

# EN CAS D'URGENCE

## UTILISER CE GUIDE

# SÉCURITÉ CIVILE

Municipalité de  
**l'Ascension**  
De-Notre-Seigneur

**MA SÉCURITÉ  
C'EST PRIORITAIRE !**



## INCIDENT LIÉ À DES SUBSTANCES CHIMIQUES OU BIOLOGIQUES

### Si vous êtes témoin d'un incident en lien avec des substances chimiques ou biologiques:

- Composez le **9-1-1** et suivez les directives.

Les autorités décideront si vous devez évacuer votre demeure ou y rester confiné, auquel cas, consultez les sections évacuation ou confinement à la page 8 et suivez les consignes.



## FUITE DE GAZ

### Si une alerte se fait entendre dans votre secteur:

- Suivez les directives des autorités.

Les autorités décideront si vous devez évacuer votre demeure ou y rester confiné, auquel cas, consultez les sections évacuation ou confinement à la page 8 et suivez les consignes.



## TREMBLEMENT DE TERRE

### Pendant les secousses:

- Restez à l'intérieur.
- Éloignez-vous des fenêtres, des meubles en hauteur et des objets accrochés au mur.
- Réfugiez-vous sous un meuble solide et placez-vous en position accroupie.

### Après les secousses:

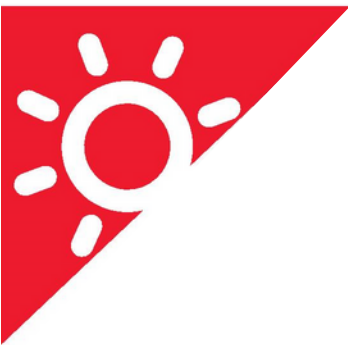
- Préparez-vous à ressentir les futures secousses.
- Restez calme. Aider les autres si vous en êtes capable.
- Si vous considérez qu'il y a un risque imminent pour votre sécurité, composez le **9-1-1**.
- Inspectez votre demeure et vérifiez si celle-ci a subi des dommages, si vous croyez que la structure a subi des dommages structuraux importants, n'entrez pas à l'intérieur.
- Si vous êtes branché au gaz, vérifiez si vous avez subi des dommages. S'il y a des fuites de gaz, communiquez avec le **9-1-1**.
- Surveillez les avertissements météorologiques et les instructions diffusées par les autorités à la radio, à la télévision et sur Internet.

### Si vous êtes à l'extérieur:

- Éloignez-vous des lignes électriques, des immeubles et des points d'eau.

### Si vous êtes dans un véhicule:

- Rangez votre véhicule sur le côté et restez à l'intérieur.
- Si vous devez évacuer votre domicile, suivez les consignes d'évacuation à la page 8.
- Suivez les instructions données par les autorités.



## CHALEUR EXTRÊME

### En période de canicule:

- Hydratez-vous suffisamment.
- Évitez de consommer des boissons alcoolisées ou hydratez-vous en conséquence, car l'alcool peut accélérer la déshydratation.
- Rafrâchissez-vous souvent.
- Protégez-vous de la chaleur et du soleil.
- Réduisez vos efforts physiques.
- Portez des vêtements légers.
- Informez-vous de l'état de santé de vos proches.
- Suivez les recommandations de votre médecin, s'il y a lieu.
- Surveillez les renseignements et les instructions sur la situation diffusés par les autorités à la radio, à la télévision et en ligne.
- Si possible, allez dans les endroits climatisés.

Une veille d'orage violent survient souvent à la suite d'un épisode de chaleur extrême.

### Dans ce cas:

- Suivez les avertissements météorologiques et les instructions diffusés par les autorités à la radio, à la télévision et en ligne.
- Rangez tout ce qui pourrait être emporté ou arraché par le vent, comme les meubles de jardin et les objets à l'extérieur.
- Fermez les fenêtres.
- Envisagez la possibilité d'une panne électrique (référez-vous à la section panne électrique à la page 6).
- Tenez compte des prévisions météorologiques pour vos déplacements et en cas d'orage violent, ne prenez pas la route. Attendez que les autorités vous informent que tout est revenu à la normale.



