Be Red Cross Ready

Prepare so you can protect.

American Red Cross

Se préparer aux feux incontrôlés pendant la crise de la COVID-19

Un feu incontrôlé est un incendie imprévu et non désiré qui survient dans une zone naturelle, comme une forêt ou une prairie. Les feux incontrôlés se développent en taille et en intensité partout aux États-Unis, et cette tendance devrait se poursuivre. Alors que les communautés s'étendent dans les zones naturelles, les habitations se trouvent de plus en plus souvent dans des zones exposées aux feux incontrôlés, appelées le milieu périurbain. En réalité, un tiers des habitations des États-Unis se trouvent en milieu périurbain et font face à un risque accru de feu incontrôlé. Étant donné que de nombreuses communautés vivent désormais dans un climat chaud et sec, les experts nous encouragent à envisager des feux incontrôlés tout au long de l'année. Les feux incontrôlés peuvent se produire partout dans le pays et à n'importe quel moment de l'année. Le risque est toujours plus élevé pendant les périodes où la pluie se fait rare, voire inexistante, et où les broussailles, l'herbe et les arbres sèchent et brûlent plus facilement. Les vents puissants contribuent également à la propagation des incendies. Si vous vivez dans une zone à risque, préparez-vous sans attendre et bâtissez avec vos voisins une communauté adaptée aux feux. Pensez à adapter votre plan à la situation actuelle et à la nécessité de vous protéger et de protéger vos proches contre la COVID-19. La COVID-19 nous touche tous, y compris les pompiers, et une hausse du nombre d'infections pourrait les empêcher d'intervenir de manière appropriée en cas de feu incontrôlé. Nous devons plus que jamais nous préparer et préparer nos communautés à lutter contre les feux incontrôlés tout en adoptant les mesures recommandées pour nous protéger les uns les autres contre la COVID-19.

Se protéger et protéger les autres contre la COVID-19

La pandémie de COVID-19 représente toujours un grave risque pour la santé publique. Pour de plus amples informations, rendez-vous sur cdc.gov/coronavirus et redcross.org/coronavirus.

- En public, couvrez votre bouche et votre nez et respectez les mesures de distanciation physique en restant à plus de 1,8 mètre des autres. Ne couvrez pas les visages des enfants de moins de 2 ans et des personnes qui souffrent de troubles respiratoires ou sont incapables de retirer le masque sans assistance. Évitez tout contact étroit avec les personnes qui ne font pas partie de votre foyer.
- Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes. Il est toujours préférable d'utiliser de l'eau et du savon, mais si vous n'en avez pas à disposition, utilisez une solution hydroalcoolique contenant au moins 60 % d'alcool.
- Couvrez toujours votre toux et vos éternuements à l'aide d'un mouchoir en papier, ou faites-le dans votre coude.
- Nettoyez ET désinfectez plusieurs fois par jour les surfaces et les objets fréquemment touchés, notamment les tables, les poignées de porte, les interrupteurs, les plans de travail, les poignées, les bureaux, les téléphones, les claviers, les toilettes, les robinets et les éviers.
- Si vous présentez un risque élevé de graves complications à la COVID-19, continuez à éviter les sorties non essentielles et les rassemblements. Vous pouvez sortir pour faire du sport, promener vos animaux de compagnie, vous rendre chez des professionnels de la santé et évacuer en cas d'urgence ou pendant un feu incontrôlé.

Éviter les feux incontrôlés

La prévention est essentielle, car 85 % des feux incontrôlés sont causés par les hommes, qui brûlent des déchets, utilisent mal leur matériel, jettent leurs cigarettes négligemment, laissent leurs feux de camp sans surveillance ou provoquent des incendient criminels.

- Ne conduisez pas votre véhicule dans l'herbe sèche ou les broussailles. Les pièces chaudes sous votre véhicule sont susceptibles de déclencher des incendies.

