



# Conseils de sécurité

## Tempêtes hivernales

### Préparez-vous

- Préparez votre maison.
  - Si possible, nettoyez et inspectez vos appareils de chauffage et vos cheminées une fois par année.
  - Si vous êtes locataire, demandez à votre propriétaire de le faire.
  - Mettez du matériel d'étanchéité aux portes et aux fenêtres pour bloquer le froid.
  - Nettoyez les gouttières et les descentes d'eaux pluviales.
  - Remplissez vos réservoirs de mazout et de propane.
- Mettez des couvertures et des vêtements chauds dans votre trousse d'urgence.
- Prenez note des numéros d'urgence et programmez-les dans votre cellulaire.
- Préparez-vous à perdre l'électricité. Chargez les téléphones cellulaires, chargeurs portatifs et autres appareils.
- Trouvez un lieu sûr pour vous abriter pendant la tempête. Vérifiez s'il y a un refuge d'urgence dans les environs.
- Assurez-vous d'avoir tout le nécessaire :
  - Assez de nourriture et d'eau embouteillée pour 3 jours pour chaque personne
  - Médicaments d'ordonnance pour une semaine
  - Articles pour les animaux de compagnie
  - Savon, désinfectant pour les mains, serviettes ou tampons hygiéniques et autres produits d'hygiène
- Suivez les bulletins météo.

## **Pendant une tempête hivernale**

- Restez à la maison ou trouvez un abri. Restez à l'intérieur pendant la tempête.
- Protégez-vous du vent pour éviter le refroidissement éolien.
- Gardez vos animaux de compagnie à l'intérieur. Assurez-vous que le bétail est à l'abri et qu'il a de l'eau à boire.
- Conduisez seulement si c'est vraiment nécessaire.
- Portez plusieurs couches de vêtements chauds si vous devez sortir ou s'il n'y a pas de chauffage dans votre maison.
- S'il n'y a pas d'électricité, éteignez les appareils en laissant une lampe allumée pour savoir quand le courant est rétabli.
- Utilisez un éclairage à piles (lampes de poche, lanternes, bougies sans flamme) ou des bâtons lumineux. N'utilisez pas de bougies.
- Prenez des nouvelles des amis et voisins qui pourraient avoir besoin d'aide pendant la tempête.
- Utilisez uniquement les BBQ, réchauds de camping ou appareils de chauffage à combustible à l'extérieur.
- Suivez les bulletins de nouvelles à la télévision, à la radio et sur les médias sociaux.

## **Après la tempête**

- Faites attention quand vous pelletez la neige. Prenez des pauses pour éviter de vous blesser. Demandez de l'aide au besoin.
- Soyez à l'affût des engourdissements ou des plaques blanches sur le visage, les doigts et les orteils. Ce sont des signes d'engelure. En cas d'engelure, obtenez des soins médicaux.
- Prenez des nouvelles des amis et voisins qui pourraient avoir besoin d'aide.