

Rapport de débiaisage : Campagne d'information publique sur la préparation aux urgences de l'État

Rapport Debiaser

Document analysé	Guide « SOYEZ PRÊTS » de l'AGENCE DE GESTION DES URGENCES DE L'ÉTAT
Préparé pour	Démo
Date	2026-05-12
Statut	Final

Contenu original

Campagne d'information publique sur la préparation aux urgences de l'État (*environ 1 400 mots*)

AGENCE DE GESTION DES URGENCES DE L'ÉTAT « SOYEZ PRÊTS » — Guide de préparation personnelle aux urgences — Protégez-vous et protégez votre famille lors des situations d'urgence

Introduction : Pourquoi la préparation est importante

Les catastrophes naturelles et les situations d'urgence peuvent survenir sans avertissement. Des ouragans et des inondations aux tempêtes hivernales et aux pannes d'électricité, notre État fait face à diverses menaces susceptibles de perturber la vie normale pendant des jours, voire des semaines. La différence entre ceux qui traversent les urgences avec succès et ceux qui peinent se résume souvent à un seul facteur : la préparation.

Ce guide fournit les informations essentielles dont chaque résident a besoin pour réagir efficacement en cas de catastrophe. Prendre le temps de se préparer maintenant signifie que vous serez prêt à agir de manière décisive quand chaque seconde compte.

Partie 1 : Constituer votre trousse d'urgence

Chaque ménage devrait maintenir une trousse d'urgence capable de soutenir tous ses membres pendant au moins 72 heures sans aide extérieure. Cela signifie être autosuffisant pendant que les intervenants d'urgence se concentrent sur les situations mettant la vie en danger et la restauration des infrastructures essentielles.

Fournitures essentielles :

- Eau : Un gallon par personne par jour (provision minimale de 3 jours)
- Nourriture non périssable ne nécessitant ni réfrigération ni cuisson
- Ouvre-boîte manuel
- Radio à piles ou à manivelle (radio météo NOAA recommandée)
- Lampes de poche avec piles supplémentaires
- Trousse de premiers soins complète
- Médicaments sur ordonnance (provision minimale de 7 jours)
- Documents importants dans un contenant étanche (polices d'assurance, pièces d'identité, relevés bancaires)
- Argent comptant en petites coupures
- Téléphone cellulaire avec options de recharge de secours

Articles supplémentaires recommandés :

- Articles d'hygiène et de salubrité personnelle
- Feuilles de plastique et ruban adhésif pour les situations de confinement sur place



- Outils, dont une clé pour couper les services publics
- Eau de Javel pour la purification de l'eau
- Fournitures pour animaux de compagnie, le cas échéant
- Articles de divertissement pour gérer le stress lors d'urgences prolongées

Entretien de la trousse : Vérifiez votre trousse d'urgence deux fois par an (nous recommandons les changements d'heure comme aide-mémoire). Vérifiez les dates de péremption des aliments, de l'eau et des médicaments. Testez les piles de tous les appareils et remplacez-les au besoin. Mettez les documents à jour pour refléter les informations actuelles.

Rangez votre trousse dans un endroit facilement accessible que tous les membres du ménage connaissent. Idéalement, les fournitures devraient être portatives — rangées dans un grand contenant à roulettes ou des sacs de sport pouvant être déplacés rapidement si une évacuation devient nécessaire.

Partie 2 : Créer votre plan d'urgence familial

Avoir des fournitures est essentiel, mais il est tout aussi important d'avoir un plan clair que chacun comprend et peut exécuter sous stress.

Stratégie de communication : Les urgences perturbent souvent les réseaux téléphoniques locaux. Désignez une personne-contact à l'extérieur de l'État que tous les membres de la famille pourront appeler pour donner de leurs nouvelles et relayer des messages. Assurez-vous que tout le monde mémorise ces coordonnées — ne comptez pas uniquement sur les contacts du téléphone cellulaire, qui pourraient être inaccessibles si les appareils sont perdus ou endommagés.

Identifiez plusieurs moyens de recevoir les alertes d'urgence :

- Inscrivez-vous aux systèmes de notification d'urgence locaux (généralement par texto et courriel)
- Téléchargez l'application d'urgence de votre État pour des mises à jour en temps réel
- Suivez les nouvelles locales et la radio météo NOAA
- Suivez les comptes officiels sur les médias sociaux

Points de rencontre : Désignez deux lieux de rencontre :

1. Un endroit juste à l'extérieur de votre domicile pour les urgences soudaines comme un incendie
2. Un endroit à l'extérieur de votre quartier au cas où vous ne pourriez pas rentrer chez vous

Choisissez des endroits où tout le monde peut se rendre à pied si nécessaire. Entraînez-vous à vous rendre à ces endroits pour que tous les membres de la famille connaissent le trajet.

