



PLAN INTERMUNICIPAL DE SÉCURITÉ CIVILE

Saint-Évariste-de-Forsyth, La Guadeloupe, Saint-Hilaire-de-Dorset

TEMPÊTE HIVERNALE

Les phénomènes météorologiques associés aux tempêtes hivernales surprennent par leur intensité ou leur durée. Chutes de neige abondantes ou pluie verglaçante pendant plusieurs jours, blizzards épais ou refroidissement éoliens sévères, présentent des risques pour les personnes et les biens et peuvent interrompre des services ou des activités essentiels pour les collectivités.

Vous pouvez limiter les dangers lors d'une tempête hivernale en accomplissant certains gestes :

- Prenez vos précautions avant l'hiver
- Préparez-vous à l'annonce d'une tempête hivernale ou de grands froids
- Agissez prudemment lors d'une tempête hivernale ou par grand froid
- Surveillez les engelures et les symptômes d'hypothermie
- Soyez vigilant si vous utilisez votre automobile lors d'une tempête
- Dénigez votre toit

PRENEZ VOS PRÉCAUTIONS AVANT L'HIVER

Dès les premiers signes de gel :

- établissez un plan familial de sécurité;
- préparez une trousse d'urgence;
- vérifiez l'état de votre système de chauffage et de votre toiture;
- vérifiez que vos systèmes de chauffage d'appoint fonctionnent de façon sécuritaire;
- installez un avertisseur de monoxyde de carbone, si vous utilisez un appareil de chauffage à combustion;
- faites ramoner votre cheminée;
- coupez les branches mortes des arbres de votre propriété;
- fixez les objets pouvant être emportés par le vent;
- assurez-vous que votre demeure est bien isolée;
- protégez du gel les tuyaux ou conduites d'eau exposés.

Tenez compte des alertes des services météorologiques dans la planification de vos activités

PRÉPAREZ-VOUS À L'ANNONCE D'UNE TEMPÊTE HIVERNALE OU DE GRANDS FROIDS

À l'annonce d'une tempête hivernale ou de grands froids :

- assurez-vous d'avoir suffisamment de combustible et de nourriture;
- ayez à votre disposition une quantité suffisante de médicaments d'ordonnance;
- déneigez ou faites déneiger votre toiture au besoin.

AGISSEZ PRUDEMMENT LORS D'UNE TEMPÊTE HIVERNALE OU PAR GRAND FROID

Appliquez certaines règles de sécurité :

- évitez tout déplacement superflu et reportez les rendez-vous non essentiels;
- appelez les personnes vulnérables de votre entourage pour vous assurer de leur bien-être;
- utilisez les systèmes de chauffage d'appoint conformément aux instructions des fabricants;
- assurez-vous que la sortie de la cheminée n'est pas obstruée par une accumulation de neige;
- avertissez votre municipalité de toute situation pouvant réclamer son intervention (bris d'aqueduc, branches sur la chaussée, etc.);
- écoutez les médias pour connaître les consignes des autorités, les interruptions de service, ou pour connaître les services exceptionnels mis à votre disposition.

Si la tempête hivernale provoque une panne de courant, communiquez avec Hydro-Québec au 1 800 790-2424.

SURVEILLEZ LES ENGELURES ET LES SYMPTÔMES D'HYPOTHERMIE

Par grand froid, sortez le moins longtemps possible. Si vous allez dehors, habillez-vous en conséquence pour éviter les blessures dues au froid. Le froid peut provoquer des engelures (engourdissement de la peau, pâleur et dureté de la région atteinte) qui, sauf dans des cas graves, se soignent à la maison en réchauffant lentement les zones atteintes. Ne frottez pas et ne massez pas la zone affectée, parce que vous pourriez endommager la peau.

L'hypothermie se produit lorsque la température du corps s'abaisse en dessous de 35 °C (95 °F). À l'intérieur d'un bâtiment, le risque d'hypothermie survient lorsque la température ambiante est inférieure à 15,5 °C (60 °F).

Symptômes d'hypothermie

Les symptômes d'hypothermie sont les suivants :

- grands frissons persistants;
- extrémités (doigts, orteils, nez et oreilles) et joues froides;
- raideurs musculaires pouvant entraîner un manque de coordination;
- comportement anormal et confusion;
- étourdissements et, parfois, vision embrouillée.

Les efforts physiques lors d'un froid intense et l'hypothermie augmentent le risque d'arrêt cardiaque.

