

**Cahier d'activités**  
Pour les jeunes de 12-13 ans

*Pour être en sécurité,*  
**soyons prêts.**

Prévoir  
**L'IMPRÉVISIBLE**

 Croix-Rouge canadienne





Croix-Rouge canadienne

La Société canadienne de la Croix-Rouge, 2011 (révisé), tous droits réservés.

Nous encourageons les enseignants et les éducateurs à reproduire ce document en vue de le distribuer à leurs jeunes en classe. Il est interdit de reproduire la totalité ou une partie de ce document à d'autres fins sans l'autorisation écrite de La Société canadienne de la Croix-Rouge.

La Société canadienne de la Croix-Rouge est enregistrée comme organisme canadien de charité sous le numéro 0017780-11.

© La Société canadienne de la Croix-Rouge, 2011/02  
ISBN 978-1-55104-514-6

**Croix-Rouge canadienne**

170, rue Metcalfe, bureau 300  
Ottawa (Ontario) K2P 2P2  
Téléphone : 613-740-1900  
Télécopieur : 613-740-1911  
Site Internet : [www.croixrouge.ca](http://www.croixrouge.ca)

Dans ce document, l'emploi du masculin ne comporte aucune discrimination de sexe et contribue uniquement à alléger le texte.

This program is also available in English.

---

# Pour être en sécurité, soyons prêts.

La Croix-Rouge canadienne joue un rôle essentiel lors de situations d'urgence. Elle fournit de nombreux services aux personnes sinistrées afin de combler une partie de leurs besoins essentiels en alimentation, en habillement et en hébergement. Elle offre également des services personnels de réconfort et de premiers soins. Lors d'évacuations, elle est souvent responsable du service d'inscription et de renseignement auprès des personnes évacuées.

Pour te préparer à agir de façon sécuritaire en cas d'urgence, la Croix-Rouge t'invite à réaliser les activités de ce cahier avec ton éducateur.

N'oublie pas que les activités identifiées par le symbole suivant  peuvent aussi être réalisées en famille. Elles se trouvent dans un cahier spécial à l'intention des parents disponible sur le site Internet de la Croix-Rouge à l'adresse suivante : [www.croixrouge.ca/prevoirlimprevisible](http://www.croixrouge.ca/prevoirlimprevisible). N'hésite pas à t'y rendre avec ta famille!

Bon travail !

Ce cahier d'activités appartient à :

---

Prévoir  
**L'IMPRÉVISIBLE**

 Croix-Rouge canadienne





# **+** Les 7 principes de la Croix-Rouge

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à te familiariser avec les sept Principes fondamentaux de la Croix-Rouge.

L'action humanitaire doit intervenir dans le respect des victimes, en préservant leur dignité. L'application des sept Principes de la Croix-Rouge rencontre cet objectif.

## **Mise en situation 1**

**1.** Tu marches dans la rue et, au tournant de celle-ci, tu te rends compte qu'un accident vient de se produire. Une voiture a heurté un piéton. Trois personnes semblent affectées par l'accident :

- Une jeune femme élégante est sur le trottoir, en pleurs, un bébé dans les bras qui crie et s'agite. Elle s'exprime dans une langue étrangère.
- Un homme âgé est très en colère. Il a une plaie qui saigne au niveau d'un bras.
- Un jeune vagabond est allongé sur le dos, inconscient.

Sur quel principe un secouriste de la Croix-Rouge appuierait-il son action afin de faire un tri judicieux des besoins?

---



---



---



---



---

## **Mise en situation 2**

**2.** L'association étudiante de lutte pour les droits humains de ton école organise une manifestation dans les rues de ta localité pour dénoncer les agissements du gouvernement israélien contre les Palestiniens. Tu rassembles le plus grand nombre possible de jeunes et vous vous joignez à la foule avec des drapeaux de la Croix-Rouge.

Quel principe de la Croix-Rouge n'avez-vous pas respecté?

---



---



---



---



---



# Pour mieux connaître les catastrophes naturelles

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à te familiariser avec les catastrophes naturelles susceptibles de se produire dans ton milieu et dans le monde.