Planification de l'évacuation : Connaissez vos itinéraires d'évacuation et ayez des alternatives cartographiées. Lors d'urgences réelles, suivez les itinéraires d'évacuation officiels — tenter des raccourcis peut vous mener dans des situations dangereuses ou des routes bloquées. Gardez votre véhicule au moins à moitié plein d'essence pendant les saisons où les

urgences sont plus probables. Si des ordres d'évacuation sont émis, partez immédiatement plutôt que d'attendre le dernier moment. Les embouteillages lors des évacuations peuvent transformer un trajet d'une heure en une épreuve de six heures.

Si vous n'avez pas de véhicule, identifiez des voisins ou des amis qui pourraient fournir du transport, ou familiarisez-vous à l'avance avec les ressources publiques d'évacuation. N'attendez pas qu'une urgence soit imminente pour résoudre les défis de transport.

Exercices à domicile : Pratiquez votre plan d'urgence au moins deux fois par an. Simulez différents scénarios :

- Évacuation en cas d'incendie (tout le monde devrait pouvoir sortir de la maison en moins de 2 minutes)
- Mise à l'abri en cas de conditions météorologiques violentes (tout le monde devrait connaître la pièce intérieure la plus sûre)
- Test du plan de communication (appelez réellement le contact hors de l'État et pratiquez le protocole)

Incluez tous les membres du ménage dans les exercices. Les enfants devraient comprendre le plan de manière adaptée à leur âge et être préparés à agir de façon autonome s'ils sont séparés des adultes.

Partie 3 : Rester informé pendant les urgences

Quand une catastrophe survient, l'information sauve des vies. Cependant, toutes les informations ne sont pas fiables, et les rumeurs peuvent se propager rapidement dans les situations chaotiques.

Sources d'information officielles :

- Agence locale de gestion des urgences (inscrivez-vous aux alertes à l'avance)
- Service national de météorologie et radio météo NOAA
- Bulletins d'information locaux et sites Web officiels
- Comptes officiels sur les médias sociaux (vérifiez que vous suivez les comptes légitimes des agences)
- Diffusions du Système d'alerte d'urgence à la radio et à la télévision

Pendant les urgences, surveillez ces sources en continu. Les conditions peuvent changer rapidement et de nouvelles menaces peuvent émerger. Gardez votre radio à piles ou à manivelle à portée de main — ne présumez pas que les réseaux Internet et cellulaires resteront opérationnels.

Participation aux réunions communautaires : De nombreuses juridictions organisent des foires annuelles de préparation aux urgences et des réunions communautaires. Ces événements offrent l'occasion de :

- Rencontrer le personnel de gestion des urgences et les premiers intervenants
- Poser des questions sur les risques locaux spécifiques et les plans d'intervention

- Obtenir du matériel gratuit de préparation aux urgences
- Participer à des démonstrations pratiques

La participation à ces événements démontre l'engagement civique et vous assure d'avoir les informations les plus récentes sur les protocoles d'urgence locaux. Amenez les membres de votre ménage pour que tout le monde entende l'information de première main plutôt que par l'intermédiaire de quelqu'un d'autre.

Partie 4 : Considérations spéciales

Certaines situations nécessitent une planification supplémentaire au-delà de la préparation de base.

Ménages avec nourrissons ou jeunes enfants :

- Maintenez des provisions supplémentaires de couches, de préparation pour nourrissons et de nourriture pour bébés
- Incluez des articles réconfortants pour gérer le stress pendant les urgences
- Préparez-vous à expliquer les situations en termes adaptés à l'âge
- Assurez-vous que les enfants peuvent communiquer des informations de base (nom, adresse, coordonnées des parents) s'ils sont séparés

Préparation pour les animaux de compagnie :

- Constituez une trousse d'urgence pour animaux (nourriture, eau, médicaments, dossiers vétérinaires)
- Recherchez à l'avance les refuges d'évacuation acceptant les animaux (plusieurs refuges généraux ne peuvent pas accueillir d'animaux)
- Assurez-vous que vos animaux portent des médailles d'identification et sont microchipés
- Gardez les dossiers de vaccination de vos animaux à jour et dans votre trousse d'urgence

Préparation financière : Les urgences peuvent perturber les systèmes bancaires et les réseaux de guichets automatiques. Maintenez des réserves d'argent comptant d'urgence en petites coupures. Gardez des photocopies de vos cartes de crédit et de vos documents financiers importants dans votre trousse d'urgence.