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

- Utilisez votre matériel de manière responsable. Les tondeuses, tronçonneuses, tracteurs et taille-bordures peuvent également déclencher un feu incontrôlé.
- Faites preuve de prudence lorsque vous allumez un feu. Éliminez le charbon de bois et les cendres de manière adéquate, ne laissez jamais un feu sans surveillance à l'extérieur, et assurez-vous d'éteindre complètement tout feu extérieur avant de quitter les lieux.
- Si vous avez le droit de brûler des déchets chez vous, faites preuve de prudence ! Après avoir obtenu les autorisations nécessaires, assurez-vous que les feux ne sont pas actuellement limités dans votre zone.
- Conservez les produits combustibles ou inflammables dans des conteneurs sécurisés approuvés, à l'écart de votre habitation.
- Maintenez votre barbecue au gaz et votre bouteille de propane à une distance minimale de 4,5 mètres de toute structure. N'utilisez pas votre barbecue lorsque les conditions météorologiques présentent un risque élevé d'incendie. Ayez toujours à disposition un extincteur ou un tuyau d'arrosage.

Avant : Comprendre les risques

Conséquences des feux incontrôlés

Les feux incontrôlés peuvent tuer ou blesser des personnes et des animaux. Des habitations et des entreprises peuvent être endommagées, voire détruites. Des coupures de courant prolongées peuvent survenir et perdurer avant, pendant et après un feu incontrôlé. Par ailleurs, les transports, l'approvisionnement en gaz, les communications et d'autres services peuvent être perturbés. Les feux incontrôlés augmentent le risque d'érosion, de glissements de terrain, d'inondations, de coulées de débris et de baisse de la qualité de l'eau.

Comprendre les risques

Découvrez si la zone dans laquelle vous vivez est sujette aux feux incontrôlés. Demandez l'aide de votre organisme gouvernemental local ou d'État de gestion des urgences pour comprendre les risques de votre région en matière de feux incontrôlés.
Une liste des organismes d'État est disponible sur fema.gov/emergency-management-agencies. Prenez contact avec votre service des incendies local ou d'État pour mieux comprendre les risques que vous courez en matière de feux incontrôlés. Une liste des services des incendies est disponible sur apps.usfa.fema.gov/registry/. Consultez les ressources des services de la santé locaux, d'État, tribaux ou territoriaux pour en savoir plus sur le nombre de cas et de décès liés à la COVID-19 dans votre région. Vous trouverez leurs coordonnées sur usa.gov/state-tribal-governments.

Conséquences de la fumée des feux incontrôlés et de la COVID-19 sur la santé

La fumée des feux incontrôlés est un mélange complexe de polluants atmosphériques nocifs pour la santé humaine. Toute exposition aux polluants atmosphériques contenus dans la fumée des feux incontrôlés peut irriter les poumons, provoquer des inflammations, perturber les fonctions immunitaires et augmenter le risque d'infections respiratoires, comme la COVID-19. De récentes recherches suggèrent qu'une exposition à des polluants atmosphériques aggrave les symptômes et les conséquences de la COVID-19. La fumée des feux incontrôlés peut rendre n'importe qui malade, mais les personnes qui souffrent de maladies chroniques, les enfants et les femmes enceintes risquent davantage de contracter une maladie grave. Les personnes suivantes sont plus vulnérables aux fumées des feux incontrôlés :

- Enfants de moins de 18 ans ;
- Adultes de plus de 65 ans ;
- Femmes enceintes ;
- Personnes atteintes de pathologies chroniques comme une maladie cardiaque ou pulmonaire, comme l'asthme, ou le diabète ;
- Personnes qui travaillent en extérieur ;
- Personne au statut socioéconomique peu élevé, y compris les sans-abris et les personnes à l'accès limité aux soins médicaux.

Les personnes susceptibles de contracter la COVID-19 ou touchées par celles-ci peuvent souffrir de problèmes de santé qui les rendent également vulnérables aux fumées des feux incontrôlés. Les personnes suivantes sont également plus fragiles face aux fumées des feux incontrôlés en raison de la COVID-19 :

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

- Les personnes immunodéprimées ou prenant des médicaments qui inhibent le système immunitaire ;
- Les personnes atteintes de la COVID-19 ou qui s'en remettent. Étant donné que la COVID-19 a compromis le fonctionnement de leur cœur et de leurs poumons, la santé de ces personnes est plus vulnérable aux fumées des feux incontrôlés.

Pour plus d'informations concernant la fumée des feux incontrôlés et votre santé, parlez-en à votre médecin et rendez-vous sur cdc.gov/air/wildfire-smoke/default.htm.