## Information générale

Il existe deux types de catastrophes : les catastrophes d'origine naturelle et celles dont l'être humain peut être l'agent involontaire.

Il existe deux types de catastrophes naturelles :

- Les catastrophes météorologiques ou climatiques : tempêtes (pluie verglaçante, orage, ouragan, tornade), vagues de froid ou de chaleur extrême, sécheresse, inondation.
- Les catastrophes géologiques : tremblement de terre, glissement de terrain, tsunami.

Les catastrophes dont l'être humain peut être l'agent involontaire désignent des calamités ayant des causes autres que naturelles. Elles peuvent être de plusieurs types :

- Les catastrophes biologiques : épidémie, infestation.
- Les catastrophes technologiques : incendie, explosion, accidents industriels, de transport (aérien, terrestre, maritime), pollution, effondrement d'ouvrages de génie civil, etc.
- Conflits : terrorisme, guerre civile.

## Les catastrophes naturelles

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), une catastrophe naturelle est « un phénomène spontané d'une ampleur telle qu'il crée une situation désastreuse en interrompant brutalement le cours de l'existence quotidienne; réduite à l'impuissance et plongée dans la détresse, la population peut se retrouver sans vivres, sans vêtements et sans abri, dénuée du nécessaire et de soins médicaux et infirmiers, et sans défense contre les facteurs et conditions adverses de l'environnement. »

## Les tremblements de terre

### Définition

Les tremblements de terre ou séismes sont des mouvements brusques de l'écorce terrestre. Généralement, ces secousses se produisent soudainement et laissent peu de temps pour réagir. Par contre, les tremblements de terre d'importance sont souvent précédés de secousses de plus faible intensité.

### Quelques statistiques

Au vingtième siècle seulement, plus d'un million d'êtres humains sont décédés à cause de tremblements de terre. Au Canada, cette catastrophe naturelle n'est pas considérée comme une menace importante sauf dans la région de Vancouver.

Par contre, chaque année, plus d'une douzaine de tremblements de terre sont ressentis au Canada. Près de 1 500 autres moins violents sont enregistrés par les instruments de la Commission géologique du Canada.

Au Canada, un seul tremblement de terre a causé des décès : celui de l'océan Atlantique au sud de Terre-Neuve en 1929. Ce séisme a provoqué un énorme raz-de-marée emportant 27 personnes. Heureusement, aucun séisme de forte magnitude n'a affecté de régions peuplées, ce qui réduit grandement le nombre de victimes et les dommages matériels.

### Le Canada et les tremblements de terre

Le Canada n'est pas à l'abri des tremblements de terre. Trois régions sont particulièrement sensibles à ce type de catastrophe naturelle :

1. L'Ouest canadien, c'est-à-dire la Colombie-Britannique et le Yukon. La structure de l'écorce terrestre est plus fragile dans l'océan Pacifique.
2. Le sud-est du Canada, soit les côtes de l'Atlantique, les vallées du Saint-Laurent et de l'Outaouais. À ces endroits, l'écorce terrestre peut être plus fragile ou se déplacer de quelques centimètres par année, créer des résistances et occasionner des séismes.
3. Le nord du Canada en raison de son soulèvement depuis la dernière glaciation, ce qui entraîne nécessairement des tremblements de terre.

### La force des tremblements de terre

#### Qu'est-ce que l'échelle de Richter?

Les sismologues utilisent l'échelle de Richter pour déterminer l'énergie libérée par un tremblement de terre.

Chaque tremblement de terre a une magnitude qui lui est propre, mais les conséquences varient selon la distance de l'épicentre, les types de sol et de construction. Les tremblements de terre de 9,0 et plus sont exceptionnels. Il y en a environ deux par siècle. Le séisme le plus fort jamais enregistré s'est produit au Chili le 22 mai 1960. Il atteignait 9,5 sur l'échelle de Richter.

