



Disasters can happen any time, anywhere. You should be prepared to take care of yourself and your household for at least 3 days following a disaster. You can be ready by following three simple steps: know the risks, make a plan, and get a kit.

## STEP 1: KNOW THE RISKS

Find out what hazards are most likely to happen in your community, and where you travel. Hazards that commonly affect Canadians include floods, power outages, home fires, wildfires, tornadoes, hurricanes, and more. You can improve your ability to handle these events by knowing what to do and where to get help. To find out more about the hazards where you live:

- Call your local authority; ask about hazard risk in your area and what the community preparedness plan is.
- Know where to get information on local weather, and what to do before, during and after an emergency.
- Share what you have learned with your family, household, and neighbours, and encourage them to be informed and ready, too.
- Visit [redcross.ca/ready](http://redcross.ca/ready) and [getprepared.gc.ca](http://getprepared.gc.ca) for more information.
- Download the **Be Ready App** to learn more.
- Always be aware of your surroundings and situation. **Be Ready.**

## STEP 2: MAKE A PLAN

It is important to ensure that the entire family is prepared and informed in the event of a disaster or evacuation. You may not always be together when these events take place and should have plans for making sure you are able to contact and find one another:

- Determine the best ways to evacuate your home in case of an emergency such as a home fire.
- Make sure everyone in the home knows the location of your emergency kit and water supply.
- Establish a safe place for your family to meet outside your home and outside your neighbourhood.
- Include a plan for evacuating your pets.
- Practice your evacuation plan frequently.
- If you can't evacuate your home, prepare to be self-sufficient in your home for 3 days (or 7 to 10 days in a health emergency or winter storm).
- If a member of your family has special needs that would require extra assistance, work those details into your family emergency plan and kit.

### Know Your Neighbourhood

- Work with your neighbours to identify people who may need extra help during an emergency, or who you can turn to for help.
- Identify your community's emergency plan and evacuation routes.

# BE READY

## STEP 3: GET A KIT

The Red Cross recommends that you keep an emergency kit in your home with enough supplies to meet your family's needs during an emergency for at least 3 days. The following list contains suggested items for your emergency kit. It is important that you check it every year and resupply it after every use.

**Personalize your kit for your household needs. Check and update it twice a year. Main items to include:**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Water   | <input type="checkbox"/> Personal hygiene items  |
| <input type="checkbox"/> Food (non-perishable)   | <input type="checkbox"/> Important documents (i.e. copies of: birth/marriage certificates, passports, licenses, wills, deeds, insurance. Tip: Take a phone photo and email to yourself.) |
| <input type="checkbox"/> Manual can opener   | <input type="checkbox"/> A copy of your emergency plan   |
| <input type="checkbox"/> Crank/battery-operated flashlight and extra batteries                               | <input type="checkbox"/> Extra cellphone charger   |
| <input type="checkbox"/> Extra keys for your house and car   | <input type="checkbox"/> Crank/battery-operated radio  |
| <input type="checkbox"/> First aid kit   |  |
| <input type="checkbox"/> Cash in small bills and coins   |  |
| <input type="checkbox"/> Special needs items (i.e. medications, infant formula, eyeglasses and hearing aids) |  |

### Additional items to consider:

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Extra clothing/footwear for each household member | <input type="checkbox"/> Garbage bags and twist ties                               |
| <input type="checkbox"/> Plastic sheeting                                  | <input type="checkbox"/> Toilet paper  |
| <input type="checkbox"/> Scissors & pocket knife                           | <input type="checkbox"/> Multi/basic tools (i.e. hammer, wrench, screwdriver etc.) |
| <input type="checkbox"/> Whistle   | <input type="checkbox"/> Duct tape   |
| <input type="checkbox"/> Hand sanitizer                                    | <input type="checkbox"/> Sleeping bag/blanket for each household member            |
| <input type="checkbox"/> Pet food & pet medication                         |  |

## REDCROSS.CA

Please note: Canadian Red Cross emergency preparedness materials are provided for free to the public and are intended for general information only. See [www.redcross.ca/ready](http://www.redcross.ca/ready) for more.

# SOYEZ PRÊT

[www.croixrouge.ca/pret](http://www.croixrouge.ca/pret)

Téléchargez l'application  
**Soyez prêt**

pour appareils IOS ou Android

## COMMENT VOUS POUVEZ AIDER

**Devenez bénévole à la Croix-Rouge canadienne :** rendez-vous au [croixrouge.ca/benevolat](http://croixrouge.ca/benevolat).

**Aidez vos voisins :** soyez prêt à venir en aide aux autres dès que vous aurez assuré votre propre sécurité.

**Donnez!** Les dons en argent représentent le moyen le plus simple d'aider : consultez [croixrouge.ca/faites-un-don](http://croixrouge.ca/faites-un-don).

Les situations d'urgence peuvent survenir en tout lieu et en tout temps. Il est important d'être prêt à subvenir à vos besoins pendant une période d'au moins trois jours si une catastrophe venait à se produire. Préparez-vous à toute éventualité en suivant ces trois conseils : connaissez les risques, établissez un plan et assemblez une trousse d'urgence.