## PANDÉMIE

Une pandémie est une épidémie mondiale provoquée par une maladie infectieuse qui est très facilement transmissible d'une personne à une autre et qui entraîne des complications de santé chez un nombre important de personnes.

### Prévention:

- Bénéficiez du vaccin dès qu'il vous est proposé.
- Lavez souvent vos mains avec de l'eau et du savon ou avec un antiseptique à base d'alcool.
- Toussez et éternuez sans contaminer l'environnement et évitez de vous toucher le nez, les yeux et la bouche.

### Précaution:

- Préparez votre trousse d'urgence.
- Faites-vous une réserve des produits de première nécessité.
- Communiquez avec vos proches et discutez de la manière de vous aider mutuellement en cas de besoin.
- Surveillez les renseignements et les instructions sur la situation diffusés par les autorités à la radio, à la télévision et en ligne.

### Si vous tombez malade:

- Lorsque les symptômes surviennent, suivez les directives des autorités médicales.
- Restez à la maison et gardez les enfants malades à la maison.
- Si votre état s'aggrave ou si vous figurez parmi les personnes à risque de complications, appelez Info Santé au 8-1-1, consultez un professionnel de la santé ou rendez-vous aux urgences.
- Si des cliniques médicales spéciales ont été ouvertes, rendez-vous dans l'une d'elles pour recevoir les soins appropriés.





# TEMPÊTES VIOLENTES

ORAGES, VERGLAS,  
VENTS VIOLENTS, ETC.

## En cas de tempête violente:

- Restez à l'intérieur à moins que l'on vous demande d'évacuer.
- Éloignez-vous des fenêtres, des portes et du foyer.
- Suivez l'évolution de la situation à la radio ou sur Facebook et en consultant le site web de la municipalité de l'Ascension de Notre-Seigneur.
- Si vous avez du temps, rangez tout ce qui pourrait être emporté ou arraché par le vent, comme les meubles de jardin et les objets à l'extérieur.
- Envisagez la possibilité d'une panne d'électricité (référez-vous à la section panne électrique à la page 6).
- Ne prenez la route que si cela est vraiment nécessaire. Préférez, attendez que les autorités vous informent que tout est revenu à la normale.
- Pour obtenir l'aide des services d'urgence composez le **9-1-1**.
- N'allez pas à l'extérieur.



# TEMPÊTES HIVERNALES ET GRANDS FROIDS

FERMETURE DE ROUTE

## Si une tempête hivernale ou de grands froids sont annoncés:

- Suivez les recommandations pour les tempêtes violentes.
- Évitez tout déplacement superflu.
- Appelez les personnes vulnérables de votre entourage pour vous assurer de leur bien-être.

- Assurez-vous que la sortie de la cheminée n'est pas obstruée par la neige et faites preuve de prudence si vous utilisez un appareil de chauffage au bois.

## Pour prévenir les effets du froid sur la santé:

- Ne restez pas longtemps à l'extérieur sans être protégé contre le froid. Habillez-vous chaudement lorsque vous devez sortir: couvrez-vous bien la tête, le nez, la bouche, le cou, les mains et les pieds.
- Restez actif lorsque vous êtes à l'extérieur.
- Prenez des répit dans des endroits chauds et à l'abri du vent.
- Soyez attentif aux avertissements de froid extrême. (émis lorsqu'il est prévu que la température atteigne -38°C pendant au moins deux heures).

