



SwissLife

# Consignes de sécurité pour le **risque neige / verglas**

## ✓ Pas de risque

- Renseignez-vous auprès de votre mairie sur le risque de fortes chutes de neige : fréquence, exposition, organisation déployée pour la gestion de la situation (alerte, accueil, etc.).
- Constituez votre **kit de sécurité\***.

## 👁️ Soyez vigilant

- Suivez les informations sur **l'évolution de la situation météo attendue** dans les prochaines heures : radios (poste à piles) et autres médias.
- Prévoyez de mettre vos véhicules en lieu sûr.
- Prévoyez une **réserve d'eau potable** et des vivres en cas de confinement demandé par les autorités, et stockez-les dans un abri non exposé au gel.
- **Reportez** autant que possible **tout déplacement**.
- Assurez-vous du **bon fonctionnement et de l'entretien** de vos **appareils de chauffage** avant de les utiliser.
- Vérifiez la **puissance des appareils électriques** pour éviter le risque d'échauffement de la ligne électrique.
- Vérifiez et **protégez vos canalisations d'eau**, robinets et compteurs d'eau contre le gel, en utilisant des **matériaux isolants**.
- Prévoyez de rester en contact avec les membres de votre famille et vos voisins, particulièrement avec **les plus fragiles** (personnes âgées, isolées, handicapées, femmes enceintes, bébés, enfants).
- En cas de problème de santé, demandez conseil à votre **médecin ou pharmacien**.

## ⚠️ Soyez prudent

- **Restez chez vous** et reportez tout déplacement non indispensable.
- **Évitez de pratiquer une activité physique** en extérieur.
- Restez à votre domicile **dans les pièces les plus chaudes**. Fermez les portes des pièces inutilisées, et maintenez la température ambiante **à environ 19 degrés**.
- **N'utilisez pas**, pour vous chauffer, **des appareils non destinés à cet usage** (cuisinière, brasero, etc.), afin d'éviter les incendies ou l'intoxication au monoxyde de carbone.
- N'obstruez pas les **bouches d'aération**.
- N'oubliez pas **d'aérer vos pièces** au moins 10 minutes par jour, même en période de grand froid.
- Nourrissez-vous convenablement et évitez de boire de l'alcool.
- Vérifiez votre **kit de sécurité\*** et rassemblez vos **papiers importants**.
- Si vous devez sortir, **évitez les heures les plus froides** et signalez votre départ et votre destination à un de vos proches.
- **Habillez-vous chaudement** avec plusieurs couches de vêtements dont un imperméable au vent (manteaux, écharpes, etc.). Couvrez les extrémités. Ne gardez pas de vêtements humides, et équipez-vous de chaussures montantes.
- En **voiture**, munissez-vous **d'équipements spéciaux** (pneus hiver, etc.).
- Informez-vous sur **l'état du réseau routier**, et respectez les déviations et les consignes de circulation.
- Prévoyez des vivres (nourriture, boissons chaudes dans un thermos), votre **kit de sécurité\*** et un téléphone portable chargé en cas d'attente sur la route à bord de votre véhicule.
- Donnez et prenez des nouvelles de vos proches et voisins. N'hésitez pas à aider ou vous faire aider (courses, ménage, etc.).
- Contactez votre **médecin** ou le **15** si des symptômes inhabituels se présentent ou en cas d'urgence.
- Appelez le **115** si vous remarquez une personne sans abri ou en difficulté.
- Suivez les **consignes de sécurité** diffusées par les **autorités**.

## 🏠 Mettez-vous en sécurité

- Conformez-vous aux **consignes de sécurité des autorités**.
- Informez-vous de **l'évolution de la situation** (radio de proximité).
- **Restez chez vous** et évitez **tout déplacement**.
- Maintenez un comportement vous permettant de vous **prémunir contre les conséquences de la neige** (consignes de vigilance et de prudence).
- **Prenez et donnez des nouvelles** de vos proches et voisins.

## 🏠 Restez en sécurité

- Conformez-vous aux **consignes de sécurité des autorités**.
- Informez-vous de **l'évolution de la situation** (radio de proximité).

## 🕒 Retour à la normale

- Continuez de suivre les **consignes de sécurité** diffusées par les **autorités**.
- **Informez au plus tôt la mairie de votre situation**, et prenez connaissance des **dispositifs d'aide** mis en place.
- Faites **l'inventaire des dégâts**, prenez des photos des dommages.
- Si un sinistre est survenu, déclarez-le **au plus tôt à votre assureur**.
- Proposez votre aide en mairie pour le **rétablissement de la situation sur la commune**.

\* Kit de sécurité = lampe torche, radio à piles, piles de rechange, médicaments indispensables, 1 ou 2 couvertures, vêtements, 1 ou 2 bouteilles d'eau.