Avant : Préparer votre habitation et votre communauté

Comprendre les feux incontrôlés est essentiel pour s'y préparer. Les braises, les petits morceaux de bois qui brûlent et la végétation sont les principales causes des incendies dans les habitations pendant un feu incontrôlé. Un feu incontrôlé n'embrase pas tout sur son passage, il se déplace uniquement vers les endroits où les conditions se prêtent à la combustion. En modifiant le type, la taille, la quantité et l'espacement de la végétation et des autres produits combustibles, vous pouvez influencer le déplacement d'un feu incontrôlé et réduire le risque d'incendie pour votre habitation.

Gestion de la végétation

- Zones de départ de feu des habitations : Pour augmenter les chances de survie de votre habitation en cas de feu incontrôlé, choisissez des matériaux de construction résistants au feu et limitez la quantité de végétation inflammable dans les trois zones de départ de feu des habitations. Ces zones comprennent la zone immédiate (0 à 1,5 mètre autour de la maison), la zone intermédiaire (1,5 à 9 mètres) et la zone étendue (9 à 30 mètres).

- Aménagement paysager et entretien : Pour réduire le risque de départ de feu dû à des braises et la propagation des flammes, taillez les branches qui surplombent l'habitation, le porche et la terrasse, et élaguez les branches des grands arbres jusqu'à 1,8 à 3 mètres de hauteur (en fonction de leur taille). Retirez les plantes qui contiennent des résines, des huiles et des cires. Utilisez des pierrailles ou du gravier plutôt que des paillis inflammables dans la zone immédiate (0 à 1,5 mètre autour de la maison). Maintenez vos aménagements en bon état.

Construction résistante au feu

- Toit et évents : Les produits de toiture de catégorie A résistants au feu, comme les bardeaux composites et les tuiles en métal, en béton ou en argile, offrent la meilleure protection. Inspectez les bardeaux ou les tuiles et replacez ou réparez ceux qui sont mal fixés ou manquants pour empêcher les braises de pénétrer dans l'habitation. Protégez les corniches, mais assurez leur ventilation pour éviter la condensation et les moisissures. Placez un écran devant les évents du toit et du grenier pour empêcher les braises d'y pénétrer.
- Terrasses et porches : N'entreposez jamais de matériaux inflammables sous une terrasse ou un porche. Éliminez la végétation morte et les débris qui se trouvent sous les terrasses et les porches et entre les planches de la terrasse.
- Parement et fenêtres : Les braises peuvent s'accumuler dans tous les recoins et embraser les matériaux combustibles ; la chaleur rayonnante des flammes peut briser des vitres. Utilisez un parement résistant au feu comme la brique, le fibro-ciment, le plâtre ou le stuc, et installez des fenêtres à double vitrage en verre trempé.
- Assurez-vous que les noms des rues de votre quartier sont clairement indiqués et lisibles.

Prendre part aux efforts communautaires

Les feux incontrôlés touchent les communautés dans leur ensemble. Sans actions communautaires visant à gérer la végétation et à utiliser des matériaux de construction résistants au feu dans tout le quartier, les feux incontrôlés peuvent facilement se propager dans toute la communauté. Découvrez quels sont les efforts entrepris dans votre région et n'hésitez pas à y participer. Adaptez votre communauté au risque d'incendie en bâtissant des partenariats solides et collaboratifs entre le gouvernement local, le service des incendies de votre quartier et les membres de la communauté.

- Prenez contact avec votre gouvernement local ou le service des incendies de votre quartier pour découvrir les actions déjà en cours et comment y participer.
- Explorez les ressources existantes :
  - usfa.fema.gov/wui_toolkit/wui_tools.html
  - nfpa.org/Public-Education/Fire-causes-and-risks/Wildfire/Firewise-USA

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

Avant : Acquérir des compétences, rassembler des fournitures et élaborer des plans

Préparez-vous sans attendre pour disposer des connaissances, compétences et fournitures indispensables pour répondre à vos besoins de base et vous protéger et protéger les autres contre la COVID-19.

Acquérir les compétences essentielles

- Apprenez les premiers secours et la réanimation cardio-respiratoire. La Croix-Rouge propose une variété de cours en ligne qui permettent d'apprendre ces compétences. Vous pouvez également télécharger l'application des premiers secours.
- Apprenez comment vous protéger et protéger les autres contre la COVID-19 sur cdc.gov/coronavirus.
- Apprenez comment vous protéger et comment protéger vos proches contre la fumée des feux incontrôlés sur cdc.gov/air/wildfire-smoke/default.htm.

