

TROUSSE DE 72 HEURES (OU TROUSSE D'URGENCE)

Imaginez qu'un sinistre frappe, et que l'eau potable est contaminée ou qu'il n'y a plus d'électricité. Si votre famille est évacuée ou hébergée dans un centre pour sinistrés, avoir avec vous une trousse d'urgence 72 heures sera très utile.

Vous pouvez fabriquer vous-même une trousse à la maison, puis de ranger celle-ci de façon à pouvoir la retrouver rapidement. Le choix d'un sac à dos est idéal en cas d'évacuation. Vous pouvez également l'acheter toute faite, la Croix-Rouge est l'un des fournisseurs qui fait la vente de trousse complètes préemballées.

Avoir une trousse d'urgence à la maison est essentiel. Elle doit contenir suffisamment d'articles pour permettre à votre famille de subsister pendant les 3 premiers jours d'un sinistre.

Placez votre trousse d'urgence dans un endroit facilement accessible. Vérifiez annuellement son contenu. Remplacez au besoin les piles et les réserves d'eau.

ARTICLES ESSENTIELS À AVOIR DANS LA TROUSSE D'URGENCE

Ayez en tout temps à la maison les articles suivants, idéalement rassemblés dans un sac à dos ou un contenant :

- Eau potable — deux litres par personne par jour, pour au moins 3 jours;
- Aliments non périssables comme de la nourriture en conserve, des barres énergétiques et des aliments déshydratés (remplacez l'eau et les aliments chaque année);
- Ouvre-boîte manuel;
- Radio à piles — piles de rechange;
- Lampe frontale ou de poche — piles de rechange ou lampe à manivelle;
- Trousse de premiers soins — antiseptiques, analgésiques, bandages adhésifs, compresses de gaze stériles, ciseaux, etc.;
- Documents importants de la famille, tels que vos pièces d'identité, vos documents d'assurance et vos relevés bancaires;
- Plan d'urgence – conservez-en une copie dans votre trousse, ainsi que les coordonnées importantes;
- Masques antipoussières — pour filtrer l'air contaminé;
- Canif;
- Articles de toilette et articles d'hygiène personnelle;
- Médicaments en vente libre (antihistaminique, ibuprofène, acétaminophène, etc.);
- Médicaments d'ordonnance (prescrits par votre médecin);
- Clés supplémentaires pour la voiture et la maison;
- Argent comptant et monnaie.

Considérez aussi l'ajout des articles suivants à votre trousse, le cas échéant :

- Deux litres d'eau supplémentaires par jour par personne pour la préparation des aliments et l'hygiène;
- Bougies et allumettes ou briquet (placez les bougies dans des contenants robustes et ne les laissez pas brûler sans surveillance);
- Vêtements et chaussures de rechange pour tous les membres de la famille;
- Sac de couchage ou couverture pour tous les membres de la famille;
- Désinfectant pour les mains, papier hygiénique et sacs à ordures;
- Chargeur pour téléphone mobile;
- Aliments et fournitures pour animaux;
- Préparation et aliments pour nourrissons et fournitures pour bébés;
- Activités pour les enfants, tels que des livres, des casse-têtes ou des jouets;
- Ustensiles, assiettes et tasses;
- Eau de Javel ou comprimés pour purification de l'eau;
- Outils de base (marteau, pinces, clé, tournevis, gants de travail);
- Petit réchaud à combustible et combustible;
- Sifflet (pour attirer l'attention);
- Ruban adhésif électrique;
- GPS;
- Boussole;
- Lunettes de soleil et écran solaire;
- Bottes de pluie et vêtements imperméables.