### Gravité des tremblements de terre

Échelle de Richter	Conséquences des tremblements de terre
Moins de 3,5	Secousses enregistrées, mais généralement non ressenties.
3,5 à 5,4	Secousses souvent ressenties, mais dommages peu importants.
5,5 à 6	Dommages légers aux immeubles.
6,1 à 6,9	Possibilité de destruction des bâtiments.
7 à 7,9	Tremblement de terre important et dommages graves.
8 à 8,9	Tremblement de terre important et destruction totale des localités.
9 et plus	Dommages catastrophiques

Source : Protection civile Canada et *Canadian Geographic*. (1996). **L'Atlas national du Canada : Les catastrophes naturelles**. Protection civile Canada et *Canadian Geographic*. (Carte thématique)



## Les tornades

### Définition

Les tornades sont des tourbillons de vent en forme d'entonnoir pointant vers le sol. Ce type de phénomène peut aller jusqu'à déraciner des arbres, renverser des voitures et arracher des toitures.

### Quelques statistiques

Trois tornades majeures sont survenues au Canada. Celle de Régina en 1912 a fait 28 décès, 200 personnes blessées, 2 500 personnes sans abri et détruit 500 bâtiments. Celle d'Edmonton en 1987 a fait 27 décès, 600 personnes blessées, 1 700 sans-abri et entraîné des dommages évalués à 300 millions de dollars. Celle de Pine Lake (Alberta), en 2000, a fait 12 décès et 140 blessés. Quatre cents personnes ont été évacuées et 1 200 ont été affectées par le passage de la tornade.

### Le Canada et les tornades

Les tornades se déplacent habituellement vers l'est ou le nord-est. Les régions canadiennes les plus touchées sont les Provinces des Prairies, le sud-est de l'Ontario et quelquefois le sud du Québec.

Les tornades peuvent survenir en tout temps de l'année, particulièrement entre avril et septembre. Les journées chaudes et humides de l'été sont plus propices aux tornades, surtout en fin de journée.

### Force des tornades

#### Qu'est-ce que l'échelle Fujita?

C'est l'échelle qui permet de mesurer l'intensité d'une tornade. On utilise les termes de graduation F-0 à F-5 pour caractériser la force de la catastrophe. Le Canada n'a jamais connu de tornades dont l'intensité était de F-5.

Les tornades survenues au Canada se répartissent comme suit :

- 45 % sont d'intensité F-0
- 29 % sont d'intensité F-1
- 21 % sont d'intensité F-2
- 4 % sont d'intensité F-3
- 1 % sont d'intensité F-4

Intensité	F-0	F-1	F-2	F-3	F-4	F-5
Vitesse du vent <sup>64</sup> (km/h)	117 à 116	181 à 180	254 à 253	332 à 331	419 à 418	à 512
Dommages	légers	modérés	considérables	graves	catastrophiques	inimaginables



Source : Protection civile Canada et *Canadian Geographic*. (1996). **L'Atlas national du Canada : Les catastrophes naturelles.** Protection civile Canada et *Canadian Geographic*. (Carte thématique)



## Les ouragans

### Définition

Les ouragans sont d'énormes tempêtes tropicales qui peuvent causer de très grands dommages. On les appelle aussi « cyclones tropicaux » ou « typhons ». Ils naissent dans les océans, généralement près de l'équateur. Ils sont accompagnés par des vents très forts et beaucoup de pluie.

### Quelques statistiques

Au Canada, seulement trois ouragans de catégorie 3 ont touché terre depuis 110 ans. L'ouragan le plus meurtrier de toute l'histoire canadienne s'est produit en septembre 1775. Il a fait 4 000 morts sur la côte de Terre-Neuve.

### Le Canada et les ouragans

En Amérique du Nord, la saison des ouragans s'étend du mois de juin au mois de novembre. Les provinces atlantiques du Canada sont les plus souvent touchées.

Fort heureusement, la majorité des ouragans qui approchent du Canada sont en train de mourir. Les eaux froides de notre pays leur font perdre beaucoup de puissance.

### La force des ouragans

#### Qu'est-ce que l'échelle de Saffir-Simpson?

C'est l'échelle qui permet aux autorités de la sécurité publique d'évaluer les dégâts que pourrait causer un ouragan. Les ouragans de catégorie 1 ne sont pas très dangereux. Les ouragans de catégorie 5 sont extrêmement dévastateurs.