Rassembler les fournitures d'urgence

Personnalisez cette liste de fournitures de base afin de répondre à vos besoins. Accordez-vous davantage de temps pour préparer vos fournitures. La livraison à domicile est le choix le plus sûr. Si vous n'avez d'autre choix que de vous rendre au magasin en personne, protégez la santé de chacun pendant que vous faites vos courses.

- Trousse de confinement (2 semaines de fournitures d'urgence) Mettez-y tout ce dont vous avez besoin pour rester chez vous pendant au moins 2 semaines, notamment de la nourriture, de l'eau, des produits de nettoyage et de désinfection, du savon, des produits en papier et des articles d'hygiène personnelle.
- Trousse d'évacuation (3 jours de fournitures dans un sac « prêt-à-emporter ») Mettez-y tout ce dont vous aurez besoin si vous devez évacuer et subsister par vos propres moyens pendant 3 jours – nourriture, eau, articles d'hygiène personnelle et produits de nettoyage et de désinfection que vous pouvez utiliser en déplacement (mouchoirs en papier, gel hydroalcoolique contenant 60 % d'alcool et lingettes désinfectantes).
    - Pour vous protéger contre la COVID-19, assurez-vous de disposer de quoi couvrir le visage de chaque membre de votre ménage qui peut le faire en toute sécurité. Les masques en tissu ne vous protègent pas contre les fumées des feux incontrôlés.
    - Vous pouvez utiliser des respirateurs N95 pour vous protéger contre les fumées des feux incontrôlés, mais ceux-ci sont susceptibles d'être en rupture de stock, étant donné que le personnel de santé de première ligne les utilise pour lutter contre la pandémie. Les respirateurs doivent être portés correctement et ne sont pas faits pour les enfants.
- Médicaments sur ordonnance : Conservez une quantité suffisante de médicaments sur ordonnance pour 7 à 10 jours dans un conteneur étanche et équipé d'une sécurité enfant, que vous emporterez en cas d'évacuation. Suivez attentivement les consignes de chaque médicament.

Élaborer un plan d'évacuation

Découvrez le plan d'évacuation de votre communauté. Ensuite, préparez et répétez un plan d'évacuation avec les membres de votre ménage. Définissez où vous irez, comment vous vous y rendrez, où vous séjournerez, comment vous vous protégerez et protégerez les autres contre la COVID-19, et ce que vous emporterez.

- Demandez à des amis ou à des proches en dehors de votre région si vous pouvez rester chez eux. Si certains membres de leur ménage sont plus susceptibles de développer de graves complications de la COVID-19, changez vos plans. Recherchez des hôtels, motels et campings ouverts. Découvrez les hébergements mis à disposition par les autorités locales de gestion des urgences, et demandez si les plans d'hébergement ont été adaptés en raison de la COVID-19. Familiarisez-vous avec les recommandations des CDC pour garantir votre sécurité dans un refuge public d'urgence pendant la crise de la COVID-19. Prenez des dispositions pour vos animaux de compagnie.
- Prenez connaissance des consignes et des exigences actuelles en matière de COVID-19 à l'endroit où vous comptez vous rendre et vous abriter en cas d'évacuation.

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

- S'il vous faut partager un moyen de transport, prenez vos dispositions sans attendre. Si vous devez utiliser les transports en commun, comme un service de transport adapté, prenez contact avec votre organisme local de gestion des urgences pour demander comment préparer votre évacuation. Si vous disposez d'une voiture, assurez-vous qu'elle fonctionne et que son réservoir de carburant est plein.
- Si vous présentez un handicap, avez besoin d'aide pour marcher, avez des problèmes de vue, ou êtes aveugle, sourd(e) ou malentendant(e), élaborez un plan d'évacuation complet avec votre famille et vos prestataires de soins de santé. Évaluez vos capacités et vos besoins avant, pendant et après une catastrophe. Créez un réseau de soutien personnel pour vous aider. Si vous recevez un traitement médical continu, demandez à votre prestataire de soins de santé comment le poursuivre en cas d'évacuation.
- N'oubliez pas que si les autorités vous conseillent d'évacuer, vous devez pouvoir partir immédiatement avec votre trousse d'évacuation (qui contient toutes vos fournitures d'urgence).
- Gardez toujours un œil sur la situation dans votre zone. Vous pourriez ne pas recevoir l'ordre d'évacuation, car ces systèmes ne sont pas parfaits. Préparez-vous à prendre l'initiative si vous estimez qu'il est nécessaire d'évacuer.

