



Pandemic Influenza Preparedness

Préparatifs d'urgence en cas de grippe pandémique TROUSSE DE SECOURS

La liste ci-dessous indique les articles qu'il est recommandé d'avoir sous la main en cas d'urgence; y figurent également d'autres articles qu'il est suggéré d'avoir en cas de pandémie.

- lampe de poche et batteries (en cas de panne de courant)
- radio et batteries ou radio à manivelle (pour les bulletins d'informations)
- batteries de rechange (pour la radio et la lampe de poche)
- trousse de premiers soins
- chandelles et allumettes/briquet
- clés de voiture supplémentaires et argent comptant (y compris pièces de monnaie/cartes pour téléphone)
- documents importants (pièce d'identité pour chaque personne, documents personnels)
- nourriture et eau en bouteille (voir la «liste des aliments» ci-dessous)
- vêtements et chaussures (une tenue de rechange par personne)
- couvertures et sacs de couchage (une couverture ou un sac de couchage par personne)
- papier hygiénique et autres fournitures personnelles
- sifflet (pour attirer l'attention en cas de besoin)
- cartes à jouer, jeux, livres

Pensez aux besoins particuliers que pourrait avoir tel ou tel membre de la famille. Mentionnez tout autre article dont votre famille pourrait avoir besoin. Voici quelques suggestions.

Bébés / bambins

- couches
- lait en bouteille
- jouets
- crayons de couleur et papier

Autres membres de la famille

- médicaments d'ordonnance et lunettes supplémentaires.
(Gardez une provision d'au moins une semaine de médicaments dans votre trousse d'urgence et gardez-y également des copies de vos ordonnances de médicaments et de lunettes).

Animaux de compagnie

- nourriture pour chiens/chats

Provision d'urgence de nourriture et d'eau

Ayez une réserve d'au moins trois jours d'aliments et d'eau. Choisissez des aliments prêts à manger qui plaisent à votre famille et qui n'ont pas besoin d'être gardés au froid.

Eau

- quatre litres par personne par jour
- Deux pour boire et deux pour la préparation des aliments, l'hygiène et le lavage de la vaisselle.

Nourriture— suffisamment pour au moins 72 heures

- aliments en boîte : soupes, ragoûts, haricots cuits, pâtes, viande, volaille, poisson, légumes, fruits
 - craquelins et biscuits
 - miel, beurre d'arachide, sirop, confiture, sel et poivre, sucre, café instantané, thé
- Remplacez les aliments en boîte et les marchandises sèches une fois par année.

Équipement

- couteaux, fourchettes, cuillers
- gobelets et assiettes jetables
- ouvre-boîte manuel, ouvre-bouteille
- allumettes à l'épreuve des intempéries et sacs à ordures en plastique
- poêle portatif et combustible (suivez les directives du fabricant).

Autres fournitures d'urgence en cas de pandémie

- thermomètre
- deux litres supplémentaires d'eau pour chaque membre de la maison — les personnes atteintes de grippe pourraient devoir s'hydrater davantage
- liquides avec électrolytes
- médicaments, y compris pour le mal de tête, la fièvre et la toux.

Note : Il ne faut pas donner d'Aspirine[®] aux enfants de moins de 20 ans vu le risque de syndrome de Reye.

- exemplaire du BC HealthGuide, qui donne toutes sortes de renseignements sur les problèmes de santé, les symptômes, les traitements à domicile et d'autres options en matière de soins. Pour l'édition anglaise 2005, visitez la pharmacie ou le «Government Agents Office» de votre localité, ou encore consultez le Guide en ligne au www.bchealthguide.org/healthguide.stm.
- «BC Nurseline» offre également des renseignements et des conseils confidentiels en plus de 130 langues 24 heures par jour, sept jours par semaine. Numéros de BC Nurseline :

Sans frais en C.-B.	1-866-215-4700
Région métropolitaine de Vancouver	604-215-4700
Sourds et malentendants	1-866-889-4700
Site Internet	www.bchealthguide.org/nurseline.stm