Catégorie	1	2	3	4	5
Vitesse du vent (km/h)	118 à 153	154 à 177	178 à 210	211 à 249	plus à de 250
Description	faible	modéré	fort	très fort	dévastateur

Source : Environnement Canada, Le centre canadien de prévision d'ouragan, [http://www.ns.ec.gc.ca/weather/hurricane/index\\_f.html](http://www.ns.ec.gc.ca/weather/hurricane/index_f.html).





## Les inondations

### Définition

Les inondations sont des débordements de cours d'eau ou de plans d'eau dus à une montée excessive du niveau de l'eau (crue des eaux). La crue varie selon le climat, les précipitations, la température, le vent, le soleil, l'épaisseur du couvert de neige, la forme et la composition du bassin versant (topographie, géologie, pédologie, végétation) et l'action de l'être humain (urbanisation, pratiques agricoles, coupe du bois).

La crue peut être causée par de fortes précipitations en été. Elle varie alors en amplitude selon l'intensité de la pluie, son étendue et sa durée. Elle est liée aux orages, aux dépressions cycloniques et aux ouragans. Elle peut également être causée par la fonte rapide du couvert de neige au printemps. Enfin, elle peut être causée par des embâcles et des débâcles de glace provoqués par des pluies abondantes et du temps doux au printemps.

### Quelques statistiques

Au Canada, deux inondations ont causé des dommages particulièrement importants, soit :

- Celle du Saguenay en juillet 1996. Entre 150 et 280 millimètres de pluie sont tombés sur la région du Saguenay–Lac-Saint-Jean en 48 heures. Plus de 16 000 personnes ont été évacuées de leur domicile alors que 3 135 maisons ont été détruites ou endommagées. Cette catastrophe aura fait près de 1 milliard de dollars en dommages matériels.
- Celle du sud du Manitoba, au printemps 1997. Cette inondation a été causée par d'importantes précipitations combinées à un dégel tardif et précipité. La rivière Rouge est sortie de son lit pour former un lac de 40 sur 100 kilomètres. Les autorités ont dû évacuer 24 000 personnes. Les dommages ont été estimés à 750 millions de dollars.

## Le Canada et les inondations

Des inondations surviennent partout au Canada, car le pays est constitué de réseaux hydrographiques très ramifiés.

### Mesures de protection

Avec les années, il semble que le phénomène des inondations prenne de l'ampleur. Leur nombre s'accroît et les dégâts prennent des proportions inquiétantes. Cette augmentation des dommages est principalement liée au développement résidentiel et industriel en zones inondables.

En vue de réduire les dommages, on a construit des barrages-réservoirs pour écrêter les crues, des digues pour empêcher l'envahissement des zones d'inondation et des canalisations de dérivation. Depuis le début des années 1980, on privilégie un moyen préventif : la réglementation de l'occupation, c'est-à-dire le zonage des plaines d'inondation. Ce zonage repose sur deux secteurs : celle dite de grands courants et celle dite de faibles courants.

La zone de grands courants s'étend du rivage à la ligne des eaux de crue statistiquement susceptible de se reproduire une fois tous les vingt ans, c'est-à-dire dont la probabilité annuelle est de 5 %. Dans cette zone, toute construction devrait être prohibée. La zone de faibles courants s'étend depuis la limite de la zone de grands courants jusqu'à la limite des eaux de crue susceptible de se reproduire une fois par cent ans, c'est-à-dire dont la probabilité annuelle est de 1 %.

## Les orages électriques

### Définition

L'orage électrique se manifeste par une décharge électrique (foudre) accompagnée d'un éclair et de tonnerre. La foudre peut fracasser des fenêtres, déclencher un incendie, causer une panne d'électricité et provoquer des explosions lorsqu'il y a présence de combustibles. Elle peut être dangereuse pour l'être humain en causant de graves brûlures et en provoquant l'électrocution.



### Formation

Un orage électrique se produit généralement en fin de journée, lorsque le temps est chaud et humide. Les courants d'air qui le forment, créent de l'humidité et séparent les charges électriques les unes des autres. C'est à ce moment que des décharges surviennent pour produire la foudre.

