

SE PRÉPARER À UNE SITUATION D'URGENCE

PRÉPAREZ-VOUS – POUR VOTRE PROPRE BIEN ET POUR CELUI DE LA SOCIÉTÉ

VOUS FAITES PARTIE DE LA GESTION DE CRISE DU DANEMARK

Fondamentalement, le Danemark est un pays sûr et sans danger. Nous vivons dans l'une des sociétés les plus avancées et les plus numérisées du monde, dotée d'une infrastructure bien développée et intégrée. Nous avons ainsi un accès stable aux produits de première nécessité tels que l'électricité, l'eau, le chauffage, les moyens de communication et la nourriture.

Pour autant, notre société moderne est également vulnérable.

Cela vaut tout particulièrement dans les situations d'urgence. Une panne d'électricité dans une région peut avoir des conséquences majeures dans d'autres. Elle peut par exemple affecter l'accès à l'électricité, à l'eau et aux produits de première nécessité pour une durée indéterminée.

Quelle que soit la cause d'une crise, vous pouvez activement aider la société, votre famille et vous-même à la surmonter.

TROIS JOURS

En cas de situation d'urgence, les autorités vous recommandent, à vous et à votre famille, de pouvoir faire face à la situation pendant trois jours.

Dans la mesure où vous vous êtes préparés et pouvez vous débrouiller seuls, les autorités pourront alors s'attacher à répondre aux besoins les plus urgents et à normaliser la situation. Plus nous serons nombreux à pouvoir nous débrouiller et aider notre entourage pendant et après une situation d'urgence, plus notre société aura la force de s'en sortir.

Pour vous aider à faire face à une telle situation, nous vous proposons quelques simples conseils. Ces conseils ont été rédigés en collaboration avec un large éventail d'autorités danoises. Ils représentent nos vues communes sur la manière dont nous pouvons toutes et tous nous préparer à une situation d'urgence.

Vous n'aurez sans doute pas besoin de mettre tous ces conseils en pratique. Mais mieux vaut être bien préparé. Faites votre possible et aidez votre famille, vos voisins et vos amis, comme nous avons heureusement déjà l'habitude de le faire au Danemark. J'espère que ces conseils nous aideront à mieux nous préparer à toute situation d'urgence future.

Laila Reenberg

Directrice de l'Agence nationale danoise de gestion des urgences et des crises

FAIRE FACE À UNE SITUATION D'URGENCE

Nombreux sont les facteurs qui peuvent déclencher une situation d'urgence. Les phénomènes météorologiques extrêmes sont appelés à devenir plus fréquents et plus graves, ce qui pourrait affecter tout ou partie de notre pays. La menace d'incidents d'origine humaine, tels que les cyberattaques et le sabotage, est grave face à la détérioration de la sécurité en Europe. Enfin, des accidents, des problèmes techniques ou d'autres incidents ayant un impact important sur la société peuvent se produire.

La conséquence la plus directe pour les particuliers peut être la perte des services publics. Imaginez qu'il n'y ait plus de courant quand vous appuyez sur l'interrupteur ou qu'il n'y ait plus d'eau lorsque vous ouvrez le robinet. Que votre réfrigérateur et votre four ne fonctionnent pas. Ou encore que vous ne puissiez plus faire vos courses, ni passer des appels ou aller en ligne pendant un certain temps.

En suivant de simples conseils, vous pourrez vous débrouiller seul(e) en cas d'urgence. Nous vous recommandons, à vous et votre famille, de pouvoir faire face à la situation pendant trois jours. Les autorités auront ainsi le temps de normaliser la situation et de répondre aux besoins les plus urgents.

EAU POTABLE

3 LITRES PAR PERSONNE ET PAR JOUR

Prévoyez 3 litres d'eau par personne et par jour pour votre consommation et la cuisine. Autrement dit, si vous avez besoin d'eau pour trois jours, vous devez prévoir 9 litres d'eau par personne. Assurez-vous d'avoir de l'eau pour tous les membres de votre famille, y compris les animaux domestiques.

