

Ayez une trousse d'urgence dès aujourd'hui!



VOTRE FAMILLE EST-ELLE PRÊTE?

Vous devez être prêt à être autosuffisant pendant les premières 72 heures d'une situation d'urgence majeure. Ainsi, les secouristes pourront s'occuper en priorité des personnes qui ont besoin d'assistance immédiate. Commencez dès aujourd'hui en ayant une trousse d'urgence. Voici comment faire.

Assemblez-en une vous-même...

Ce qu'une trousse d'urgence de base doit contenir :

- **Eau** - prévoir au moins deux litres par jour par personne. Utilisez des petites bouteilles qui seront plus faciles à transporter en cas d'ordre d'évacuation
- **Aliments** non périssables comme de la nourriture en conserve, des barres énergétiques et des aliments déshydratés (n'oubliez pas de remplacer l'eau et les aliments une fois par année)
- **Ouvre-boîte manuel**
- **Lampe de poche et piles**
- **Radio à piles ou à manivelle** (et piles de rechange)
- **Trousse de premiers soins**
- **Articles particuliers** tels que des médicaments sur ordonnance, de la préparation pour nourrissons ou de l'équipement pour les personnes handicapées
- **Clés supplémentaires** pour la voiture et la maison
- **Argent comptant** en petites coupures comme des billets de 10 \$ (les chèques de voyage sont aussi utiles) et monnaie pour les téléphones payants
- **Plan d'urgence** – en avoir une copie dans votre trousse ainsi que des copies de documents importants tels que les passeports et les actes de naissance.

... ou achetez-en une

Vous pouvez vous procurer une trousse d'urgence en ligne ou dans plusieurs magasins à travers le Canada. La trousse de préparation aux catastrophes de la Croix-Rouge canadienne est vendue par l'entremise de son site Web : www.croixrouge.ca. Par ailleurs, une trousse préparée conjointement par l'Ambulance Saint-Jean et l'Armée du Salut, le Ready Kit, est disponible chez plusieurs détaillants au Canada. Pour vous la procurer, référez-vous aux numéros de téléphone ci-dessous.

En plus, vous devriez considérer avoir les articles additionnels suivants dans votre trousse :

- **Vêtements et chaussures de rechange** pour tous les membres de la famille
- **Sac de couchage ou couverture** pour tous les membres de la famille
- **Sifflet** (pour attirer l'attention au besoin)
- **Sacs à ordures** (hygiène personnelle)
- **Papier hygiénique**
- **Gants de protection**
- **Outils de base** (marteau, pinces, clef, tournevis, attaches, gants de travail)
- **Petit réchaud et combustible** (suivre les directives du fabricant et le ranger correctement)
- **Deux litres d'eau additionnels** par jour par personne pour la préparation des aliments et l'hygiène
- **Autres articles d'hygiène personnelle**

Pour plus de renseignements :

1-800-O-Canada

1-800-622-6232

TTY 1-800-926-9105

www.Preparez-vous.ca