

# LE REFROIDISSEMENT ÉOLIEN des faits dans le vent

## Sept étapes pour aller au froid en sécurité :

- 1. Écoutez les prévisions météo d' Environnement Canada** – Portez attention aux avertissements météo
- 2. Planifiez** – lorsque le refroidissement éolien est très élevé, limitez le temps passé à l'extérieur
- 3. Habillez-vous chaudement** – Couvrez toute la peau exposée; portez plusieurs couches de vêtements sous un coupe-vent ainsi que des mitaines, un chapeau et un foulard ou un masque
- 4. Cherchez un abri** – abritez-vous du vent
- 5. Restez au sec** – les vêtements mouillés refroidissent le corps rapidement
- 6. Demeurez actif** – continuez de bouger afin de produire de la chaleur
- 7. Connaissez vos limites** – les enfants, les personnes âgées et celles qui ont des problèmes de circulation sanguine sont plus sensibles au froid

Quelques minutes suffisent pour geler la peau exposée au refroidissement éolien très élevé



«Faire bonne figure» Couvrez-vous pour vous garder au chaud et éviter les engelures graves.



Température (°C)	Niveau	Effets	Recommandations
0 à -9	Faible	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le refroidissement éolien augmente un peu l'inconfort.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>S'habiller chaudement, en fonction de la température extérieure.</li> </ul>
-10 à -24	Modéré	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inconfortable.</li> <li>La peau exposée ressent le froid.</li> <li>Risque d'hypothermie si à l'extérieur pendant de longues périodes sans protection adéquate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Porter plusieurs couches de vêtements chauds, sous un coupe-vent.</li> <li>Porter un chapeau, des mitaines et un foulard.</li> <li>Restez actif.</li> </ul>
-25 à -44	Élevé	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risque de gel de la peau (gelure grave).</li> <li>Risque d'hypothermie si à l'extérieur pendant de longues périodes sans protection adéquate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Surveiller tout engourdissement ou blanchissement de la figure, des doigts, des orteils, des oreilles ou du nez.</li> <li>Porter plusieurs couches de vêtements chauds, sous un coupe-vent.</li> <li>Couvrir toute la peau exposée, en particulier le visage et les mains. Porter un chapeau, des mitaines et un foulard, un passe-montagne ou un masque.</li> <li>Restez actif.</li> </ul>
-45 à -59	Extrême	<ul style="list-style-type: none"> <li>Quelques minutes suffisent pour geler la peau exposée.</li> <li>Sérieux risque d'hypothermie si à l'extérieur pendant de longues périodes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Surveiller tout engourdissement ou blanchissement de la figure, des doigts, des orteils, des oreilles ou du nez.</li> <li>Il faut être prudent et s'habiller très chaudement avec plusieurs couches de vêtements chauds, sous un coupe-vent.</li> <li>Couvrir toute la peau exposée, en particulier le visage et les mains. Porter un chapeau, des mitaines et un foulard, un passe-montagne ou un masque.</li> <li>Se préparer à annuler ou à raccourcir les activités extérieures.</li> <li>Restez actif.</li> </ul>
-60 et valeurs plus importantes	Extrême	<p><b>DANGER!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Les conditions extérieures sont dangereuses.</li> <li>La peau exposée peut geler en moins de 2 minutes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Restez à l'intérieur.</li> </ul>

Calculez vous-même le refroidissement éolien – si vous connaissez la température extérieure, vous pouvez estimer la vitesse du vent en observant les arbres et les drapeaux.

Vitesse du vent (km/h)	INDICATEURS	TEMPÉRATURE (°C)									
		0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40	-45
10	On sent le vent sur son visage; les feuilles bruissent, les girouettes commencent à tourner.	-3	-9	-15	-21	-27	-33	-39	-45	-51	-57
20	Les feuilles et les brindilles bougent constamment; les petits drapeaux flottent.	-5	-12	-18	-24	-30	-37	-43	-49	-56	-62
30	La poussière, les feuilles et les débris de papier sont soulevés; les grands drapeaux bougent de même que les petites branches des arbres.	-6	-13	-20	-26	-33	-39	-45	-52	-59	-65
40	Les petits arbres commencent à osciller; les grands drapeaux flottent.	-7	-14	-21	-27	-34	-41	-48	-54	-61	-68
50	Les plus grosses branches bougent sur les arbres; on entend siffler les lignes électriques; les grands drapeaux claquent fortement au vent.	-8	-15	-22	-29	-35	-42	-49	-56	-63	-69
60	Les arbres entiers bougent; on sent une résistance en marchant contre le vent; les grands drapeaux sont parfaitement étendus et seule leur extrémité claque au vent.	-9	-16	-23	-30	-36	-43	-50	-57	-64	-71

Écouter les prévisions et les avertissements  
Les prévisions météorologiques sont diffusées à la radio et à la télévision, ainsi que par ces services d'Environnement Canada : Radiométéo, les messages téléphoniques préenregistrés, et les sites Web.

prévisions météorologiques : [www.meteo.ec.gc.ca](http://www.meteo.ec.gc.ca)  
site sur le refroidissement éolien : [www.refroidissementeolien.ec.gc.ca](http://www.refroidissementeolien.ec.gc.ca)  
tel: 1-800-668-6767