Élaborer un plan pour vous protéger contre la fumée des feux incontrôlés

Le meilleur moyen de vous protéger contre les effets néfastes de la fumée des feux incontrôlés est de vous y exposer le moins possible, par exemple en recherchant des abris ou des espaces où l'air est plus pur.

- Si des mesures de distanciation sociale sont en vigueur, trouver un air plus pur peut s'avérer compliqué si les établissements publics tels que les bibliothèques, les centres communautaires et les centres commerciaux sont fermés ou limités en ce qui concerne leur capacité.
- Créez un espace à l'air plus pur chez vous pour vous protéger de la fumée des feux incontrôlés pendant la pandémie de COVID-19.
  - Utilisez un purificateur d'air dans une ou plusieurs pièces. Les purificateurs d'air fonctionnent de manière optimale lorsqu'ils fonctionnent en continu, portes et fenêtres closes.
  - Les filtres à air à faire soi-même ne doivent jamais être laissés sans surveillance.
  - Pendant les périodes de chaleur extrême, surveillez les prévisions météorologiques et découvrez comment rester en sécurité pendant une vague de chaleur.
  - Dès que possible, utilisez des climatiseurs, des pompes à chaleur, des ventilateurs et des stores pour conserver la fraîcheur de votre espace à l'air plus pur pendant les journées chaudes.
  - Si vous disposez d'un système à air pulsé dans votre habitation, il sera peut-être nécessaire de demander conseil à un professionnel du chauffage, de la ventilation et de la climatisation (CVC) concernant les différents filtres (HEPA, MERV-13 ou supérieur) et paramètres (air repris et réglages automatiques) à utiliser pour réduire la quantité de fumée à l'intérieur.
  - Évitez toute activité engendrant une pollution de l'air intérieur et extérieur, comme faire frire de la nourriture, balayer, aspirer et utiliser des appareils dotés de moteurs à essence.
- Limitez le sport en extérieur lorsque l'air y est enfumé ou optez pour des activités moins intenses afin de réduire votre exposition à la fumée.
- Même si les respirateurs N95 vous protègent contre les fumées des feux incontrôlés, ceux-ci sont susceptibles d'être en rupture de stock, étant donné que le personnel de santé de première ligne les utilise pour lutter contre la pandémie.
- Les masques en tissu utilisés pour ralentir la propagation de la COVID-19 offrent une protection très limitée contre les polluants atmosphériques nocifs contenus dans les fumées des feux incontrôlés, car ces protections ne capturent pas la plupart des petites particules transportées dans la fumée.
- Pour plus d'informations sur les moyens de protection contre les fumées des feux incontrôlés, consultez votre médecin ou rendez-vous aux adresses suivantes :
  - cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/smoke-faq.html
  - epa.gov/airnow/smoke_fires/prepare-for-fire-season-508.pdf
  - epa.gov/airnow/smoke_fires/respiratory-protection-508.pdf

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

Vous assurer de pouvoir surveiller l'évolution de la situation

Gardez accès aux alertes et notifications de manière à pouvoir surveiller la situation et à recevoir les instructions des autorités locales, même en cas de panne de courant. Surveillez les incendies dans votre région afin de pouvoir évacuer rapidement en cas de nécessité.

- Inscrivez-vous pour recevoir les alertes d'urgence gratuites de votre communauté.
- Familiarisez-vous avec le plan de votre communauté afin d'en informer les personnes handicapées.
- Téléchargez gratuitement l'application d'urgence de la Croix-Rouge.
- Achetez une radio à piles pour recevoir les informations des autorités locales en cas de panne de courant.
- Pour des ressources nationales relatives aux prévisions en matière de feux incontrôlés, rendez-vous sur weather.gov/fire/ et inciweb.nwcg.gov/.
- Utilisez l'Indice de qualité de l'air (Air Quality Index, AQI) pour évaluer l'état actuel de la qualité de l'air à l'échelle locale et régionale.
- Rendez-vous sur airnow.gov pour trouver des informations fiables sur la fumée des feux incontrôlés et la qualité de l'air.
- En cas d'important feu incontrôlé dans votre région, un conseiller en ressources atmosphériques pourrait être nommé pour fournir régulièrement des prévisions relatives aux fumées des feux incontrôlés.