Partie 5 : Résilience communautaire

Les communautés préparées se rétablissent plus rapidement après les catastrophes. Votre préparation personnelle contribue à la résilience globale de la communauté en s'assurant que vous n'aurez pas besoin de ressources d'urgence qui pourraient être dirigées vers des résidents plus vulnérables.

Implication :

- Participez à la formation locale de l'Équipe communautaire d'intervention d'urgence (CERT)
- Participez à des groupes de préparation de quartier



- Faites du bénévolat auprès de la gestion locale des urgences en dehors des périodes d'urgence
- Partagez les informations de préparation avec vos voisins et collègues

La formation CERT offre une expérience pratique en compétences d'intervention en cas de catastrophe, incluant les soins médicaux de base, la recherche et le sauvetage légers, la sécurité incendie et la psychologie des sinistres. Le programme se déroule sur 20 heures réparties sur plusieurs semaines, enseignant aux citoyens ordinaires comment assister les intervenants professionnels lors d'urgences à grande échelle.

Vérification auprès des voisins : Pendant et après les urgences, vérifiez l'état des voisins âgés et de ceux qui vivent seuls. Votre vérification rapide pourrait faire une différence vitale. Cependant, ne vous mettez jamais en danger — si les situations semblent dépasser vos capacités, contactez immédiatement les services d'urgence.

Conclusion : Passer à l'action dès aujourd'hui

La préparation aux urgences n'est pas compliquée, mais elle nécessite de l'engagement. Réservez du temps cette fin de semaine pour commencer à constituer votre trousse d'urgence. D'ici un mois, ayez votre plan d'urgence familial complet documenté et pratiqué.

N'attendez pas les avertissements pour commencer à vous préparer. Au moment où une urgence est imminente, les magasins seront bondés, les provisions seront épuisées, et vous prendrez des décisions sous stress plutôt que par une planification réfléchie.

Rappelez-vous : Les intervenants d'urgence prioriseront les situations mettant la vie en danger. Votre préparation signifie que vous pouvez traverser la crise initiale de manière autonome, permettant aux premiers intervenants de se concentrer sur ceux qui en ont le plus besoin. Chaque ménage préparé rend la communauté entière plus résiliente.

Pour plus d'informations, assistez à l'un de nos ateliers régionaux de préparation tenus trimestriellement dans des endroits à travers l'État. Visitez notre site Web pour les horaires et pour vous inscrire à ces sessions d'information.

Votre sécurité est votre responsabilité. Soyez prêts.



Analyse

Signal 1 : « ...perturber la vie normale pendant des jours, voire des semaines. »

Risque : Faible

Catégorie : Ton / Présomptions

Pourquoi cela peut être problématique : L'utilisation du mot « normale » sous-entend un mode de vie standard, ce qui peut involontairement exclure l'expérience vécue des personnes en situation de handicap dont les routines peuvent différer.

Alternatives :

1. « ...perturber les routines quotidiennes et les services essentiels... »
2. « Les catastrophes naturelles peuvent affecter considérablement notre vie quotidienne et l'accès aux ressources communautaires pendant des jours, voire des semaines. »

Signal 2 : « La différence entre ceux qui traversent les urgences avec succès et ceux qui peinent se résume souvent à un seul facteur : la préparation. »

Risque : Moyen

Catégorie : Cadrage / Présomptions

Pourquoi cela peut être problématique : Ce cadrage place l'entière responsabilité de la survie sur la préparation individuelle, passant potentiellement sous silence les obstacles systémiques (comme les refuges inaccessibles ou les équipements médicaux dépendant de l'électricité) qui contribuent à la raison pour laquelle certaines personnes « peinent » plus que d'autres.

Alternatives :

1. « La préparation est un facteur déterminant pour traverser les urgences avec succès. »
2. « Bien que les systèmes communautaires jouent un rôle vital, la préparation individuelle est un élément clé d'une intervention d'urgence réussie. »

Signal 3 : « Cela signifie être autosuffisant pendant que les intervenants d'urgence se concentrent sur les situations mettant la vie en danger... »

Risque : Moyen

Catégorie : Cadrage / Présomptions

Pourquoi cela peut être problématique : L'accent mis sur la totale « autosuffisance » peut être exclu pour les personnes qui dépendent de proches aidants, d'équipements médicaux

spécialisés ou du soutien communautaire, présentant leurs besoins comme un fardeau pour les intervenants d'urgence.

