PRÉPARATION aux URGENCES

Sachez ce que vous et votre famille devez faire en situation d'urgence environnementale.

Reconnaissez les dangers les plus probables dans votre région.



Santé publique Public Health
Vitalité

SITUATION D'URGENCE





FAITES-VOUS UN PLAN D'URGENCE.

Le plan d'urgence vous prépare à savoir **quoi faire**, **où aller** et **qui contacter** pour réagir dans le calme et la sécurité.

Situations non urgentes

811 Télé-Soins :
Pour des conseils non urgents relatifs à la santé

211 :
Pour de l'information sur les services communautaires et sociaux (aide alimentaire, logement, etc.)

511 :
Pour de l'information sur les routes

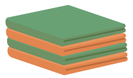
1-800-565-1633 :
Pour les urgences environnementales

Préparez une trousse d'urgence.



Vous devriez toujours avoir une trousse d'urgence pour subvenir à vos besoins pendant au moins 72 heures :


4 litres d'eau par personne par jour


couvertures


vêtements chauds


radio à piles


lampe de poche et piles


outils de base


aliments non périssables pour les personnes et les animaux


ustensiles


trousse de premiers soins


chargeur portable


Clés


Argent comptant


médicaments

documents essentiels.

PRÉCAUTIONS

Assurez-vous de connaître l'emplacement et le fonctionnement des extincteurs.



Sachez comment couper l'eau, le courant électrique et le gaz naturel.



Gardez toujours le niveau de carburant ou la charge électrique de votre voiture à au moins la moitié en tout temps.

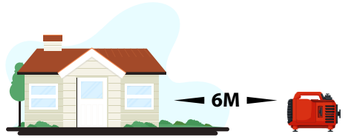


Assurez-vous d'avoir des détecteurs de fumée fonctionnels en tout temps.



Intoxication au monoxyde de carbone (CO)

- Si vous avez un garage rattaché à votre maison, un poêle à bois, un système de chauffage au propane ou des électroménagers au propane, installez un détecteur de monoxyde de carbone.



- Gardez les génératrices à l'extérieur de votre domicile.



ALIMENTATION DU NOURRISSON

L'allaitement est le mode d'alimentation le plus sûr et le mieux adapté, même en situationd'urgence.

Il est important de continuer à allaiter votre bébé fréquemment afin de maintenir votre production de lait. N'hésitez pas à communiquer avec votre bureau de santé publique ou à composer le 811.

Si votre bébé reçoit des préparations pour nourrissons, assurez-vous d'utiliser des produits sécuritaires, comme des préparations prêtes à servir, et de vérifier les dates de péremption.

Surveillez les symptômes d'intoxication au monoxyde de carbone :

maux de tête, étourdissements, difficulté à respirer, faiblesse ou fatigue inexpliquée nausées, vomissements, confusion, douleurs thoraciques.



Références :

L'Organisation des mesures d'urgence du Nouveau-Brunswick (OMU NB) - gnb.ca

Canada FR: Préparez-vous - Canada.ca

NBEMO OMUNB