### Force

La foudre est très énergétique. Lorsqu'elle arrive sur un arbre, le courant électrique atteint l'eau du bois et la transforme en vapeur provoquant l'éclatement de l'arbre.

La décharge électrique peut atteindre une force de 100 millions de volts et une température de 30 000°C.

### Mesure de la distance de l'orage

Il faut toujours se rappeler que la lumière voyage environ un million de fois plus rapidement que le son. C'est pourquoi pendant un orage électrique, on voit l'éclair avant d'entendre le tonnerre.

Il est possible de calculer la distance nous séparant de l'orage. Il suffit de compter le nombre de secondes entre le moment où on voit l'éclair et où on entend le bruit du tonnerre. En divisant ce nombre par 3, on obtient la distance en kilomètres.

- 
1. Choisis une catastrophe naturelle parmi le tremblement de terre, la tornade, l'ouragan et l'inondation, puis réponds aux questions suivantes :

Catastrophe naturelle choisie : \_\_\_\_\_

- a) Définis en tes mots la catastrophe naturelle que tu as choisie et résume les informations caractéristiques de cette catastrophe.
- b) Indique les endroits, les saisons ou les moments de la journée les plus propices à ce type de catastrophe.
- c) Explique les causes possibles de ce type de catastrophe.
- d) Décris la situation d'urgence la plus importante engendrée par ce type de catastrophe.
- e) S'il y a lieu, précise l'unité de mesure ou l'instrument qui détermine l'intensité de la catastrophe que tu as choisie.

2. Décris en 15 lignes ce qu'est l'orage électrique en utilisant l'information que présente le texte.





# Qu'est-ce qu'un tremblement de terre?

## Démarche à suivre :

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à comprendre le phénomène du tremblement de terre.

La structure de la Terre peut être comparée à celle d'un oeuf. La coquille de l'oeuf correspond à la lithosphère ou croûte terrestre. L'épaisseur de la coquille correspond à la profondeur de la lithosphère. La membrane de l'oeuf correspond à l'asthénosphère. Le blanc de l'oeuf correspond au revers de la croûte, soit le manteau. Enfin, le jaune de l'oeuf ressemble au coeur de la Terre.

### Matériel nécessaire :

- Un compte-gouttes
- Un petit verre d'eau
- Un couteau
- Un oeuf cuit dur
- Un plat pour y déposer les morceaux d'oeuf

**1.** Coupe l'oeuf en deux avec le couteau. Examine les couches. Quelles parties de la Terre sont représentées par la coquille, le blanc et le jaune?

---



---

**2.** Observe la fine membrane entre la coquille et le blanc de l'oeuf. Quelle partie de la Terre correspond à cette membrane?

---



---

**3.** Frappe doucement la moitié de l'oeuf sur la surface de ton pupitre. La coquille va se briser en petits morceaux. Imagine que ces morceaux représentent les plaques tectoniques terrestres.

**4.** Soulève doucement deux gros morceaux attachés ensemble et utilise un compte-gouttes pour ajouter de l'eau entre chacun d'eux.

**5.** Maintenant, replace les morceaux sur l'oeuf. Glisse ces deux morceaux ou « plaques » les uns contre les autres. Les plaques glissent-elles doucement? Sinon, à quel endroit accrochent-elles?

---



---

**6.** Que se passe-t-il si tu pousses les deux plaques l'une contre l'autre dans un mouvement parallèle?

---



---

**7.** Que se passe-t-il si tu pousses les deux plaques l'une face à l'autre de telle sorte qu'elles se heurtent?

---



---





# Qu'est-ce qu'une tornade?

## Démarche à suivre :

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à approfondir ta compréhension du phénomène de la tornade.

