

# PLAN D'URGENCE

Et vous, êtes-vous prêts?



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral de la protection de la population OFPP



**ALERTSWISS**

## ÊTES-VOUS PRÊTS?

En général, les catastrophes et les situations d'urgence sont imprévisibles. Dans une situation d'urgence, vous êtes confronté avec des questions fondamentales que vous ne vous posez pas au quotidien. Comment contacter mes proches? Où aller? Qu'emporter?

**Quelques minutes de préparation peuvent vous sauver la vie.**

Faites votre plan d'urgence personnel ! En cas d'événement, il vous aidera à réagir rapidement et judicieusement. Effectuez les principaux préparatifs qui vous permettront d'être mieux protégé en cas d'urgence. Pour en savoir plus sur les dangers potentiels, les mesures de précaution et le comportement à adopter, rendez-vous sur [www.alertswiss.ch](http://www.alertswiss.ch) ou téléchargez l'application Alertswiss. Afin d'être mieux protégé en cas d'urgence.



Vous pouvez réaliser votre plan d'urgence avec l'application Alertswiss, pas à pas et sans complication, même si vous êtes en route.



2

## CHEMIN POUR RENTRE CHEZ SOI

Notez pour vous et pour chacun des membres de votre famille l'itinéraire le plus rapide pour rentrer chez vous.

### PLAN D'URGENCE - 2ÈME ÉTAPE PRÉPARATIFS POUR RESTER À LA MAISON

Imaginez que vous êtes au travail et que vos enfants sont pris en charge dans des structures d'accueil extrafamilial. A la radio, vous entendez que les autorités ordonnent à la population de rester à la maison.

#### MEMBRE DE LA FAMILLE 1

Nom, prénom \_\_\_\_\_

#### MEMBRE DE LA FAMILLE 2

Nom, prénom \_\_\_\_\_

#### MEMBRE DE LA FAMILLE 3

Nom, prénom \_\_\_\_\_

### ! CONSEILS PRATIQUES

- Evitez les grands axes!
- Consultez vos collègues, voisins, connaissances, etc., afin d'organiser un covoiturage pour vous et vos enfants.

#### MOI-MÊME

Nom, prénom \_\_\_\_\_

## PLAN D'URGENCE – 3ÈME ÉTAPE PRÉPARATIFS POUR RESTER À LA MAISON

### PROVISIONS

Avez-vous suffisamment de réserves pour tenir quelques jours sans aide extérieure?

Cochez sur la liste ci-dessous les provisions dont vous avez besoin et complétez-la selon vos besoins en y ajoutant des aliments et d'autres produits essentiels.

#### DENRÉES ALIMENTAIRES NON PÉRISSABLES POUR ENVIRON UNE SEMAINE

- Au moins 9 litres d'eau par personne (3 – 4 jours)
- Aliments pour animaux
- Aliments pour nourrissons
- Bouillon, sel, poivre
- Biscottes, pain suédois
- Boîtes de conserve (p. ex. légumes, fruits, champignons)
- Café, chocolat en poudre, thé
- Chocolat
- Conserves de viande et de poisson
- Fruits secs et légumineuses
- Fromage à pâte dure
- Huiles ou graisses
- Jus de fruits ou de légumes
- Lait condensé ou UHT
- Plats cuisinés (non surgelés, p. ex. chili con carne, plats à base de riz, röstis)
- Sauce tomate en bocal ou emballage carton
- Saucisse sèche, viande séchée
- Soupes instantanées
- Sucre, confiture, miel

#### PRODUITS DE CONSOMMATION COURANTE

- Bougies, allumettes ou briquets
- Cartouches de gaz pour lampes ou réchaud de camping
- Lampes de poche avec piles de rechange
- Poste de radio OUC à piles
- Savon, papier de toilette et autres produits d'hygiène

## PHARMACIE D'URGENCE

### PLAN D'URGENCE – 4ÈME ÉTAPE PRÉPARATIFS POUR RESTER À LA MAISON

Avez-vous chez vous une pharmacie de secours adaptée à vos besoins?

Cochez sur la liste suivante les médicaments dont vous avez besoin en cas d'urgence et complétez-la selon vos besoins en y ajoutant d'autres médicaments et ustensiles.

#### PHARMACIE D'URGENCE

- Médicaments personnels prescrits par le médecin
- Antidiarrhéiques
- Antidouleurs
- Brucelles
- Désinfectants
- Pansements (sparadraps, compresses de gaze, bandes élastiques, agrafes pour pansements, ciseaux)
- Pommades
- Thermomètre

### ! CONSEILS PRATIQUES

- En plus de votre pharmacie, vous devriez toujours avoir en réserve ou même sur vous les médicaments que vous prenez régulièrement ou dont vous avez besoin.
- Parlez éventuellement avec votre médecin des préparatifs nécessaires.

## FILM «BIEN RÉAGIR EN CAS DE DANGER»



Pierre et Paul vivent dans un monde de rêves avec leurs familles. Un monde sans dangers, sans catastrophes, sans situations d'urgence: ni tremblements de terre, ni inondations, ni ouragans, ni épidémies, ni même pannes de courant. Mais que se passerait-il si, soudain, les sirènes se mettaient à hurler? La famille de Pierre ne s'est jamais posé cette question. Celle de Paul, oui. Et c'est pour cela qu'elle a fait un plan d'urgence. Comparez les deux situations dans le film sur [www.alertswiss.ch](http://www.alertswiss.ch) !

