

# Tornade

## Liste de préparation

Une tornade est un tube d'air en rotation qui se forme à partir d'un orage et touche le sol. Les tornades sont dangereuses. Elles peuvent démolir des bâtiments, déraciner des arbres, déplacer des véhicules et détruire des objets sur leur passage. De fortes pluies, des éclairs, des crues soudaines et de la grêle peuvent survenir. Les tornades peuvent se produire n'importe où. Préparez-vous sans attendre pour assurer votre sécurité.



## Que faire : En amont



### Trouvez des abris contre les vents violents dans les endroits où vous passez beaucoup de temps.

- Trouvez une pièce sûre construite pour résister aux vents violents. En l'absence de ce type d'installation, trouvez une petite pièce sans fenêtre au niveau le plus bas d'un bâtiment solide.
- Les résidences mobiles, les maisons préfabriquées, les caravanes et les véhicules de loisir ne sont pas sûrs en cas de vents violents. Prévoyez de vous abriter dans un bâtiment solide avant une alerte ou une veille de tornade.



### Répétez les exercices d'alerte tornade

- Avec toute la famille, entraînez-vous à vous rendre rapidement vers les lieux sûrs que vous avez repérés.
- Créez une équipe de soutien personnel composée de personnes que vous pouvez aider et qui peuvent vous aider.
- Si vous vivez dans une résidence mobile, entraînez-vous à vous rendre dans un endroit sûr



### Prévoyez de rester en contact

- Inscrivez-vous aux alertes d'urgence gratuites de votre administration locale.
- Prévoyez de surveiller la météo et les informations locales.
- Prévoyez une batterie de secours ou un moyen de recharger votre téléphone portable.
- Prévoyez une radio à piles en cas de panne de courant.
- Sachez faire la différence entre une veille de tornade et une alerte tornade.
  - Veille de tornade : **Tenez-vous prêts !** Des tornades sont possibles dans la zone de veille et autour de celle-ci. Soyez prêts à agir rapidement !
  - Alerte tornade : **Agissez !** Une tornade est proche. Il y a un danger. Mettez-vous immédiatement à l'abri.



### Apprenez les techniques d'urgence

- Apprenez les premiers secours et la réanimation cardio-respiratoire.
- Soyez prêts à vivre sans électricité. Les services publics peuvent être hors service. Soyez prêts à vivre sans électricité, sans gaz et sans eau. Prévoyez comment combler vos besoins en électricité, y compris les téléphones portables et les équipements médicaux. Parlez à votre médecin. Prévoyez une source d'énergie de secours.



### Rassemblez les fournitures d'urgence

- Rassemblez de la nourriture de l'eau et des médicaments. Les magasins et les pharmacies peuvent être fermés. Organisez vos fournitures en un kit d'évacuation et un kit de confinement.
- Kit d'évacuation : au moins trois jours de fournitures que vous pouvez emporter avec vous. Prévoyez des piles de rechange et des chargeurs pour vos appareils (téléphone portable, VPPC, fauteuil roulant, etc.).
- Kit de confinement : au moins deux semaines de fournitures. Les magasins et les pharmacies peuvent être fermés.
- Prévoyez une réserve de 1 mois de médicaments dans une boîte équipée d'une sécurité pour les enfants ainsi que des fournitures ou du matériel médicaux.
- Conservez vos dossiers personnels financiers et médicaux dans un endroit sûr et facile d'accès (copies papier ou sauvegardées de manière sécurisée). Envisagez de conserver une liste de vos médicaments et de leurs dosages sur une petite carte à emporter avec vous.

## Que faire : Pendant



### Surveillez de près les conditions météorologiques

- Écoutez la radio, la télévision ou d'autres sources d'information pour obtenir plus de renseignements sur les veilles de tornade et les alertes tornade afin d'être prêts à agir.



### Cherchez immédiatement un abri sûr

- Si une alerte tornade est émise. Ou si vous soupçonnez une tornade, mettez-vous immédiatement à l'abri. Une fois dans votre abri, utilisez vos bras pour protéger votre tête et votre cou.

## Que faire : En aval



### Évitez de vous blesser

- Continuez à écouter la radio, la télévision ou d'autres sources d'information. Restez dans votre abri jusqu'à la fin de l'alerte tornade.
- N'entrez pas dans les bâtiments endommagés.
- Si le bâtiment dans lequel vous vous trouvez a été endommagé, sortez avec une extrême prudence et restez dehors. Vérifiez la présence d'objets susceptibles de tomber ou de débris dangereux. N'utilisez pas d'allumettes ou de briquets à l'intérieur. Si vous sentez une odeur de gaz ou voyez des déversements qui pourraient être inflammables, partez immédiatement.
- Si vous êtes piégés, essayez de couvrir votre bouche avec un tissu ou un masque pour éviter de respirer la poussière. Essayez d'envoyer un message, de frapper sur un tuyau ou un mur, ou d'utiliser un sifflet au lieu de crier.
- Faites attention aux clous exposés et au verre brisé.
- Restez à l'écart des lignes électriques tombées ou brisées.



### Soignez les blessures

- Certaines personnes peuvent être blessées. Apportez les premiers secours si nécessaire.
- N'essayez pas de déplacer une personne blessée au dos ou au cou, à moins qu'elle ne soit en danger immédiat. Demandez une assistance médicale immédiate.



### Nettoyez en toute sécurité

- Soyez prudents pendant le nettoyage. Portez des chaussures à semelles épaisses, des pantalons et des gants de travail pour limiter les blessures.
- Les enfants ne doivent pas participer aux travaux de nettoyage en cas de catastrophe.
- En cas de panne de courant, utilisez des lampes de poche ou des lanternes à piles pour réduire les risques d'incendie.
- Faites attention aux intoxications au monoxyde de carbone. N'utilisez pas d'appareils à essence, au propane, au gaz naturel ou au charbon de bois à l'intérieur d'une maison, d'un sous-sol, d'un garage, d'une tente ou d'un camping-car – ou même à l'extérieur, près d'une fenêtre ouverte. Le monoxyde de carbone est invisible et inodore, mais il peut vous tuer rapidement. Si vous commencez à vous sentir malades, étourdis ou faibles, **sortez immédiatement prendre l'air.**



### Prenez soin de vous

- Il est normal d'avoir beaucoup de mauvais sentiments, de stress ou d'anxiété.
- Mangez des aliments sains et dormez suffisamment pour vous aider à gérer le stress.
- Vous pouvez joindre gratuitement la ligne d'assistance en cas de détresse après une catastrophe si vous avez besoin de parler à quelqu'un. Appelez le **1-800-985-5990** ou envoyez un SMS.

Prepare so you can protect. | Pour plus d'informations, rendez-vous sur [redcross.org/prepare](https://redcross.org/prepare) | Télécharger l'application d'urgence