Vous trouverez de plus amples informations sur les sites web de l'Agence vétérinaire et alimentaire danoise et de l'Agence danoise pour la protection de l'environnement.

COMMENT STOCKER DE L'EAU PENDANT DE LONGUES PÉRIODES

- Achetez de l'eau potable en bouteille, stockez-la dans un endroit frais et sombre et veillez à ne la conserver que pendant la durée indiquée sur la bouteille. Remplacez-la régulièrement.
- L'eau du robinet doit être aussi fraîche que possible, mais elle se conserve plusieurs mois dans une bouteille ou un récipient scellé à condition qu'elle soit stockée dans un endroit frais et à l'abri de la lumière.
- N'utilisez que des récipients d'eau potable approuvés pour un usage alimentaire et nettoyez-les selon les instructions du fabricant avant de les utiliser.
- L'eau conservée dans les conteneurs doit être remplacée régulièrement. Utilisez l'eau usagée pour arroser les plantes, par exemple, puis lavez et remplissez à nouveau le récipient.

ALIMENTATION

NOURRITURE POUR TROIS JOURS

Veillez à ce que votre famille dispose de suffisamment de nourriture pour trois jours. Ces aliments doivent pouvoir se conserver longtemps en dehors du réfrigérateur ou du congélateur. Choisissez des aliments qui ne nécessitent pas de cuisson au four ou sur une plaque de cuisson (conserves et biscottes, par exemple). Choisissez des aliments que votre famille a l'habitude de consommer au quotidien et que vous aimez.

DURÉE DE CONSERVATION ET PRÉPARATION

DURÉE DE CONSERVATION

Il n'est pas nécessaire de tout acheter en même temps. Vous pouvez acheter quelques denrées non périssables supplémentaires lorsque vous faites vos courses habituelles. Veillez à utiliser et à reconstituer votre stock régulièrement afin d'éviter que les denrées ne soient périmées. Conservez les aliments dans un endroit frais et sec à l'abri de la lumière du soleil.

PRÉPARATION

Si vous avez des aliments à préparer (du riz ou des pâtes, par exemple), assurez-vous de pouvoir faire bouillir de l'eau sans électricité ni gaz. Vous pouvez utiliser un barbecue ou un réchaud de camping, par exemple. N'utilisez jamais un barbecue ou un autre dispositif semblable à l'intérieur ou dans des espaces entièrement ou partiellement fermés. Vous risqueriez d'être intoxiqués par la fumée et/ou le monoxyde de carbone.

Consultez le site web de l'Agence vétérinaire et alimentaire danoise pour de plus amples conseils en matière de stockage, d'hygiène, etc.

MÉDICAMENTS, HYGIÈNE ET AUTRES PRODUITS DE PREMIÈRE NÉCESSITÉ

MÉDICAMENTS ET PREMIERS SECOURS

Veillez à disposer d'une quantité de médicaments suffisante pour trois jours et d'une trousse de premiers secours. La trousse de premiers secours peut comprendre des pansements, des bandages (compresses, bandes élastiques, gaze, etc.) et des produits pour nettoyer et désinfecter les plaies. En cas d'accident nucléaire, le plus important est de ne pas sortir. Nous vous recommandons de disposer de comprimés d'iode pour les personnes de moins de 40 ans ainsi que les femmes enceintes et allaitantes. Pour en savoir plus, consultez le site web de l'Office national danois de la Santé. En cas d'accident nucléaire, veillez à suivre les recommandations des autorités.

HYGIÈNE

Veillez à disposer d'articles d'hygiène tels que du papier hygiénique, du désinfectant pour les mains, des lingettes humides, des serviettes hygiéniques et des tampons.

CHAUFFAGE

Si vous n'avez pas de chauffage et qu'il fait froid dehors, vous pouvez utiliser les couvertures, les couettes, les vêtements chauds, etc., que vous avez chez vous. En cas de longue période de froid, gardez votre famille au chaud en séjournant principalement dans une seule pièce. Si vous utilisez des bougies ou d'autres sources de chaleur, placez-les sur une surface solide, loin d'objets inflammables tels que les rideaux et les tapis.