Sachez à quel type de notifications vous pouvez vous attendre et que faire lorsque vous les recevez. Le Service national de météorologie (National Weather Service) publie des avertissements de météo propice aux feux et des alertes rouges afin de signaler aux services des incendies l'apparition, ou l'apparition possible, de conditions météorologiques critiques et sèches susceptibles de renforcer rapidement l'activité des feux incontrôlés. Certaines conditions météorologiques peuvent entraîner un avertissement ou une alerte, comme une faible humidité relative, des vents puissants, des combustibles secs, le risque de foudre sèche, ou toute combinaison de ces éléments.

- Un avertissement de météo propice aux feux est publié lorsque ces conditions météorologiques sont susceptibles de survenir dans les prochaines 12 à 72 heures. Le danger d'incendie est élevé.
- Une alerte rouge est émise en cas d'événement météorologique prévu pour les prochaines 24 heures présentant un risque très élevé d'incendie. Une alerte rouge constitue le niveau d'alarme le plus élevé. Dans ce cas, tous les résidents sont invités à faire preuve d'une extrême prudence, la moindre étincelle pouvant entraîner un feu incontrôlé de grande ampleur.

Préparer un plan de communication

Élaborez un plan pour retrouver vos proches et joindre votre réseau de soutien et vos autres contacts d'urgence en cas de panne des réseaux de communication. Prévoyez une batterie de rechange pour recharger votre téléphone portable.

- Remplissez une carte de contact pour chaque membre de votre ménage et de votre réseau de soutien, et assurez-vous qu'ils la portent sur eux à tout moment. Désignez une personne de contact en dehors de la ville qui peut aider votre famille à se retrouver. Le SMS est le moyen de communication à privilégier. Un SMS peut arriver à destination lorsqu'un appel téléphonique ne passe pas.

Préserver les documents essentiels

Préservez vos documents importants, y compris vos dossiers personnels, financiers, d'assurance et médicaux afin de pouvoir commencer à récupérer immédiatement.

- Actes de naissance, passeports, cartes de la Sécurité sociale, polices d'assurance, titres de propriété, hypothèques, emprunts, prêts. Photographies des effets personnels.
- Photographies numériques récentes de vos proches, actualisées tous les six mois, en particulier pour les enfants.
- Liste des médicaments, allergies et dispositifs médicaux.
- Consultez les documents Catastrophes et planification financière et Trousse de conseils financiers en cas d'urgence pour plus d'informations.

Pendant : Réagir de manière appropriée

Évacuez immédiatement si cela vous est conseillé. Gardez toujours un œil sur la situation dans votre zone. Vous pourriez ne pas recevoir l'ordre d'évacuation, car ces systèmes ne sont pas parfaits. Préparez-vous à prendre l'initiative si vous estimez qu'il est nécessaire d'évacuer.

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

Étapes préalables à l'évacuation

Lorsqu'une évacuation est prévue, suivez ces étapes (si le temps le permet) :

- Fermez toutes les fenêtres et les portes. Retirez les stores et les rideaux inflammables, et fermez les volets métalliques.
- Déplacez les meubles inflammables au centre de la pièce, à l'écart des fenêtres et des portes.
- Fermez le robinet du gaz au compteur ; éteignez les témoins lumineux. Éteignez la climatisation.
- Rassemblez les objets inflammables qui se trouvent à l'extérieur et déplacez-les à l'intérieur (meubles de jardin, jouets, poubelles).
- Éteignez les bouteilles de propane. Déplacez les appareils à barbecue qui fonctionnent au propane à l'écart des structures. Ne laissez pas fonctionner les gicleurs ou couler l'eau pour ne pas diminuer la pression d'eau qui pourrait s'avérer critique.
- Garez votre véhicule dans l'allée, chargé et toutes portes et fenêtres fermées.
- Assurez-vous que votre trousse de fournitures d'urgence se trouve dans votre véhicule. Trouvez vos animaux de compagnie et emportez-les avec vous.