Alternatives :

1. « ...être préparé à gérer de manière autonome ou avec votre réseau de soutien établi... »
2. « Cela signifie avoir les fournitures et les plans de soutien en place pour sustenter votre ménage pendant que les intervenants d'urgence priorisent les infrastructures essentielles et les efforts de sauvetage. »

Signal 4 : « Choisissez des endroits où tout le monde peut se rendre à pied si nécessaire. »

Risque : Élevé

Catégorie : Présomptions / Capacitisme

Pourquoi cela peut être problématique : Cela présume que la marche est le mode universel ou par défaut de déplacement d'urgence, ce qui exclut directement les utilisateurs de fauteuils roulants, les personnes ayant des déficiences de mobilité ou celles souffrant de douleur chronique.

Alternatives :

1. « Choisissez des endroits accessibles à tous les membres de votre ménage. »
2. « Sélectionnez des points de rencontre que tous les membres de la famille peuvent atteindre de manière sécuritaire et autonome, en vous assurant que le trajet est accessible aux personnes utilisant des aides à la mobilité. »

Signal 5 : « Évacuation en cas d'incendie (tout le monde devrait pouvoir sortir de la maison en moins de 2 minutes) »

Risque : Élevé

Catégorie : Présomption d'incompétence / Normes de référence

Pourquoi cela peut être problématique : L'établissement d'une exigence physique rigide basée sur le temps ne tient pas compte des personnes ayant des handicaps moteurs, sensoriels ou cognitifs qui peuvent avoir besoin de plus de temps ou d'une assistance spécifique pour évacuer.

Alternatives :

1. « Pratiquez votre plan d'évacuation pour vous assurer que tout le monde peut sortir en toute sécurité et efficacement. »
2. « Élaborez et pratiquez une stratégie d'évacuation personnalisée; pour les personnes ayant des défis de mobilité, cela peut inclure des points d'évacuation par étapes ou l'utilisation d'équipement spécialisé pour assurer une sortie en temps opportun. »

Signal 6 : « La participation à ces événements démontre l'engagement civique... »

Risque : Faible

Catégorie : Ton / Présomptions

Pourquoi cela peut être problématique : Cette formulation peut involontairement faire honte aux personnes qui ne peuvent pas assister aux réunions en personne en raison d'une maladie chronique, de handicaps sensoriels ou du manque de transport accessible, en remettant en question leur « engagement civique ».

Alternatives :

1. « Assister à ces événements est une excellente façon de rester informé... »
2. « La participation à ces événements communautaires contribue à vous assurer d'avoir les informations les plus récentes sur les protocoles locaux. »

Signal 7 : « Amenez les membres de votre ménage pour que tout le monde entende l'information de première main plutôt que par l'intermédiaire de quelqu'un d'autre. »

Risque : Moyen

Catégorie : Présomptions / Autre

Pourquoi cela peut être problématique : L'expression « entende l'information de première main » présume que le traitement auditif est le mode principal de réception de l'information, ce qui peut être excluant pour les personnes sourdes, malentendantes ou ayant des sensibilités de traitement sensoriel.

Alternatives :

1. « pour que tout le monde reçoive l'information directement »
2. « Encouragez tous les membres du ménage à y assister afin qu'ils puissent accéder à l'information directement et poser des questions dans le format qui leur convient le mieux. »

Signal 8 : « Partie 4 : Considérations spéciales »

Risque : Élevé

Catégorie : Terminologie / Infantilisation

Pourquoi cela peut être problématique : Le terme « spéciales » est souvent perçu comme condescendant et suggère que les besoins de certains groupes sont « en surplus » ou en dehors de la norme, plutôt qu'une partie intégrante de la planification inclusive.

Alternatives :

1. « Partie 4 : Besoins de planification spécifiques »

- « Partie 4 : Planification inclusive pour des besoins diversifiés »

Signal 9 : « ...s'assurant que vous n'aurez pas besoin de ressources d'urgence qui pourraient être dirigées vers des résidents plus vulnérables. »

Risque : Élevé

Catégorie : Cadrage déficitaire / Altérisation

Pourquoi cela peut être problématique : Cela présente les personnes en situation de handicap (souvent catégorisées comme « vulnérables ») comme un poids sur les ressources limitées, les positionnant implicitement comme un fardeau pour l'État plutôt que comme des citoyens ayant droit à une protection équitable.