AUTRES PRODUITS DE PREMIÈRE NÉCESSITÉ

Dans la plupart des situations d'urgence, il est essentiel que vous disposiez d'un téléphone portable. Cela vous permettra de rester en contact avec les membres de votre famille et d'obtenir des informations sur l'incident. Utilisez un chargeur portable/bloc-piles pour alimenter votre téléphone portable et vos autres appareils en cas de coupure de courant locale. En cas de panne de courant majeure ou prolongée, le réseau téléphonique et Internet risquent d'en être affectés ou d'être coupés.

Une torche, des bougies, des allumettes et des piles sont autant d'autres objets utiles à avoir à portée de main. Ayez à votre disposition une ou plusieurs cartes de paiement physiques que vous pourrez utiliser si Internet est en panne ou si vous ne pouvez pas payer avec votre téléphone. Assurez-vous de pouvoir vous souvenir de vos codes PIN. En outre, envisagez d'avoir une petite quantité d'argent en pièces de monnaie et en petites coupures.

ENVISAGEZ VOTRE SITUATION ET VOS BESOINS SPÉCIFIQUES

- Besoins spécifiques

Avez-vous sous votre toit des enfants en bas âge, des personnes âgées ou des personnes malades qui ont besoin de lait pour bébé, de couches, d'articles de soins ou d'autres produits spécifiques ? Si c'est le cas, nous vous conseillons d'avoir des réserves supplémentaires chez vous. Peut-être avez-vous aussi des animaux domestiques qui auront besoin d'eau et de nourriture.

- Votre quartier

Votre risque d'exposition peut dépendre de l'endroit où vous vivez. Par exemple, si vous vivez près de la côte ou dans une zone de basse altitude, il est possible que vous couriez le risque d'inondations. Nous vous conseillons de vous renseigner sur les endroits où vous pouvez vous procurer des produits tels que des sacs de sable.

- Transport

Réfléchissez aux modes de transport que vous utilisez et envisagez des alternatives. Contrôlez les moyens de communication via, par exemple, le site de transport *Rejseplanen*, les applis et les infos trafic de l'Administration danoise des ponts et chaussées. Si vous vivez dans une région isolée et/ou avez besoin d'aide pour votre transport, prenez vos dispositions avec vos voisins, les membres de votre famille et vos amis pour qu'ils puissent vous aider en cas de besoin.

- Voisins, amis et famille

Renseignez-vous auprès de vos voisins et des personnes de votre entourage pour savoir s'ils ont besoin d'aide. Pensez à noter les numéros de téléphone importants et à les conserver sur votre réfrigérateur, par exemple.

ALERTES ET ALARMES

ALERTES

Dans les situations d'urgence, les autorités peuvent émettre des alertes via des sirènes physiques, le système S!RENEN (système d'alerte public basé sur la téléphonie mobile) et des messages d'urgence. Si vous entendez une sirène d'alerte, rentrez chez vous et consultez les informations des autorités via DR ou TV 2. Si les autres systèmes sont en panne, DR diffusera des annonces d'urgence émanant des autorités. Grâce à une radio FM à piles, à remontoir ou solaire, vous pourrez continuer à vous informer si les autres canaux d'information ne fonctionnent pas. De nombreuses personnes possèdent une radio FM dans leur voiture.

APPEL D'URGENCE

Si vous avez besoin d'une ambulance, de la police ou des pompiers, appelez le 1-1-2. Vous ne devez appeler le 1-1-2 qu'en cas d'urgence. Si vous appelez ce numéro pour d'autres raisons, vous risquez de bloquer la ligne pour des personnes en danger de mort. En cas de problème avec le 1-1-2, les autorités annonceront un autre numéro à appeler.

PRENEZ LE TEMPS DE RÉFLÉCHIR AVANT DE DIFFUSER DES INFORMATIONS

Consultez les réseaux sociaux et les sites web des autorités. En situation d'urgence, il est utile de partager des informations vérifiées et d'éviter la diffusion de rumeurs, la désinformation ou la mésinformation. Vérifiez toujours la crédibilité de la source des informations avant de les partager sur votre réseau.

