

Numéros de téléphone importants
À garder avec vous

- Parents proches : _____
- Prothésiste : _____
- Pharmacie : _____
- Clinique : _____
- Médecin de famille : _____
- Hôpital : _____
- Dentiste : _____
- Optométriste : _____
- Compagnie d'assurance : _____
- Centre anti-poison : _____
- Spécialiste santé : _____
- Taxi : _____
- **MUNICIPALITÉ URGENCE : 911**



Adresse du centre d'hébergement d'urgence municipal :
110, rue du Collège (Centre récréatif)



Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard
1881, chemin du Village, Saint-Adolphe-d'Howard, QC, J0T 2B0
Hôtel de ville : 819 327-2044 | 1 855 327-2044 poste 0
www.stah.ca | facebook.com/stadolphe



TROUSSE D'URGENCE

Les articles à prévoir si vous devez quitter
rapidement votre résidence en cas de sinistre



URGENCE 9-1-1

TROUSSE D'URGENCE

La trousse d'urgence doit être dans un endroit connu de tous les membres de la famille

C'est important de la vérifier
TOUS LES 6 MOIS

Documents et autres

- ◆ Copie des papiers d'assurance
- ◆ Carte d'assurance maladie
- ◆ Carnet de santé
- ◆ Liste de médicaments
- ◆ Liste des comptes bancaires et des cartes de crédit.
- ◆ Copie du certificat de naissance
- ◆ Passeport, cartes d'assurance sociale
- ◆ Argent comptant avec de la monnaie (pour téléphoner), environ 200 \$
- ◆ Autres documents (testaments, actes notariés, actions, ...)

Des objets qui pourraient être d'un grand secours

- ◆ Outils de base (pince, couteau de poche,...)
- ◆ Petite pelle
- ◆ Ruban adhésif
- ◆ Trousse de premiers soins
- ◆ Corde
- ◆ Sifflet
- ◆ Lampe de poche et piles de rechange
- ◆ Chandelles, chandeliers et allumettes
- ◆ Clés additionnelles de la maison et de la voiture
- ◆ Radio à manivelle ou à piles (avec piles)
- ◆ Sacs à ordures et attaches

Bébé

- ◆ Nourriture, lait maternisé
- ◆ Couches
- ◆ Lingettes
- ◆ Sucres

Profitez-en en même temps pour faire la vérification de votre avertisseur de fumée!!



Vêtements et literie

- ◆ Vêtements de rechange
- ◆ Pyjama
- ◆ Souliers
- ◆ Couverture ou sac de couchage

Animaux

- ◆ Nourriture
- ◆ Laisse et cage
- ◆ Sacs pour ses besoins

Sources :

<http://www.preparez-vous.gc.ca>

<http://securitepublique.gouv.qc.ca/>

<http://urgencesquebec.gouv.qc.ca/>

Des aliments

- ◆ Des denrées non-périssables comme de la nourriture en boîte
- ◆ Ouvre-boîte manuel
- ◆ Jus en boîte
- ◆ Barres tendres sans arachides
- ◆ Compote de pomme
- ◆ Fruits séchés
- ◆ Biscuits santé
- ◆ Sachets de sucre, de sel et de poivre.
- ◆ Bouteilles d'eau (2 litres par jour par personne)
- ◆ Des ustensiles et des assiettes

Des jeux et jouets

- ◆ Toutou
- ◆ Jeux sans piles (cartes, dés, ...)
- ◆ Livres d'histoire et à colorier
- ◆ Doudou
- ◆ Feuilles et crayons
- ◆ Photos

Produits hygiéniques personnels

- ◆ Serviettes, débarbouillettes
- ◆ Déodorant
- ◆ Savon, shampooing
- ◆ Brosse à dents, dentifrice
- ◆ Brosse à cheveux et élastiques
- ◆ Papier de toilette, mouchoirs
- ◆ Rasoir
- ◆ Essuie-tout
- ◆ Protège-dessous
- ◆ Prothèses