FICHES RÉFLEXES : À LA MAISON

PRÊTS QUAND IL LE FAUT · ÉDITION EUROPÉENNE · À IMPRIMER GRATUITEMENT

Découpez les fiches et gardez-les là où vous les verrez : sur le réfrigérateur, près du tableau électrique, dans le sac d'urgence. En cas d'urgence, appelez le 112.

Coupure de courant

1. Les voisins ont-ils du courant ? Êtes-vous le seul touché ?
2. Vérifiez le tableau électrique. Réenclenchez une seule fois un disjoncteur qui a sauté.
3. Signalez la coupure à votre gestionnaire de réseau (voir le Guide Europe).
4. Éteignez les appareils ; laissez une lampe allumée.
5. Gardez fermés le réfrigérateur et le congélateur.
6. Sortez lampes, radio et vêtements chauds. Ne rechargez que l'indispensable.
7. Remplissez des récipients d'eau au cas où l'eau serait coupée.
8. Prenez des nouvelles des voisins qui ont besoin d'aide.

Coupure d'eau

1. N'utilisez plus l'eau que pour boire.
2. Remplissez baignoire, éviers et récipients si l'eau coule encore.
3. Coupez le chauffage et la chaudière si on vous le demande.
4. Écoutez les consignes officielles sur les points de distribution d'eau.
5. Installez les toilettes avec sac et un point de lavage des mains.
6. En cas de consigne « faire bouillir l'eau », faites bouillir toute l'eau pour boire, se brosser les dents et cuisiner.

Incendie

1. Criez « AU FEU ! » et faites sortir tout le monde. N'emportez rien.
2. Fermez les portes derrière vous.
3. Baissez-vous sous la fumée.
4. Appelez le numéro d'urgence de l'extérieur.
5. Ne retournez jamais à l'intérieur.

Odeur de gaz

1. Pas d'interrupteur, de flamme ni de téléphone à l'intérieur.
2. Ouvrez portes et fenêtres.
3. Fermez le gaz au compteur (pas s'il est dans une cave ou un sous-sol).
4. Faites sortir tout le monde.
5. Appelez le numéro d'urgence gaz de l'extérieur.

Quelqu'un s'effondre

1. Vérifiez que vous ne courez aucun danger.
2. Appelez à l'aide. Appelez le numéro d'urgence, haut-parleur activé.
3. Ne respire pas normalement ? Massage cardiaque : fort et vite au centre de la poitrine.
4. Envoyez quelqu'un chercher un défibrillateur (DAE).
5. Respire mais inconscient ? Position latérale de sécurité. Surveillez.
6. Saignement abondant ? Appuyez fort sur la plaie, sans relâcher.

Ordre d'évacuer

1. Sac d'urgence, médicaments, papiers, téléphone et chargeur.
2. Coupez eau, gaz et électricité si on vous le demande.
3. Fermez à clé. Emmenez les animaux.
4. Laissez un mot derrière la porte indiquant où vous allez.
5. Suivez l'itinéraire officiel.
6. Prévenez votre contact familial.

Téléphone et internet coupés

1. Essayez un SMS plutôt qu'un appel.
2. Allumez la radio à piles.
3. Rendez-vous au point convenu à l'heure convenue.
4. Mettez votre affichette OK ou AIDE à la fenêtre.
5. En cas d'urgence, allez à une caserne de pompiers, un commissariat ou une gendarmerie, un hôpital ou un bâtiment public ouvert.

© 2026 21R6 Editions. Libre d'impression pour un usage personnel, pas pour la vente.