## ÉTAPE 2 : CONNAISSEZ LES RISQUES

Renseignez-vous sur les dangers les plus susceptibles de survenir dans votre collectivité et les endroits où vous voyagez. Parmi les catastrophes qui frappent le plus souvent les Canadiens, on compte les inondations, les pannes d'électricité, les incendies résidentiels, les feux de forêt, les tornades et les ouragans. En sachant comment réagir et où obtenir de l'aide, vous serez en meilleure posture pour affronter de telles situations. Pour en savoir davantage sur les risques dans votre région :

- Communiquez avec les autorités locales pour connaître les types de risques courants à l'échelle locale et les mesures prévues en cas d'urgence.
- Repérez des sources d'information fiables sur la météo locale et les gestes à poser avant, pendant et après une urgence.
- Sensibilisez votre famille et votre entourage. Encouragez-les à se renseigner et à se préparer aux urgences.
- Visitez [croixrouge.ca/pret](http://croixrouge.ca/pret) et [preparez-vous.gc.ca](http://preparez-vous.gc.ca) pour obtenir d'autres conseils.
- Téléchargez l'**application Soyez prêt** afin d'en savoir plus.
- Faites preuve de vigilance et restez à l'affût de votre environnement. **Soyez prêt.**

## ÉTAPE 2 : ÉTABLISSEZ UN PLAN

Il est important que vous et les membres de votre famille sachiez quoi faire en cas d'urgence ou d'évacuation. Il est fort probable que vous ne soyez pas tous au même endroit le jour où une catastrophe surviendra, d'où l'importance de se préparer dès aujourd'hui pour que votre famille sache comment communiquer et se retrouver dans une telle éventualité.

- Déterminez les meilleurs moyens d'évacuer votre domicile en cas d'urgence, comme un incendie.
- Assurez-vous que tous les membres de votre famille savent où se trouvent la trousse d'urgence et les réserves d'eau.
- Désignez un lieu de rassemblement sécuritaire en dehors de la maison et à l'extérieur du quartier.
- Planifiez également l'évacuation de vos animaux de compagnie.
- Simulez fréquemment des évacuations.
- Si vous ne pouvez pas évacuer votre domicile, il faut vous préparer à être autonome chez vous pendant 3 jours (ou de 7 à 10 jours en cas d'urgence sanitaire ou de tempête hivernale).
- Si un membre de votre famille a des besoins particuliers qui exigent de l'aide supplémentaire, veuillez en tenir compte dans votre plan d'évacuation et dans votre trousse d'urgence.

### Renseignez-vous sur votre quartier

- Discutez avec vos voisins afin de savoir qui pourrait avoir besoin d'aide supplémentaire en cas d'urgence, ou encore, qui serait en mesure de vous donner un coup de main.
- Apprenez les chemins d'évacuation et les plans d'urgence de votre collectivité.

# SOYEZ <sup>^</sup> PRÊT

## ÉTAPE 3 : ASSEMBLEZ UNE TROUSSE

La Croix-Rouge vous recommande de conserver une trousse d'urgence à la maison comportant suffisamment de provisions pour subvenir aux besoins de votre famille pendant au moins trois jours. Vous trouverez ci-dessous une liste de recommandations. Prenez soin de faire l'inventaire de votre trousse tous les ans et d'en renouveler le contenu après chaque utilisation.

### Personnalisez votre trousse selon les besoins de votre famille, sans oublier de la vérifier et de la regarnir deux fois par année :

- de l'eau
- de la nourriture non périssable
- un ouvre-boîte manuel
- une lampe de poche à manivelle ou à piles et des piles de rechange
- des doubles des clés de la voiture et de la maison
- une trousse de premiers soins
- de l'argent en petites coupures et pièces de monnaie
- des articles pour les besoins particuliers (médicaments, lait maternisé, lunettes, prothèse auditive)
- des articles d'hygiène personnelle
- les documents importants de la famille (comme des copies des actes de naissance et de mariage, des passeports, des permis, des testaments, des actes de propriété et des assurances – Astuce : prenez une photo et envoyez-la à votre adresse courriel)
- une copie de votre plan d'urgence
- un chargeur pour cellulaire
- une radio à manivelle ou à piles

### Autres articles à envisager :

- des vêtements et des chaussures de rechange pour chaque membre de la famille
- des bâches en plastique
- des ciseaux et un couteau de poche
- un sifflet
- du désinfectant pour les mains
- de la nourriture et des médicaments pour vos animaux de compagnie
- des sacs à ordures et des attaches
- du papier hygiénique
- un outil polyvalent ou des outils de base (marteau, clé, tournevis, etc.)
- du ruban adhésif en toile
- un sac de couchage ou une couverture pour chaque membre de la famille

## CROIXROUGE.CA

Avis : Le matériel de préparation aux urgences mis au point par la Croix-Rouge canadienne est offert gratuitement au public à des fins informatives et contient des renseignements d'ordre général. Pour en savoir davantage, visitez [www.croixrouge.ca/pret](http://www.croixrouge.ca/pret).



# BE READY

[www.redcross.ca/ready](http://www.redcross.ca/ready)

Download the  
**Be Ready App**

for IOS or Android

## HOW YOU CAN HELP

**Volunteer with the Canadian Red Cross:** To find out more visit us at [redcross.ca/volunteer](http://redcross.ca/volunteer)

**Help your neighbours:** Be ready to assist others once you are safe.

**Donate:** Cash is the most flexible support. Visit us at [redcross.ca/donate](http://redcross.ca/donate)