

Informations sur les tempêtes hivernales

Les tempêtes hivernales peuvent être dangereuses, mais vous pouvez prendre certaines mesures avant et pendant les tempêtes pour être sûr(e) d'être prêt(e). Prendre des mesures préventives est la meilleure façon de se protéger contre les graves risques pour la santé associés aux conditions météorologiques hivernales. Cette fiche d'information comprend des conseils pour vous aider à vous préparer à faire face aux tempêtes hivernales.

Comment puis-je me protéger des dangers des tempêtes hivernales ?

- Restez à l'intérieur, au chaud. Si vous sortez, limitez la durée de votre sortie et portez de nombreuses couches de vêtements. Les vêtements amples et chauds sont les plus adaptés. N'oubliez pas de mettre des gants, une écharpe, un bonnet, un protège-oreilles et des bottes.
- Conservez de l'eau potable et des aliments en conserve/tout prêts en quantité suffisante pour au moins trois jours. Constituez un kit d'urgence avec des couvertures supplémentaires, un kit de premiers secours et des médicaments et une lampe de poche avec des piles de rechange.
- Si vous devez aller dehors pour déneiger, travaillez lentement. Faites des pauses et écoutez votre corps.
- Même si vous avez salé et déneigé votre propre allée, marchez prudemment et lentement, car il peut toujours y avoir de la neige et du verglas sur les trottoirs. Faire preuve de prudence peut aider à prévenir les blessures associées aux chutes, notamment à la tête.
- N'oubliez pas les animaux. Les chiens et les chats ont eux aussi besoin d'aide pour supporter les conditions météorologiques hivernales. Rentez-les à l'intérieur et assurez-vous qu'ils ont de l'eau et des couvertures.

Comment puis-je me protéger lors d'un déplacement au cours d'une tempête hivernale ?

- Se déplacer pendant une tempête hivernale peut être dangereux, évitez donc les longs trajets si possible.
- Si vous devez conduire, planifiez votre déplacement et informez quelqu'un de votre destination.
- Assurez-vous que votre véhicule est en bon état de fonctionnement avant de conduire. Veillez à bien dégivrer les vitres et assurez-vous d'avoir un kit d'urgence avec de l'eau, des couvertures et une pelle à neige.
- Conduisez lentement, augmentez votre distance de sécurité et soyez **TOUJOURS** prêt(e) à faire demi-tour si les conditions deviennent trop dangereuses.
- Si vous prenez les transports en commun, repérez les horaires du bus ou du métro de façon à savoir à quelle heure il arrivera. Cela limitera le temps que vous passerez dehors à l'arrêt de bus ou de métro.

Comment puis-je aider les autres à se protéger lors des tempêtes hivernales ?

- Conservez une liste de coordonnées de vos proches, voisins et amis et décidez ensemble un moyen de communication principal et un moyen de communication secondaire.
- **Prenez fréquemment de leurs nouvelles**, en particulier les personnes âgées, handicapées ou qui vivent seules.
- Sachez où trouver et comment contacter les services d'urgence tels que la police, les pompiers, EMS et les hôpitaux.
- Conservez une batterie de rechange et un chargeur pour les appareils mobiles.
- Si vous ne vous sentez pas à l'aise pour prendre des nouvelles d'une personne, appelez le 311 pour demander une vérification de son état de santé.

Si vous n'avez pas accès au chauffage, **appelez le 311** pour obtenir une aide. Vous pouvez également vous rendre aux centres de réchauffement de la ville situés un peu partout dans Chicago. Le centre Garfield, situé au 10 S. Kedzie Avenue, est ouvert 24 heures sur 24, sept jours sur sept pour orienter les résidents vers des abris d'urgence.