Alternatives :

- « ...permettant aux ressources d'urgence d'être priorisées pour ceux ayant les besoins les plus urgents. »
- « En préparant votre ménage, vous contribuez à une réponse communautaire plus forte, permettant aux ressources locales d'être déployées efficacement dans tous les quartiers et centres de services spécialisés. »

Signal 10 : « ...enseignant aux citoyens ordinaires comment assister les intervenants professionnels... »

Risque : Faible

Catégorie : Ton / Présomptions

Pourquoi cela peut être problématique : Le terme « ordinaires » peut impliquer que les personnes ayant des handicaps ou des besoins spécifiques sont « extraordinaires » ou « autres », créant une division subtile dans l'appartenance communautaire.

Alternatives :

- « ...enseignant aux membres de la communauté... »
- « Le programme habilite les résidents avec les compétences nécessaires pour assister les intervenants professionnels et soutenir leurs voisins lors d'urgences à grande échelle. »

Signal 11 : « Vérification auprès des voisins : Pendant et après les urgences, vérifiez l'état des voisins âgés et de ceux qui vivent seuls. »

Risque : Moyen

Catégorie : Terminologie / Effacement

Pourquoi cela peut être problématique : Le terme « âgés » est un terme altérisant qui peut promouvoir les stéréotypes âgistes, et se concentrer uniquement sur l'âge ou l'isolement passe

sous silence les personnes plus jeunes en situation de handicap qui bénéficient également des vérifications communautaires.

Alternatives :

1. « vérifiez l'état des voisins qui pourraient avoir besoin d'aide supplémentaire. »
2. « Pendant et après les urgences, prenez un moment pour vérifier l'état des personnes âgées de votre quartier et de celles qui pourraient avoir des besoins fonctionnels ou d'accessibilité spécifiques. »

Signal 12 : « Votre préparation signifie que vous pouvez traverser la crise initiale de manière autonome, permettant aux premiers intervenants de se concentrer sur ceux qui en ont le plus besoin. »

Risque : Moyen

Catégorie : Cadrage / Présomptions

Pourquoi cela peut être problématique : Ce cadrage crée une dichotomie entre les citoyens « autonomes » et ceux « dans le besoin », ce qui peut renforcer un modèle déficitaire du handicap et faire sentir aux personnes nécessitant de l'aide qu'elles sont un fardeau pour les ressources d'urgence.

Alternatives :

1. « traverser la crise initiale avec vos propres provisions »
2. « En préparant votre ménage, vous contribuez à la résilience communautaire, ce qui aide à s'assurer que les ressources d'urgence sont disponibles pour les infrastructures essentielles et les interventions de sauvetage. »

Signal 13 : « Votre sécurité est votre responsabilité. Soyez prêts. »

Risque : Moyen

Catégorie : Cadrage / Autre

Pourquoi cela peut être problématique : Une emphase excessive sur la responsabilité individuelle peut masquer les obstacles systémiques et environnementaux (comme les refuges inaccessibles ou le manque de transport adapté) qui empêchent de nombreuses personnes handicapées d'être « prêtes » malgré leurs meilleurs efforts.

Alternatives :

1. « La préparation est un objectif partagé. Soyez prêts. »
2. « La sécurité est un effort à l'échelle de la communauté. En prenant ces mesures, vous jouez un rôle vital dans la réponse collective et la résilience de notre État face aux urgences. »

Signal 14 : « résidents », « membres du ménage »

Risque : Faible

Catégorie : Terminologie

Pourquoi cela peut être problématique : Le document utilise systématiquement un langage centré sur la personne. Bien que cela soit conforme à de nombreux guides de style, il est important de se rappeler que certaines personnes peuvent préférer un langage centré sur l'identité (p. ex., « personne handicapée » vs « personne en situation de handicap »).

Alternatives :

1. Maintenir le langage centré sur la personne comme choix par défaut, tout en étant conscient des normes concurrentes.
2. Utiliser un mélange de langage centré sur la personne et centré sur l'identité selon la communauté spécifique visée.

Contenu débiaisé

Campagne d'information publique sur la préparation aux urgences de l'État (*environ 1 400 mots*)

AGENCE DE GESTION DES URGENCES DE L'ÉTAT « SOYEZ PRÊTS » — Guide de préparation personnelle aux urgences — Protégez-vous et protégez votre famille lors des situations d'urgence

Introduction : Pourquoi la préparation est importante

Les catastrophes naturelles et les situations d'urgence peuvent survenir sans avertissement. Des ouragans et des inondations aux tempêtes hivernales et aux pannes d'électricité, notre État fait face à diverses menaces susceptibles de perturber les routines quotidiennes et les services essentiels pendant des jours, voire des semaines. Bien que les systèmes communautaires jouent un rôle vital, la préparation individuelle est un élément clé d'une intervention d'urgence réussie.

