



Énergie NB Power

**ÊTES-VOUS
PRÊT?**

ÊTES-VOUS PRÊT?

Nous avons tous vécu l'expérience d'une panne de courant. Bien que la plupart d'entre elles ne durent pas longtemps, chaque famille doit dresser un plan d'urgence, au cas où elle en aurait besoin.

Ce guide vous montrera qu'il est rapide et facile de mieux se préparer à une situation d'urgence. Il vous apprendra à dresser votre propre plan d'urgence, à préparer une trousse d'urgence vous permettant de subvenir à vos besoins pendant 72 heures et à demeurer bien informé pendant une panne de courant. Si vous imprimez ce guide et le gardez à portée de la main, vous vous engagez déjà dans la bonne voie.

Il est réconfortant de savoir que votre famille est préparée.

TABLE DES MATIÈRES

Vous préparer pour une panne	2
Formule familiale de référence rapide en cas d'urgence	3
Votre liste de vérification de trousse d'urgence	4
Que faire pendant une panne	5
Enfants : Jeux à jouer pendant une panne	6
Ressources d'urgence	7



VOUS PRÉPARER POUR UNE PANNE

Planifiez en vue d'une panne de courant comme vous le feriez pour toute urgence : assurez vous que votre famille sait exactement quoi faire.

PRÉPAREZ-VOUS :

- Conservez un exemplaire du présent guide à portée de la main.
- Mettez à jour vos numéros à composer en cas d'urgence.
- Préparez une trousse d'urgence qui vous permettra de subvenir à vos besoins pendant 72 heures.
- Prenez connaissance des risques : renseignez vous au sujet des dangers d'origine naturelle.
- Établissez un lieu de rencontre, au cas où vous auriez à évacuer votre domicile.

CONSEILS RAPIDES :

- 1 Gardez votre trousse à portée de la main.**
Assurez vous que les membres de votre famille savent où elle se trouve.
- 2 Conservez de l'argent comptant à votre demeure.**
Il se peut que les cartes de crédit et les guichets automatiques ne fonctionnent pas pendant une urgence.
- 3 Vérifiez votre trousse deux fois par année.**
Pour vous souvenir facilement de vérifier vos trousse, faites le au moment de changer l'heure deux fois par année. Assurez vous que les aliments et les médicaments ne sont pas périmés et ajoutez de nouveaux articles au besoin.



FORMULE FAMILIALE DE RÉFÉRENCE RAPIDE EN CAS D'URGENCE

Inscrivez les détails du plan d'urgence de votre famille ci dessous. Assurez-vous que chaque membre de votre famille sache où le trouver.

NUMÉROS À COMPOSER EN CAS D'URGENCE

LIEU DE RENCONTRE EN CAS D'URGENCE (À L'EXTÉRIEUR DE LA MAISON)

Lieu : _____

PERSONNE-RESSOURCE LOCALE EN CAS D'URGENCE

Nom : _____

Téléphone à domicile : _____

Cellulaire : _____

Adresse du domicile : _____

Téléphone au travail : _____

PERSONNE-RESSOURCE HORS RÉGION EN CAS D'URGENCE

Nom : _____

Téléphone à domicile : _____

Cellulaire : _____

Adresse du domicile : _____

Téléphone au travail : _____

MÉDECIN DE FAMILLE :

Nom du médecin : _____

Numéro de téléphone : _____

Médicaments sur ordonnance : _____

Allergies/Besoins spéciaux : _____

ÉCOLES ET GARDERIES

Nom : _____

Numéro de téléphone : _____

COMPAGNIE D'ASSURANCE

Nom de la compagnie : _____

Numéro de téléphone : _____

Numéro de police résidentielle : _____

Numéro de police de véhicule : _____

PRÉVOIT-ON DE MAUVAISES CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES?

- 1) Éteignez tout appareil électrique non essentiel.
- 2) Remplissez tous vos médicaments sur ordonnance.
- 3) Verrouillez vos fenêtres et vos portes et immobilisez vos meubles de plein air ainsi que votre matériel extérieur.
- 4) Remplissez le réservoir d'essence de votre véhicule au cas où vous deviez partir rapidement.
- 5) Garez votre véhicule dans un endroit protégé si possible.



VOTRE LISTE DE VÉRIFICATION DE TROUSSE D'URGENCE

LISTE DE VÉRIFICATION DE TROUSSE D'URGENCE DE 72 HEURES

En cas d'urgence, il se peut que vous ayez à vivre sans éclairage, chauffage, eau chaude ou même eau courante. Préparez votre trousse avec des fournitures suffisantes pour subvenir à vos besoins pendant au moins trois jours.