À PROPOS DE CES CONSEILS

POURQUOI EST-IL IMPORTANT QUE VOUS SOYEZ EN MESURE DE VOUS DÉBROUILLER DANS LES SITUATIONS DE CRISE ?

Dans la mesure où vous pouvez vous débrouiller seul(e) pendant trois jours, les autorités peuvent s'attacher à venir en aide aux plus vulnérables et à normaliser la situation. En outre, votre famille et vous bénéficiez de meilleures conditions si vous êtes préparés en cas de crise. Dans la mesure du possible (temps, espace et ressources), nous vous conseillons de constituer un petit stock de produits de première nécessité pour une période prolongée, surtout si vous vivez dans une région géographiquement exposée ou si vous avez besoin de produits spécifiques tels que des médicaments de première nécessité.

POURQUOI TROIS JOURS ?

La durée de trois jours pendant laquelle nous vous recommandons de pouvoir vous débrouiller dans une situation d'urgence et les conseils spécifiques donnés ici ont été compilés par l'Agence nationale danoise de gestion des urgences et des crises en collaboration avec plusieurs autorités. Les recommandations et les conseils donnés ici sont basés sur l'évaluation nationale des risques et d'autres évaluations officielles des menaces, de la sécurité et de la vulnérabilité, ainsi que sur l'examen professionnel de situations envisageables, réalistes et pertinentes, de leur durée et de leurs conséquences potentielles.

VOTRE SITUATION

Tout le monde n'est pas en mesure de se préparer, et il est parfois plus judicieux de le faire en famille, avec ses amis ou ses voisins. Peut-être habitez-vous dans un petit logement, votre budget est limité ou vous avez des difficultés à marcher, par exemple. Faites ce que vous pouvez et ce qui vous paraît logique dans votre situation et pour votre famille. Mieux vaut se préparer un peu que pas du tout.

CES CONSEILS VOUS SONT UNIQUEMENT FOURNIS À TITRE INDICATIVE

Ces conseils vous sont donnés à titre indicatif et doivent être adaptés aux besoins et à la situation de chaque famille.

ÉLÉMENTS À CONTRÔLER

À TITRE D'INSPIRATION, VOUS TROUVEREZ CI-APRÈS UNE LISTE D'ÉLÉMENTS À CONTRÔLER. CETTE LISTE CONTIENT DES SUGGESTIONS CONCERNANT LES BESOINS LES PLUS ÉLÉMENTAIRES.

EAU POTABLE

- 3 litres par personne et par jour
- Si nécessaire, prévoyez de l'eau pour vos animaux domestiques

ALIMENTATION

- Aliments à longue durée de conservation pour trois jours et faciles à préparer

MÉDICAMENTS ET PREMIERS SECOURS

- Médicaments nécessaires pour votre famille
- Trousse de premiers secours
- Comprimés d'iode pour les personnes de moins de 40 ans ainsi que les femmes enceintes et allaitantes

PRODUITS D'HYGIÈNE

- Papier hygiénique
- Désinfectant pour les mains
- Couches, serviettes hygiéniques/tampons ou tout autre produit utile

CHAUFFAGE

- Couvertures, couettes, vêtements chauds

AUTRES PRODUITS DE PREMIÈRE NÉCESSITÉ

- Chargeur portable ou bloc-piles pour votre téléphone portable, par exemple
- Torche
- Piles
- Cartes de paiement physiques (mémorisez vos codes PIN) et argent liquide (pièces et petites coupures), le cas échéant
- Bougies et allumettes si nécessaire

BESOINS SPÉCIFIQUES

- Avez-vous sous votre toit des enfants ou des personnes âgées ?
- Habitez-vous dans une région exposée aux inondations, par exemple ?

- Disposez-vous d'autres moyens de transport en cas d'inondation, par exemple ?
- Pouvez-vous aider ou obtenir l'aide de votre famille, de vos voisins et de vos amis ?

COMMUNICATION

- Radio FM à piles, à remontoir ou solaire (votre autoradio peut suffire).