Ce guide fournit les informations essentielles dont chaque résident a besoin pour réagir efficacement en cas de catastrophe. Prendre le temps de se préparer maintenant signifie que vous serez prêt à agir de manière décisive quand chaque seconde compte.

Partie 1 : Constituer votre trousse d'urgence

Chaque ménage devrait maintenir une trousse d'urgence capable de soutenir tous ses membres pendant au moins 72 heures sans aide extérieure. Cela signifie avoir les fournitures et les plans de soutien en place pour sustenter votre ménage pendant que les intervenants d'urgence priorisent les infrastructures essentielles et les efforts de sauvetage.

Fournitures essentielles :

- Eau : Un gallon par personne par jour (provision minimale de 3 jours)
- Nourriture non périssable ne nécessitant ni réfrigération ni cuisson
- Ouvre-boîte manuel
- Radio à piles ou à manivelle (radio météo NOAA recommandée)
- Lampes de poche avec piles supplémentaires
- Trousse de premiers soins complète
- Médicaments sur ordonnance (provision minimale de 7 jours)
- Documents importants dans un contenant étanche (polices d'assurance, pièces d'identité, relevés bancaires)
- Argent comptant en petites coupures
- Téléphone cellulaire avec options de recharge de secours

Articles supplémentaires recommandés :

- Articles d'hygiène et de salubrité personnelle
- Feuilles de plastique et ruban adhésif pour les situations de confinement sur place



- Outils, dont une clé pour couper les services publics
- Eau de Javel pour la purification de l'eau
- Fournitures pour animaux de compagnie, le cas échéant
- Articles de divertissement pour gérer le stress lors d'urgences prolongées

Entretien de la trousse : Vérifiez votre trousse d'urgence deux fois par an (nous recommandons les changements d'heure comme aide-mémoire). Vérifiez les dates de péremption des aliments, de l'eau et des médicaments. Testez les piles de tous les appareils et remplacez-les au besoin. Mettez les documents à jour pour refléter les informations actuelles.

Rangez votre trousse dans un endroit facilement accessible que tous les membres du ménage connaissent. Idéalement, les fournitures devraient être portatives — rangées dans un grand contenant à roulettes ou des sacs de sport pouvant être déplacés rapidement si une évacuation devient nécessaire.

Partie 2 : Créer votre plan d'urgence familial

Avoir des fournitures est essentiel, mais il est tout aussi important d'avoir un plan clair que chacun comprend et peut exécuter sous stress.

Stratégie de communication : Les urgences perturbent souvent les réseaux téléphoniques locaux. Désignez une personne-contact à l'extérieur de l'État que tous les membres de la famille pourront appeler pour donner de leurs nouvelles et relayer des messages. Assurez-vous que tout le monde mémorise ces coordonnées — ne comptez pas uniquement sur les contacts du téléphone cellulaire, qui pourraient être inaccessibles si les appareils sont perdus ou endommagés.

Identifiez plusieurs moyens de recevoir les alertes d'urgence :

- Inscrivez-vous aux systèmes de notification d'urgence locaux (généralement par texto et courriel)
- Téléchargez l'application d'urgence de votre État pour des mises à jour en temps réel
- Suivez les nouvelles locales et la radio météo NOAA
- Suivez les comptes officiels sur les médias sociaux

Points de rencontre : Désignez deux lieux de rencontre :

1. Un endroit juste à l'extérieur de votre domicile pour les urgences soudaines comme un incendie
2. Un endroit à l'extérieur de votre quartier au cas où vous ne pourriez pas rentrer chez vous

Sélectionnez des points de rencontre que tous les membres de la famille peuvent atteindre de manière sécuritaire et autonome, en vous assurant que le trajet est accessible aux personnes utilisant des aides à la mobilité. Entraînez-vous à vous rendre à ces endroits pour que tous les membres de la famille connaissent le trajet.

Planification de l'évacuation : Connaissez vos itinéraires d'évacuation et ayez des alternatives cartographiées. Lors d'urgences réelles, suivez les itinéraires d'évacuation officiels

— tenter des raccourcis peut vous mener dans des situations dangereuses ou des routes bloquées. Gardez votre véhicule au moins à moitié plein d'essence pendant les saisons où les urgences sont plus probables. Si des ordres d'évacuation sont émis, partez immédiatement plutôt que d'attendre le dernier moment. Les embouteillages lors des évacuations peuvent transformer un trajet d'une heure en une épreuve de six heures.