## PLAN D'URGENCE – 5ÈME ÉTAPE PRÉPARATIFS EN VUE D'UNE ÉVACUATION

# PRÉPARATIFS EN VUE D'UNE ÉVA- CUATION

Désignez un ou plusieurs lieux où vous pourriez rester quelques jours, p. ex. chez des parents ou des connaissances, dans une résidence de vacances, etc.

Où allez-vous avec votre famille si votre domicile doit être évacué?

### LOGEMENT DE FORTUNE

Nom

Adresse

Nom

Adresse

Nom

Adresse

Nom

Adresse

Nom

Adresse

Nom

Adresse

### NOTES

## ! CONSEILS PRATIQUES

- Dans l'idéal, votre logement de fortune ne devrait être ni trop près ni trop loin de votre domicile car d'une part, il pourrait être touché par la même catastrophe et, d'autre part, vous y parviendriez difficilement si les routes sont encombrées.
- Choisissez le meilleur moyen de vous y rendre (moyen de transport, itinéraire, etc.). Tenez compte du fait qu'en cas d'urgence, les autorités pourraient donner des consignes spéciales.
- Décidez si vous confiez vos animaux à des amis ou des parents. En cas d'évacuation, ne les laissez pas enfermés chez vous.



6

## POINTS DE RENDEZ-VOUS

### PLAN D'URGENCE – 6ÈME ÉTAPE PRÉPARATIFS EN VUE D'UNE ÉVACUATION

Avez-vous convenu d'un point de rendez-vous avec votre famille si vous ne pouvez pas rentrer chez vous?

Convenez d'au moins deux points de rendez-vous possibles: un près de chez vous et un autre à l'extérieur au cas où votre domicile ne serait plus accessible.

#### POINT DE RENDEZ-VOUS (AU DOMICILE)

Nom

Adresse

#### POINT DE RENDEZ-VOUS (SUR LE CHEMIN POUR SE RENDRE AU LOGEMENT DE FORTUNE)

Nom

Adresse

Nom

Adresse

Nom

Adresse

#### NOTES

### ! CONSEILS PRATIQUES

Choisissez des lieux facilement accessibles pour toute votre famille et situés sur le chemin de votre logement de fortune.

## PLAN D'URGENCE - 7ÈME ÉTAPE PRÉPARATIFS EN VUE D'UNE ÉVACUATION

### BAGAGES

Que devez-vous impérativement prendre avec vous si vous devez partir de chez vous d'urgence? Pouvez-vous ranger ces objets dans vos bagages en l'espace d'une demi-heure?

Sur la liste ci-dessous, cochez toutes les affaires et tous les documents que vous devez emporter lorsque vous devez quitter votre domicile d'urgence et complétez-la selon vos besoins.

#### S'IL FAUT FAIRE TRÈS VITE ...

- A boire et à manger pour un jour
- Médicaments personnels
- Passeport ou carte d'identité
- Porte-monnaie (argent, cartes bancaires)
- Téléphone portable avec chargeur

#### SI VOUS AVEZ PLUS DE TEMPS

- Articles et serviettes de toilette
- Attestations de rente, de pension et de revenus
- Contrats
- Event. jouets pour enfants
- Extraits de registre foncier
- Lampe de poche
- Linge de rechange
- Livret de famille
- Livrets d'épargne et papiers-valeurs
- Petits objets de valeur
- Pharmacie de secours
- Polices d'assurance avec listes des biens meubles, objets de valeur, collections
- Poste de radio OUC à piles
- Testament(s)
- Vêtements et souliers solides, chauds et imperméables

### ! CONSEILS PRATIQUES

- Constituez un dossier avec vos principaux documents personnels.
- Réfléchissez aux bagages les plus pratiques à emporter (valise, sac à dos, etc.).



## PLAN D'URGENCE - 8ÈME ÉTAPE

### PERSONNES DÉPENDANTES

Qui, dans votre voisinage, pourrait avoir besoin de votre aide en cas d'urgence?

Parlez si possible préalablement avec les personnes dépendantes dans votre voisinage (p. ex. personnes âgées, malades, handicapées, etc.) de leurs besoins en cas d'urgence.

#### NOTES



### ! CONSEILS PRATIQUES

- Hébergez ces personnes chez vous et aidez-les en cas d'évacuation.
- Si vous avez des parents qui habitent ailleurs et ne peuvent pas se prendre en charge, organisez l'aide de tiers pour ces personnes.



## PLAN D'URGENCE – 9ÈME ÉTAPE

# PARTAGER UN PLAN D'URGENCE

Vos proches savent-ils aussi comment se comporter en cas d'urgence?

Transmettez ce plan d'urgence aux membres de votre famille et aux personnes de votre entourage et parlez-en avec eux. S'ils ne le connaissent pas, ils ne pourront pas l'appliquer!

Mettez-le à jour chaque année. En cas de déménagement ou de changement d'employeur, des modifications seront sans doute nécessaires.

### NOTES



## IMPRESSUM

### **Éditeur**

Office fédéral de la protection de la population OFPP  
Communication  
Monbijoustrasse 51A  
3003 Berne  
[www.babs.admin.ch](http://www.babs.admin.ch)

### **Premedia**

Centre des médias électroniques CME  
Stauffacherstrasse 65/14  
3003 Berne  
88.076 f

Le plan d'urgence est disponible en allemand, français, italien et anglais.

### **Vous pouvez vous en procurer des tirages supplémentaires auprès de :**

OFCL, Vente des publications fédérales, CH-3003 Berne  
[www.publicationsfederales.admin.ch](http://www.publicationsfederales.admin.ch)  
No d'art. 506.020.f  
06.2016

Le plan d'urgence peut aussi être téléchargé sur le site [www.alertswiss.ch](http://www.alertswiss.ch) et sur l'application Alertswiss