## Si vous devez sortir en voiture:

- Prenez connaissance de l'état des routes en consultant Info Transport [quebec511.info](http://quebec511.info) ou par téléphone au 5-1-1.
- Dégagez le tuyau d'échappement du véhicule avant de le mettre en marche.
- Déneigez complètement votre véhicule.
- Prévoyez une trousse d'urgence pour automobile dans le cas où une panne surviendrait.
- Pour éviter les intoxications au monoxyde de carbone, ne démarrez jamais votre véhicule dans le garage si la porte est fermée. N'actionnez pas votre démarreur à distance et ne laissez jamais le moteur tourner si la voiture est enneigée ou se trouve dans le garage ou dans l'abri temporaire, même si la porte est ouverte.

## Si votre véhicule est immobilisé sur la route:

- Demeurez dans votre véhicule, sauf si vous y êtes en danger.
- Allumez vos feux de détresse et accrochez un tissu voyant à l'antenne.
- Ménagez la batterie en alternant l'utilisation de la lumière, du chauffage et de la radio.
- Faites quelques exercices à l'occasion pour activer la circulation dans vos membres.
- Soyez attentif aux symptômes d'hypothermie (frissons, engourdissement des extrémités, confusion).
- Assurez-vous que la neige n'obstrue pas le tuyau d'échappement.
- Faites tourner le moteur seulement 10 minutes par demi-heure.





# CO

## MONOXYDE DE CARBONE

### Reconnaître le monoxyde de carbone:

Le monoxyde de carbone est un gaz toxique, mortel s'il est inspiré en trop grande quantité. Il provient d'une combustion incomplète produite par tout ce qui utilise un combustible, comme les génératrices, les appareils de chauffage à combustion et les barbecues. Il est aussi possible que le monoxyde de carbone s'infilte dans votre demeure par les drains à la suite de dynamitage.

Sans détecteur de monoxyde de carbone, il est impossible de savoir si le gaz est présent dans l'air, car celui-ci est inodore, incolore et sans goût.

Si vous ressentez des signes ou des symptômes, par exemple des maux de tête, des nausées, des étourdissements, des faiblesses ou si vous subissez des évanouissements ou des chutes inattendues, évacuez immédiatement les lieux et composez le **9-1-1**.

### En l'absence de signes ou de symptômes:

- Fermez les fenêtres.
- Sortez de la maison.
- Composez le **9-1-1**.



## INCENDIE

### Prévention:

- Établissez un point de rassemblement.
- Faites une pratique d'évacuation par année.
- Vérifiez les avertisseurs de fumée (un par étage) et changez la pile deux fois par année lors du changement d'heure.
- Les avertisseurs de fumée doivent avoir moins de 10 ans.
- Informez les résidents et les résidentes de la marche à suivre en cas d'incendie.

### Au déclenchement de l'avertisseur de fumée ou au déclenchement du système d'alarme incendie:

- Vérifiez la situation.
- S'il y a un début d'incendie, composez le **9-1-1**.
- Si possible, éteignez le feu et demandez aux autres résidents et résidentes d'évacuer.
- Si ce n'est pas possible d'éteindre le feu, sortez de l'immeuble par la porte la plus près pour vous rendre au point de rassemblement.
- Ne retournez jamais à l'intérieur.
- Faites le décompte des gens.
- Informez les pompiers de l'état de la situation.



## PANNE ÉLECTRIQUE

### Pendant la panne:

- Vérifiez si la panne d'électricité se limite à votre demeure.
- Si les résidences voisines ont du courant, vérifiez les disjoncteurs.
- Si les résidences voisines n'ont pas de courant, alertez votre fournisseur d'électricité.
- Fermez le plus grand nombre de disjoncteur possible pour prévenir les surcharges ou les bris quand l'électricité reviendra.
- Fermez toutes les lumières, sauf une.
- Laissez un seul calorifère allumé en période hivernale et réglez-le à 15°C, si possible.
- Fermez tous les autres à l'aide des disjoncteurs.
- Évitez d'ouvrir la porte du réfrigérateur et du congélateur.
- N'utilisez jamais de barbecue, de réchaud ou de génératrice à l'intérieur; leur utilisation produit du monoxyde de carbone qui est toxique lorsqu'on le respire.
- Surveillez les instructions diffusées par les autorités à la radio (à manivelle, à piles ou dans l'auto) et en ligne.
- Soyez vigilant avec l'utilisation des bougies.
- N'utilisez pas les appareils de chauffage d'appoint (au bois, au gaz, aux granules, à l'huile, etc.) s'ils n'ont pas été vérifiés et entretenus depuis plus d'un an.
- Si les autorités vous demandent d'évacuer, suivez les consignes d'évacuation à la page 8.