Si vous n'avez pas de véhicule, identifiez des voisins ou des amis qui pourraient fournir du transport, ou familiarisez-vous à l'avance avec les ressources publiques d'évacuation. N'attendez pas qu'une urgence soit imminente pour résoudre les défis de transport.

Exercices à domicile : Pratiquez votre plan d'urgence au moins deux fois par an. Simulez différents scénarios :

- Évacuation en cas d'incendie (élaborez et pratiquez une stratégie d'évacuation personnalisée; pour les personnes ayant des défis de mobilité, cela peut inclure des points d'évacuation par étapes ou l'utilisation d'équipement spécialisé pour assurer une sortie en temps opportun)
- Mise à l'abri en cas de conditions météorologiques violentes (tout le monde devrait connaître la pièce intérieure la plus sûre)
- Test du plan de communication (appelez réellement le contact hors de l'État et pratiquez le protocole)

Incluez tous les membres du ménage dans les exercices. Les enfants devraient comprendre le plan de manière adaptée à leur âge et être préparés à agir de façon autonome s'ils sont séparés des adultes.

Partie 3 : Rester informé pendant les urgences

Quand une catastrophe survient, l'information sauve des vies. Cependant, toutes les informations ne sont pas fiables, et les rumeurs peuvent se propager rapidement dans les situations chaotiques.

Sources d'information officielles :

- Agence locale de gestion des urgences (inscrivez-vous aux alertes à l'avance)
- Service national de météorologie et radio météo NOAA
- Bulletins d'information locaux et sites Web officiels
- Comptes officiels sur les médias sociaux (vérifiez que vous suivez les comptes légitimes des agences)
- Diffusions du Système d'alerte d'urgence à la radio et à la télévision

Pendant les urgences, surveillez ces sources en continu. Les conditions peuvent changer rapidement et de nouvelles menaces peuvent émerger. Gardez votre radio à piles ou à manivelle à portée de main — ne présumez pas que les réseaux Internet et cellulaires resteront opérationnels.

Participation aux réunions communautaires : De nombreuses juridictions organisent des foires annuelles de préparation aux urgences et des réunions communautaires. Ces événements offrent l'occasion de :

- Rencontrer le personnel de gestion des urgences et les premiers intervenants
- Poser des questions sur les risques locaux spécifiques et les plans d'intervention
- Obtenir du matériel gratuit de préparation aux urgences
- Participer à des démonstrations pratiques

La participation à ces événements communautaires contribue à vous assurer d'avoir les informations les plus récentes sur les protocoles locaux. Encouragez tous les membres du ménage à y assister afin qu'ils puissent accéder à l'information directement et poser des questions dans le format qui leur convient le mieux.

Partie 4 : Planification inclusive pour des besoins diversifiés

Certaines situations nécessitent une planification supplémentaire au-delà de la préparation de base.

Ménages avec nourrissons ou jeunes enfants :

- Maintenez des provisions supplémentaires de couches, de préparation pour nourrissons et de nourriture pour bébés
- Incluez des articles réconfortants pour gérer le stress pendant les urgences
- Préparez-vous à expliquer les situations en termes adaptés à l'âge
- Assurez-vous que les enfants peuvent communiquer des informations de base (nom, adresse, coordonnées des parents) s'ils sont séparés

Préparation pour les animaux de compagnie :

- Constituez une trousse d'urgence pour animaux (nourriture, eau, médicaments, dossiers vétérinaires)
- Recherchez à l'avance les refuges d'évacuation acceptant les animaux (plusieurs refuges généraux ne peuvent pas accueillir d'animaux)
- Assurez-vous que vos animaux portent des médailles d'identification et sont micropucés
- Gardez les dossiers de vaccination de vos animaux à jour et dans votre trousse d'urgence

Préparation financière : Les urgences peuvent perturber les systèmes bancaires et les réseaux de guichets automatiques. Maintenez des réserves d'argent comptant d'urgence en petites coupures. Gardez des photocopies de vos cartes de crédit et de vos documents financiers importants dans votre trousse d'urgence.

Partie 5 : Résilience communautaire

Les communautés préparées se rétablissent plus rapidement après les catastrophes. En préparant votre ménage, vous contribuez à une réponse communautaire plus forte, permettant



aux ressources locales d'être déployées efficacement dans tous les quartiers et centres de services spécialisés.