Communiquez avec Info-Santé 811 pour obtenir un avis médical si vous ou une personne proche de vous présentez les symptômes décrits plus haut. Appelez le 911, s'il y a urgence médicale.

En attendant l'arrivée de secours

Si une personne proche de vous présente des symptômes d'hypothermie, en attendant l'arrivée des secours :

- assurez-vous que les vêtements de la personne sont secs;
- enveloppez-la dans des couvertures chaudes, sans serrer, en recouvrant bien sa nuque et sa tête;
- faites-lui boire une boisson tiède sucrée, sans alcool, car l'alcool augmente la sensibilité au froid;
- évitez de la soumettre à des changements trop brusques de température, par exemple, évitez de lui faire prendre un bain chaud ou de la laisser à proximité d'une source de chaleur intense;
- tenez-la contre vous pour la garder au chaud;
- suivez à l'aide d'un thermomètre l'évolution de sa température;
- gardez la personne éveillée et immobile;
- surveillez attentivement la respiration de la personne souffrant d'hypothermie. Vous devrez pratiquer la réanimation cardiorespiratoire en attendant les secours, s'il y a arrêt cardiorespiratoire

SOYES VIGILANT SI VOUS UTILISEZ VOTRE AUTOMOBILE LORS D'UNE TEMPÊTE

Avant de prendre la route :

- visitez le site Québec 511 Info Transports ou appelez le 511 pour vérifier l'état des routes;
- déneigez complètement votre véhicule;
- dégagez le tuyau d'échappement de votre véhicule avant de le mettre en marche;
- ne démarrez jamais votre véhicule dans un garage dont la porte est fermée. Ne laissez pas le moteur en marche dans le garage ou l'abri temporaire même avec la porte ouverte. N'actionnez pas le démarreur à distance lorsque la voiture est à l'intérieur du garage, de l'abri temporaire ou lorsqu'elle est enneigée. Ces précautions permettent d'éviter l'accumulation de monoxyde de carbone.

Immobilisation sur la route

Si votre véhicule est immobilisé sur la route :

- demeurez dans votre véhicule;
- utilisez le contenu de votre trousse d'urgence pour automobile;
- allumez vos feux de détresse;
- accrochez un morceau de tissu voyant sur l'antenne si c'est possible;
- ménager la batterie de votre voiture en alternant l'utilisation de la lumière, du chauffage et de la radio;
- allumez la lumière intérieure du véhicule s'il fait noir à l'extérieur, afin d'être visible des équipes de sauvetage;
- faites quelques exercices à l'occasion pour activer la circulation dans vos membres et pour éviter de vous endormir.

Il peut être nécessaire d'allumer le moteur pour garder de la chaleur dans le véhicule. Pour éviter d'être intoxiqué par le monoxyde de carbone :

- assurez-vous que la neige n'obstrue pas le tuyau d'échappement;
- entrouvrez la fenêtre du côté opposé au vent, avant d'allumer le moteur;
- faites tourner le moteur de votre voiture une dizaine de minutes seulement par demi-heure.

DÉNEIGEZ VOTRE TOIT

Évitez de déneiger votre toit lorsque les conditions météorologiques (vent, poudrierie) ou d'adhérence (glace, neige humide) sont mauvaises.

Lors du déneigement, respectez certaines règles de sécurité :

- effectuez si possible le travail à partir du sol, à l'aide d'un râteau de toit muni d'un manche télescopique;
- utilisez un équipement de protection individuel comme un harnais de sécurité fixé à un point d'ancrage approprié à votre poids si vous effectuez le déneigement en étant sur le toit (faiblement incliné);
- adaptez le rythme de travail à votre condition physique et aux conditions météorologiques (les efforts physiques lors d'un froid intense augmentent le risque d'arrêt cardiaque);
- faites appel à un professionnel si le déneigement ne peut être réalisé dans des conditions de sécurité optimales.

Le déneigement d'un abri temporaire se fait à l'aide d'un râteau. Évitez de pousser la toile de l'intérieur, car vous augmentez le risque d'effondrement.

ÉVACUEZ VOTRE DOMICILE

Si les autorités l'exigent ou si vous sentez que votre sécurité est compromise, évacuez votre domicile.

RÉINTÉGREZ VOTRE DOMICILE

Vous pourrez réintégrer votre domicile après l'autorisation

Source : <http://www.urgencequebec.gouv.qc.ca>



*Logo de la sécurité civile au Québec
Partout où vous le verrez, il sera question de sécurité civil*