### Une fois le courant rétabli:

- Par temps froid, remettez tout d'abord en marche le système de chauffage. Si possible, commencez par diffuser de la chaleur aux endroits stratégiques; une trop grande demande de plusieurs propriétés aura pour effet de faire sauter les disjoncteurs des transformateurs sur le réseau du fournisseur d'électricité.
- Vérifiez la nourriture. Si les portes de l'appareil sont restées fermées, les aliments devraient demeurer congelés de 24 à 36 heures dans le congélateur et frais environ 4 heures dans le réfrigérateur.



## PÉNURIE OU CONTAMINATION D'EAU POTABLE

Chaque épisode de contamination d'eau potable est différent. Il doit donc être traité de la façon appropriée.

### Si les autorités vous informent que votre eau est contaminée ou qu'elle a une apparence inhabituelle:

#### Si l'eau provient d'un puits:

- Informez tous les gens de la résidence.
- Faites-la analyser par un professionnel pour déterminer le contaminant et le traitement qui devra être mis en place.

#### Si elle provient du réseau d'aqueduc municipal:

- Informez tous les gens de la résidence.
- Informez le 418-347-3482.
- Suivez les directives des autorités.

### Quand l'eau du robinet devient trouble, elle devient inutilisable pour tous les usages sauf pour évacuer l'eau des toilettes. Ainsi, pour tous les autres usages, vous devez utiliser uniquement de l'eau embouteillée pour:

- Boire.
- Préparer des boissons chaudes ou froides et du lait maternisé.
- Préparer des aliments et des glaçons.
- Laver les fruits et les légumes que l'on mange crus avec la pelure.
- Vous brosser les dents et vous raser.
- Vous laver les mains.
- Votre hygiène corporelle.
- Laver la vaisselle.
- Laver des vêtements.



Si la municipalité de l'Ascension de Notre-Seigneur annonce une veille d'inondation.

### Avant que l'eau n'entre:

- Coupez le gaz en fermant la valve du réservoir à l'extérieur.
- Coupez l'électricité en fermant le disjoncteur principal.
- Surélevez le plus d'objets possible.
- Bouchez les tuyaux de la cuvette et les drains pour prévenir les refoulements d'égout.
- Calfeutrez les portes, les fenêtres et tout autre endroit par où l'eau pourrait s'infiltrer.

### Pendant que l'eau entre:

- N'allez pas dans un sous-sol inondé où il peut y avoir des fils ou des appareils sous tension.
- Ne tentez pas de couper l'électricité, si ce n'est pas encore fait.
- Quittez votre maison dès que vous jugez que celle-ci n'est plus sécuritaire, que les voies d'accès risquent de devenir impraticables ou aussitôt que les autorités vous le conseillent. Par la suite, suivez les consignes d'évacuation à la page 8.
- N'utilisez jamais de barbecue, de réchaud ou de génératrice à l'intérieur; leur utilisation produit du monoxyde de carbone qui est toxique lorsqu'on le respire.
- Surveillez les instructions diffusées par les autorités à la radio (à manivelle, à piles ou dans l'auto) et en ligne.
- Soyez vigilant avec l'utilisation des bougies.
- N'utilisez pas les appareils de chauffage d'appoint (au bois, au gaz, aux granules, à l'huile, etc.) s'ils n'ont pas été vérifiés et entretenus depuis plus d'un an.
- Si les autorités vous demandent d'évacuer, suivez les consignes d'évacuation à la page 8.