Implication :

- Participez à la formation locale de l'Équipe communautaire d'intervention d'urgence (CERT)
- Participez à des groupes de préparation de quartier
- Faites du bénévolat auprès de la gestion locale des urgences en dehors des périodes d'urgence
- Partagez les informations de préparation avec vos voisins et collègues

La formation CERT offre une expérience pratique en compétences d'intervention en cas de catastrophe, incluant les soins médicaux de base, la recherche et le sauvetage légers, la sécurité incendie et la psychologie des sinistres. Le programme se déroule sur 20 heures réparties sur plusieurs semaines, habilitant les membres de la communauté avec les compétences nécessaires pour assister les intervenants professionnels et soutenir leurs voisins lors d'urgences à grande échelle.

Vérification auprès des voisins : Pendant et après les urgences, prenez un moment pour vérifier l'état des personnes âgées de votre quartier et de celles qui pourraient avoir des besoins fonctionnels ou d'accessibilité spécifiques. Votre vérification rapide pourrait faire une différence vitale. Cependant, ne vous mettez jamais en danger — si les situations semblent dépasser vos capacités, contactez immédiatement les services d'urgence.

Conclusion : Passer à l'action dès aujourd'hui

La préparation aux urgences n'est pas compliquée, mais elle nécessite de l'engagement. Réservez du temps cette fin de semaine pour commencer à constituer votre trousse d'urgence. D'ici un mois, ayez votre plan d'urgence familial complet documenté et pratiqué.

N'attendez pas les avertissements pour commencer à vous préparer. Au moment où une urgence est imminente, les magasins seront bondés, les provisions seront épuisées, et vous prendrez des décisions sous stress plutôt que par une planification réfléchie.

Rappelez-vous : Les intervenants d'urgence prioriseront les situations mettant la vie en danger. En préparant votre ménage, vous contribuez à la résilience communautaire, ce qui aide à s'assurer que les ressources d'urgence sont disponibles pour les infrastructures essentielles et les interventions de sauvetage. Chaque ménage préparé rend la communauté entière plus résiliente.

Pour plus d'informations, assistez à l'un de nos ateliers régionaux de préparation tenus trimestriellement dans des endroits à travers l'État. Visitez notre site Web pour les horaires et pour vous inscrire à ces sessions d'information.

La sécurité est un effort à l'échelle de la communauté. En prenant ces mesures, vous jouez un rôle vital dans la réponse collective et la résilience de notre État face aux urgences. Soyez prêts.



Justification

Les commentaires de l'analyste en cadrage général, du conseiller du Guide de style du NCDJ, du conseiller du Guide de communication canadien sur le handicap et du conseiller du Guide de langage inclusif de l'APA ont été examinés.

L'approche globale visait à éliminer les normes de référence, le cadrage déficitaire et les présomptions capacitistes tout en maintenant les informations essentielles de sécurité et en encourageant la préparation communautaire.

Changements clés par catégorie

Catégorie	Changement
Capacitisme / Présomptions	Suppression des exigences explicites de marcher (« Choisissez des endroits où tout le monde peut se rendre à pied ») et des exigences physiques rigides basées sur le temps (« sortir de la maison en moins de 2 minutes »), remplacées par des alternatives inclusives mettant en valeur les trajets accessibles et les stratégies d'évacuation personnalisées.
Cadrage déficitaire / Altérisation	Reformulation des sections qui présentaient les personnes nécessitant de l'aide comme un poids sur les ressources (« s'assurant que vous n'aurez pas besoin de ressources d'urgence qui pourraient être dirigées vers des résidents plus vulnérables ») pour se concentrer sur la façon dont la préparation personnelle renforce la résilience communautaire globale.
Terminologie / Infantilisation	Remplacement des termes condescendants comme « Considérations spéciales » par « Planification inclusive pour des besoins diversifiés » et « âgés » par « personnes aînées ».
Ton / Présomptions	Adoucissement du langage autour de « vie normale » et « citoyens ordinaires » pour être plus inclusif des expériences vécues diversifiées et de l'appartenance communautaire.
Présomptions / Autre	Ajustement du langage qui présumait un traitement auditif (« entendez l'information de première main ») pour encourager l'engagement dans les formats qui conviennent le mieux à chaque personne.

Notes

Lorsque les agents étaient en désaccord sur les niveaux de risque (p. ex., « Choisissez des endroits où tout le monde peut se rendre à pied » a été évalué Moyen par l'analyste en cadrage et le conseiller NCDJ, mais Élevé par les conseillers canadien et APA), le niveau de risque le plus élevé (Élevé) a été appliqué pour assurer une inclusivité maximale et la justification est notée dans l'analyse. L'utilisation du langage centré sur la personne dans le document a été

maintenue comme choix par défaut, avec une note reconnaissant les normes concurrentes concernant le langage centré sur l'identité.