Évacuer

Toutes les consignes d'évacuation des autorités doivent être suivies immédiatement pour votre sécurité. Partez dès que les services des incendies vous recommandent d'évacuer pour éviter d'être piégés dans les flammes, la fumée ou les embouteillages.

S'il vous est conseillé de partir, évacuez.

- Les autorités détermineront les zones à évacuer ainsi que les itinéraires à emprunter en fonction de l'emplacement de l'incendie, de son comportement, des vents et du terrain.
- Si une évacuation est possible, les autorités vous en avertiront dès que possible. Il vous incombe de vous tenir au courant de la situation. Écoutez la radio et regardez la télévision pour ne pas manquer les annonces des autorités locales.

Après : Rester en sécurité

Ne pas retourner chez soi tant que les autorités ne l'autorisent pas

- Ne retournez pas chez vous tant que les services des incendies ne vous l'ont pas autorisé.
- Faites preuve de prudence lorsque vous pénétrez dans des zones brûlées, car le danger existe toujours, notamment les points chauds qui peuvent s'embraser à tout moment.
- Évitez les lignes et les poteaux électriques qui sont endommagés ou sont tombés.
- Prenez également garde aux fosses aux cendres et signalez-les à votre famille et à vos voisins pour assurer la sécurité de tous.
- Suivez les conseils de santé publique pour nettoyer les cendres et utiliser les masques en toute sécurité. Ne confiez aucune tâche de nettoyage à des enfants.
- Assurez-vous que votre nourriture et votre eau se trouvent en sécurité.
- Éliminez tous les aliments qui ont été exposés à la chaleur, à la fumée ou à la suie.
- N'utilisez JAMAIS de l'eau qui a pu être contaminée pour faire la vaisselle, vous brosser les dents, cuisiner, vous laver les mains, faire de la glace ou préparer du lait maternisé.

Prendre soin de sa santé émotionnelle

Lorsque nous vivons une catastrophe ou un autre événement éprouvant, nous pouvons éprouver une multitude de réactions, notamment :

- Se sentir épuisé(e) physiquement et mentalement ;
- Rencontrer des difficultés pour prendre des décisions ou rester concentré(e) ;
- S'énerver facilement et plus fréquemment ;
- Se disputer davantage avec sa famille et ses amis ;
- Se sentir fatigué(e), triste, engourdi(e), seul(e) ou préoccupé(e) ;
- Manger ou dormir différemment.

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross

La plupart de ces réactions sont temporaires et disparaîtront avec le temps. Essayez d'accepter les réactions que vous pourriez avoir. Tentez d'avancer étape par étape et concentrez-vous d'abord sur les besoins de votre famille et les vôtres compte tenu de la situation. Faites particulièrement attention aux enfants de votre famille.

- Consultez redcross.org pour plus d'informations sur le rétablissement émotionnel.
- Assistance téléphonique nationale gratuite en cas de détresse liée à une catastrophe (National Disaster Distress Helpline) : Disponible pour toute personne souffrant de détresse émotionnelle en rapport avec une catastrophe. Appelez le 1-800-985-5990 ou envoyez TalkWithUs par SMS au 66746 pour entrer en contact avec un conseiller
  - Personnes sourdes ou malentendantes. Envoyez TalkWithUs par SMS au 66746. Utilisez le service de relais de votre choix pour appeler le 1-800-985-5990. TTY 1-800-846-8517
  - Hispanophones. Appelez le 1-800-985-5990 et appuyez sur le « 2 » ou, depuis les 50 États, envoyez « Hablanos » au 66746. Depuis Porto Rico, envoyez « Hablanos » au 1-787-339-2663.
- Si vous vous sentez submergé(e) d'émotions telles que la tristesse, la dépression et l'anxiété, ou si vous ressentez l'envie de vous faire du mal ou de blesser d'autres personnes, appelez le 911 ou la Ligne nationale de prévention des suicides (National Suicide Prevention Lifeline) au 1-800-273-TALK (1-800-273-8255)

Références

- Association nationale de protection contre les incendies (National Fire Protection Association)
- Centres de contrôle et de prévention des maladies (Centers for Disease Control and Prevention)
- Agence fédérale de gestion des urgences (Federal Emergency Management Agency)

Droit d'auteur © 2020 American National Red Cross