### Réintégration:

- Attendez l'avis de réintégration des autorités.
- Faites vérifier l'électricité par un maître électricien.
- Faites vérifier par un professionnel tous les systèmes.
- Ne consommez pas l'eau de votre puits s'il a été touché par l'inondation (référez-vous à la section contamination de l'eau potable à la page 6.
- Asséchez les endroits mouillés. Il est possible que vous ayez à ouvrir des murs pour bien assécher certains endroits.
- Nettoyez les endroits et les objets touchés par l'eau.
- Soyez attentif à la présence de moisissures.
- Assurez-vous de l'intégrité de la structure (planchers, fondation, etc).
- Jetez la nourriture et les médicaments qui ont été touchés par l'eau.
- Documentez les dommages avec un appareil photo ou avec une caméra vidéo.

### Si vous devez circuler en voiture dans une zone inondée:

- Ne vous aventurez pas sur une chaussée recouverte d'eau.
- Si l'eau recouvre toute la chaussée, tentez d'emprunter une autre route.
- Si vous êtes enclavés et qu'il vous est impossible de quitter la zone inondée, appelez le **9-1-1**.
- Si vous n'avez aucun moyen de communication, tentez d'attirer l'attention en utilisant votre klaxon, vos feux de détresse ou vos phares.
- En tout temps, respectez le Code de la sécurité routière.
- Conduisez lentement et prudemment.





## ÉVACUATION

Suivez les instructions données par les autorités.

### Pour vous préparer avant l'ordre d'évacuation:

- Quittez votre maison aussitôt que les autorités le conseillent.
- Apportez votre trousse d'urgence avec vous.
- Coupez l'alimentation principale en eau, ouvrez les robinets et chassez l'eau des toilettes pour drainer un maximum d'eau.
- S'il y a un risque de gel, laissez quelques plinthes électriques fonctionnelles réglées à 15°C.
- S'il n'y a pas de risque de gel, coupez l'électricité.
- Verrouillez vos portes et fermez vos fenêtres.
- Coupez le gaz.
- Empruntez les routes désignées et soyez à l'affût de l'information relative aux fermetures de routes.
- Surveillez les renseignements et les instructions sur la situation diffusée par les autorités à la radio, à la télévision et en ligne.
- Avisez vos proches de votre situation.

### Si vous avez un animal:

- La meilleure façon de protéger votre animal pendant une situation d'urgence est de le confier à un refuge pour animaux. La plupart des lieux d'hébergement n'acceptent que les animaux d'assistance. Dressez une liste des endroits où laisser votre animal au cas où vous devriez partir. Cette liste peut comprendre:
  - Les centres d'hébergement et les refuges pour animaux;
  - Les cliniques vétérinaires;
  - Les membres de la famille et amis.
- Faites participer votre animal lors des exercices du plan d'urgence familial.



## CONFINEMENT

INCENDIE DANS LE VOISINAGE  
OU DÉVERSEMENT DE  
MATIÈRE DANGEREUSE

### Si les services d'urgence vous confinent dans votre résidence:

- Fermez et verrouillez toutes les fenêtres et les portes donnant à l'extérieur.
- Éteignez tous les échangeurs d'air ainsi que les systèmes de chauffage et de climatisation reliés à une entrée d'air extérieure, pour éviter l'infiltration d'air souillé.
- Allez dans une pièce située au-dessus du niveau du sol, si possible dans un local sans fenêtre.
- Utilisez du ruban adhésif ou des linges humides pour sceller les fentes autour des portes et des bouches d'air.
- Suivez l'évolution de la situation à la radio ou sur Facebook et en consultant le site web de la municipalité de l'Ascension de Notre-Seigneur.
- Pour obtenir l'aide des services d'urgence, composez le 9-1-1.