ALIMENTS ET EAU :

- Eau embouteillée (3 litres par personne par jour)
- Aliments non périssables prêts à manger
- Ouvre-boîte manuel
- Assiettes, verres et ustensiles jetables

PREMIERS SOINS ET MÉDICAMENTS :

- Trousse de premiers soins avec pansements et tampons à alcool
- Stock de médicaments essentiels pour une semaine et copies de toute ordonnance
- Sac isotherme et bloc réfrigérant pour garder tous les médicaments froids

Matériel sanitaire :

- Sceau ou poubelle rigide pouvant servir de toilette d'urgence
- Chaux chlorurée en poudre, désinfectant ménager et insecticide
- Eau de javel ou comprimés purificateurs de l'eau
- Sacs de plastique refermables
- Désinfectant pour les mains

POUR ENFANTS ET NOURRISSONS :

- Préparations pour nourrissons et biberons
- Couches et lingettes
- Médicaments

OUTILS ET MATÉRIEL DE BASE :

- Lampe de poche avec piles neuves
- Appareil radio à manivelle ou à piles
- Téléphone à fil ou téléphone pouvant fonctionner sans électricité
- Allumettes ou briquets (dans un contenant résistant à l'eau)
- Trousse d'outils de base comprenant un couteau tout usage, des pinces, un tournevis, du ruban adhésif en toile et une clef
- Sacs à déchets, papier d'aluminium et essuie-tout
- Petite pelle
- Aiguille et fil
- Stylos et calepin
- Extincteur d'incendie
- Cartes routières
- Fusées de signalisation et sifflets (pour attirer l'attention si nécessaire)

POUR ANIMAUX DE COMPAGNIE :

- Nourriture, eau et bols
- Laisse, harnois et muselière
- Étiquettes d'identification et enregistrements
- Médicaments et carnets de vaccination
- Numéro de téléphone de l'abri pour animaux de votre région



QUE FAIRE PENDANT UNE PANNE

Déterminez en premier lieu si la panne se limite à votre maison ou si elle touche tout votre quartier.



S'il y a une panne dans l'ensemble de votre quartier :
Signalez la immédiatement en composant le 1 800 663 6272.

- 🔌 Si vous avez un système de chauffage électrique, réglez-le à la plus basse température possible afin de prévenir des problèmes de charge sur les lignes électriques lorsque le courant sera rétabli.
- 🔌 N'ouvrez pas votre réfrigérateur ni votre congélateur. En règle générale, les aliments ne se gâteront pas pendant 24 à 48 h si la porte de l'appareil demeure fermée. Si vous croyez que des aliments pourraient s'être gâtés, jetez les.
- 🔌 Débranchez votre ordinateur, téléviseur, chaîne stéréo et tout autre appareil électronique pour éviter des dommages s'il y a une surtension.
- 🔌 Signalez immédiatement des lignes électriques tombées sur le sol et tenez-vous-en à l'écart. Assurez-vous que vos enfants et vos animaux de compagnie ne s'y approchent pas non plus.
- 🔌 Ne vous approchez jamais d'appareils électriques qui sont près d'une accumulation d'eau, par exemple dans un sous sol inondé.
- 🔌 N'utilisez jamais un barbecue, une chaufferette au propane ou au kérosène ni une génératrice portative à l'intérieur.
- 🔌 Ne laissez jamais des chandelles allumées sans surveillance.
- 🔌 N'utilisez pas une cuisinière alimentée au gaz en tant que source de chaleur.
- 🔌 Verrouillez vos fenêtres et vos portes et immobilisez vos meubles de plein air et votre matériel extérieur.
- 🔌 Garez vos véhicules dans un endroit protégé si possible.



ENFANTS : JEUX À JOUER PENDANT UNE PANNE

SEPT JEUX À JOUER AVEC VOS ENFANTS PENDANT UNE PANNE

Limbo avec lampes de poche

Demandez à deux membres de la famille de se placer face à face en tenant des lampes de poche allumées. Les autres membres de la famille se fauflent ensuite en dessous du faisceau lumineux constant. Placez des maracas et des hochets dans votre trousse et vous pouvez créer votre propre musique!

Théâtre d'ombres

Trouvez un mur nu et servez-vous de la lumière de votre lampe de poche pour créer le théâtre – aucune électricité nécessaire! Inventez des personnages à l'aide des ombres créées par vos mains. Il s'agit d'une activité amusante qui permet de faire passer le temps rapidement.

Chasse aux trésors

Dressez une liste d'articles qui peuvent être trouvés en toute sécurité dans le noir, par exemple une cuillère, une banane ou une agrafeuse. Envoyez ensuite les enfants à la chasse, armés de leur lampe de poche.

Soirée au musée

Désignez une personne en tant que guide de musée et demandez aux autres membres de la famille de poser comme s'ils étaient une œuvre d'art. Le guide de musée doit décrire chaque œuvre d'art sans la toucher. Si l'œuvre d'art rigole ou bouge, elle devient le nouveau guide.

Devinez la chanson

À tour de rôle, un membre de la famille fredonne l'air d'une chanson. Les autres tentent ensuite de deviner la chanson!

Le jeu des 20 questions

Chaque membre de la famille doit à tour de rôle penser à une personne, à un endroit ou à une chose. Les autres personnes doivent poser des questions pour déterminer à quoi la personne pense. Est-ce petit? Est-ce que nous en avons un? Est-ce vivant? Après 20 questions, tout le monde devine la réponse.

Camping intérieur

Créez un feu de camp en plaçant une lampe de poche ou une chandelle sur une table de salon et en érigeant une tente à l'aide de draps. C'est maintenant le temps des histoires et des chansons autour du feu de camp!



RESSOURCES D'URGENCE

POUR SIGNALER UNE PANNE OU UNE LIGNE TOMBÉE
LIGNE D'URGENCE 24 SUR 24 : 1-800-663-6272

Aide en cas d'urgence : 9-1-1

Organisation des mesures d'urgence du Nouveau-Brunswick : 1-800-561-4034

Message enregistré de Surveillance du fleuve : 1-888-561-4048

Conditions routières : 1-800-561-4063

Urgences environnementales : 1-800-565-1633

