

## Soyez prêt

Les catastrophes peuvent survenir n'importe où et à n'importe quel moment. Pour vous préparer à cette éventualité, vous et votre famille devez connaître les risques, établir un plan et vous procurer une trousse de préparation. Vous devez être en mesure de veiller à vos besoins et à ceux de votre famille pendant au moins 72 heures à la suite d'une catastrophe.

### Étape 1 : Connaissez les risques

Déterminez les types de catastrophes les plus susceptibles de survenir dans votre collectivité. Parmi les catastrophes qui frappent le plus souvent les Canadiens, on compte les inondations, les pannes d'électricité, les feux de forêt, les tornades, les ouragans, etc. Pour vous renseigner sur les risques dans votre région :

- Demandez à votre municipalité locale quels sont les types de risques courants à l'échelle locale.
- Consultez la section « Connaissez les risques » sur [croixrouge.ca/pret](http://croixrouge.ca/pret).

### Étape 2 : Établissez un plan

Un plan d'urgence ne prend qu'une vingtaine de minutes à créer et vous aidera, vous et votre famille, à savoir quoi faire en cas d'urgence ou de catastrophe. Votre plan devrait inclure, entre autres, les éléments suivants :

- Les meilleurs moyens de sortir de votre domicile en cas d'urgence (p. ex. lors d'un incendie résidentiel).
- L'emplacement de votre trousse d'urgence et de votre réserve d'eau.
- Un endroit sécuritaire où tous les membres de votre famille se réuniront s'ils ne sont pas ensemble au moment où survient l'urgence.
- Les coordonnées d'une personne qui habite à l'extérieur de la région et que chaque membre de la famille peut contacter par téléphone ou par courriel en cas d'urgence.
- Un plan pour tout membre de votre famille ayant des besoins particuliers.
- Un plan pour l'évacuation de vos animaux de compagnie.
- Consultez la section « Établissez un plan » sur [croixrouge.ca/pret](http://croixrouge.ca/pret).

Il est recommandé d'organiser régulièrement des simulations d'évacuation et de vous informer du plan d'évacuation de votre collectivité.

### Étape 3 : Procurez vous une trousse

Votre trousse de préparation aux catastrophes doit vous permettre de subvenir à vos besoins et à ceux de votre famille pendant 72 heures à la suite d'une catastrophe ou d'une urgence.

Vous pouvez assembler votre propre trousse ou **acheter** une trousse de préparation aux catastrophes de la Croix Rouge canadienne. Veuillez consulter [magasiner.croixrouge.ca](http://magasiner.croixrouge.ca) pour de plus amples renseignements.

Pour **créer** votre propre trousse, vous aurez besoin des articles suivants :

- Un sac solide et facile à transporter, comme un sac à dos.
- **De l'eau** : prévoyez deux litres d'eau potable et deux litres d'eau pour les soins personnels, par personne et par jour. N'oubliez pas de prévoir de l'eau pour vos animaux de compagnie!
- **Des aliments** : entreposez pour chaque personne et pour chaque animal de compagnie une réserve de denrées non périssables qui durera au moins 72 heures.
- Un ouvre-boîte manuel.
- Une lampe de poche à manivelle ou alimentée par piles et des piles de rechange.
- Un poste de radio à manivelle ou alimenté par piles et des piles de rechange.
- Des doubles des clés des voitures et de la maison.
- Une trousse de secours.
- De l'argent en petites coupures.
- Des articles pour les besoins particuliers (médicaments d'ordonnance, préparation pour nourrisson).
- Des articles d'hygiène personnelle.
- Les documents importants de la famille (copies des actes de naissance et de mariage, passeports, permis, testaments et assurances).
- Une copie de votre plan d'urgence.

# SOYEZ PRÊT

LES  
CATASTROPHES  
PEUVENT  
SURVENIR  
N'IMPORTE OÙ  
ET À N'IMPORTE  
QUEL MOMENT.  
SOYEZ PRÊT.

### Devenez bénévole pour la Croix-Rouge canadienne

Vous voulez aider les personnes dans le besoin ? Vous voulez faire partie de la plus grande organisation humanitaire au monde ? Nous vous offrons une formation, et vous deviendrez bénévole auprès de nos programmes de gestion des sinistres, de suivi des conditions de détention ou de rétablissement des liens familiaux. Vous pourrez ainsi, vous aussi, aider à améliorer les conditions d'existence des membres de votre collectivité. Que vous souhaitiez être bénévole dans un bureau, travailler au sein de la collectivité afin d'aider des familles à renouer les liens avec des membres dont elles ont été séparées à la suite d'une crise humanitaire, être sur le terrain à la suite d'un sinistre, aider à sensibiliser les collectivités ou rendre visite à des détenus, vous pouvez vous engager de diverses façons auprès de la Croix-Rouge canadienne au sein de votre collectivité.

Communiquez avec votre bureau local de la Croix-Rouge canadienne pour obtenir de plus amples renseignements. Pour trouver un bureau près de chez vous, visitez [croixrouge.ca/collectivite](http://croixrouge.ca/collectivite)  
**CROIXROUGE.CA**

# SOYEZ PRÊT



**CROIX-ROUGE  
CANADIENNE**