Seules les autorités peuvent vous confiner.  
Prendre soi-même la décision de se confiner à la maison peut entraîner de graves conséquences.

### Si vous avez un animal:

- Gardez votre animal à l'intérieur. Les animaux sont très sensibles aux changements brusques de température et ils s'isolent souvent lorsqu'ils ont peur. Ne laissez jamais un animal à l'extérieur ou attaché.
- Séparez les chiens des chats. Tenez les petits animaux, comme les hamsters, loin des plus gros. Le stress peut créer des comportements inhabituels.

# TROUSSE 72 HEURES

## Articles de base

- Deux litres d'eau par personne par jour
- Récipient à eau
- Aliments non périssables pour 72 heures
- Ouvre-boîte manuel et ustensiles
- Lampe de poche à manivelle ou à piles
- Radio à manivelle, solaire ou à piles
- Piles de rechange
- Trousse de premiers soins
- Clefs additionnelles pour la maison et la voiture
- Argent comptant
- Fils pour charger le cellulaire
- Brochure "Ma sécurité, c'est prioritaire!"
- Couverture thermique
- Bougies et allumettes
- Outils de base et ruban adhésif
- Sifflet
- Crayon et papier
- Masque antipoussière
- Ruban adhésif de type "duct tape"
- Bâton lumineux
- Couteau multifonctionnel
- Gants de travail
- Sacs pour les matières contaminées
- Comprimés de purification d'eau
- Panneau SOS

## Si vous devez quitter la maison, n'oubliez pas d'emporter:

- Trousse 72 heures
- Vêtements de rechange
- Brosse à dents et dentifrice
- Savon ou désinfectant pour les mains
- Antisudorifique
- Médicaments appropriés
- Articles pour nourrissons
- Matériel pour personnes handicapées
- Articles pour animaux domestiques
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



**À vos trousse!**

Vérifiez votre trousse annuellement.

# NUMÉROS DE TÉLÉPHONE IMPORTANTES

- Pour urgence: **9-1-1**
- Pour signaler des bris d'infrastructures de la municipalité: 418-347-3482
- Hydro-Québec: 1 800 790-2424
- Poste de la sûreté du Québec à Alma: 418-662-6606
- Centre antipoison: 1 800 463-5060
- Info-Santé: 8-1-1
- Hôpital d'Alma (CIUSSS): 418-669-2000
- Énergir: 1 800 875-9354
- Info Transport: 5-1-1

## Fréquence des radios du Saguenay-Lac-Saint-Jean:

- Radio-Canada: 93,1
- Rythme FM: 98,3
- Planète Alma: 104,5
- Planète Roberval: 99,5
- Énergie: 94,5
- Rouge: 96,9
- KYK: 95,7

## Case à remplir (nom et numéro de téléphone)

Électricien: \_\_\_\_\_

Plombier: \_\_\_\_\_

Compagnie d'assurance: \_\_\_\_\_

## Membres de la famille

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

## Personnes-ressources à l'extérieur de la ville

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

\_\_\_\_\_

Nom	Téléphone
-----	-----------

## Pour être informé en temps réel:

→ Facebook de la municipalité de l'Ascension

→ [ville.ascension.qc.ca](http://ville.ascension.qc.ca)



# TROUSSE D'URGENCE POUR ANIMAUX

- Cage de transport pour l'animal
- Laisse ou harnais solide
- Collier et médaille d'identification
- Nourriture et eau pour 72 heures  
(4 litres d'eau par jour pour un chien et 1 litre d'eau par jour pour un chat)
- Bol et ouvre-boîte pour la nourriture
- Journaux, papier hygiénique, sacs de plastique et litière pour chat
- Médicaments particuliers
- Coordonnées du vétérinaire
- Dossier de l'animal
- Trousse de premiers soins pour animaux
- Couverture et jouet

