lunettes, lentilles de contact, prothèses dentaires | <input type="checkbox"/> argent liquide et chéquier |
| <input type="checkbox"/> chaussures de marche confortables | <input type="checkbox"/> documents importants |
| | <input type="checkbox"/> clés |



Articles spéciaux pour les bébés et les jeunes enfants :

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> biberons | <input type="checkbox"/> seringue/médicaments anti-fièvre pour bébé |
| <input type="checkbox"/> couches | <input type="checkbox"/> thermomètre |
| <input type="checkbox"/> formule pour bébé, aliments pour bébé, bavoirs | <input type="checkbox"/> tétine |
| <input type="checkbox"/> lingettes pour bébé | <input type="checkbox"/> couvertures pour bébé |
| <input type="checkbox"/> sacs-poubelle | <input type="checkbox"/> désinfectant pour les mains |
| <input type="checkbox"/> crème pour le change | |



Informations médicales pour chaque membre de la famille

Remplissez le champ prévu pour les informations médicales pour chaque membre de votre famille, de sorte que vous aurez ces informations à un seul endroit. En cas d'urgence, vous pouvez vous référer à ces informations pour contacter votre prestataire de soins de santé, ou les montrer aux secouristes ou aux professionnels de la santé si vous ou votre famille avez besoin d'une aide médicale.

• Nom : _____ Allergies : _____
• Médecin/clinique : _____ Maladies : _____
• Téléphone : _____
• Type et numéro d'assurance : _____ Médicaments actuels : _____

• Nom : _____ Allergies : _____
• Médecin/clinique : _____ Maladies : _____
• Téléphone : _____
• Type et numéro d'assurance : _____ Médicaments actuels : _____

• Nom : _____ Allergies : _____
• Médecin/clinique : _____ Maladies : _____
• Téléphone : _____
• Type et numéro d'assurance : _____ Médicaments actuels : _____

8

Informations médicales pour chaque membre de la famille

• Nom : _____ Allergies : _____ 9
• Médecin/clinique : _____ Maladies : _____
• Téléphone : _____
• Type et numéro d'assurance : _____ Médicaments actuels : _____

• Nom : _____ Allergies : _____
• Médecin/clinique : _____ Maladies : _____
• Téléphone : _____
• Type et numéro d'assurance : _____ Médicaments actuels : _____

• Nom : _____ Allergies : _____
• Médecin/clinique : _____ Maladies : _____
• Téléphone : _____
• Type et numéro d'assurance : _____ Médicaments actuels : _____