### Matériel nécessaire :

- Deux bouteilles transparentes et vides de 2 litres de boisson gazeuse avec les bouchons
- Un marteau et des clous de 5 et 7 centimètres
- Des ciseaux
- Un ballon gonflable (baudruche)
- Du colorant alimentaire
- Deux litres d'eau

1. Fais un trou dans chaque bouchon avec un clou et le marteau.
2. Agrandis les trous jusqu'à ce qu'ils aient 5 millimètres de diamètre.
3. Coupe le ballon gonflable en ne conservant que 2 centimètres à partir du bout plus étroit.
4. Remplis une des deux bouteilles de boisson gazeuse aux deux tiers avec de l'eau. Ajoute quelques gouttes de colorant alimentaire dans l'eau et brasse-la pour que la couleur se mélange bien. Laisse la deuxième bouteille vide.
5. Visse le bouchon sur chaque bouteille.
6. Ajuste une extrémité du ballon sur le goulot de la bouteille contenant l'eau colorée.
7. Renverse la bouteille vide par-dessus la bouteille remplie d'eau et place les bouchons vis-à-vis.
8. Ajuste l'autre extrémité du ballon sur le goulot de la bouteille vide renversée.
9. Renverse les bouteilles et agite la bouteille pleine dans un mouvement circulaire.
10. Décris ce que tu observes :

---



---



---

11. Quelle partie de la tornade cette expérience démontre-t-elle?

---

12. Comment peux-tu comparer cette expérience à une vraie tornade?

---



---



---





# Qu'est-ce qu'une inondation?

## Démarche à suivre :

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à comprendre comment se forment les inondations et quels dégâts elles peuvent entraîner.

### Matériel nécessaire :

- Un grand bassin
- Une source d'eau avec un boyau
- Un évier ou un plat pour le drainage
- Briques ou blocs
- Sol de différents types et de différentes porosités
- Maisons, bâtiments et voitures miniatures
- 2 ou 3 vaporisateurs d'eau

**1.** Remplis le bassin de sol. Façonne des collines, des vallées et des lits de rivières. Place les maisons, bâtiments et voitures miniatures dans le paysage pour créer une ville.

Utilise les vaporisateurs et projette de l'eau sur le paysage pour simuler une pluie constante. Qu'arrive-t-il quand l'eau tombe sur le sol?

---



---



---

**2.** Après quelques minutes, augmente l'intensité du jet pour simuler une pluie forte. Qu'arrive-t-il maintenant?

---



---



---

**3.** L'eau s'infiltre-t-elle dans le sol? Pourquoi?

---



---



---

**4.** Les différents types de sol peuvent-ils ralentir ou accélérer le processus d'inondation? Pourquoi?

---



---



---



---





5. Qu'arrive-t-il si le sol atteint son point de saturation?

---

---

---

6. Qu'arrive-t-il aux cours d'eau si le sol a atteint son point de saturation?

---

---

---

7. À quel endroit le surplus d'eau s'écoule-t-il?

---

---

---

8. Quels espaces du paysage que tu as construit deviendraient les « plaines inondables »? Pourquoi?

---

---

---

9. Quels espaces accumulent le surplus d'eau?

---

---

---



10. Quelle serait la place la plus sécuritaire pour construire? Pourquoi?

---

---

---



# Qu'est-ce qu'un éclair?

## Démarche à suivre :

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à approfondir ta compréhension du phénomène de l'éclair lors d'un orage électrique.

### Matériel nécessaire :

- Une assiette de styromousse
- Une assiette en aluminium
- Un verre de styromousse
- Du papier collant
- Un tissu de laine

1. Colle le verre de styromousse à l'envers, au centre de l'assiette d'aluminium.
2. Tourne l'assiette de styromousse à l'envers et frotte-la avec un tissu de laine pendant quelques minutes.
3. Place l'assiette d'aluminium directement sur le dessus de l'assiette de styromousse chargée, avec le verre qui dépasse comme une poignée.
4. Touche rapidement l'assiette d'aluminium avec ton doigt. Qu'entends-tu? Que sens-tu?

---



---



---



---

5. Retire l'assiette d'aluminium en la tenant par le verre de styromousse. Que vois-tu?

---



---



---



---

6. Quelle est la charge de l'assiette de styromousse une fois qu'elle a attiré les électrons de la laine?

---



---



---



---



---





7. Quel est l'isolant dans cette expérience?

---

---

---

---

8. Qu'arrive-t-il à l'assiette d'aluminium chargée quand tu la touches?

---

---

---

---

9. Quelles charges l'assiette d'aluminium peut-elle porter?

---

---

---

---

10. Qu'est-ce qui cause une étincelle de lumière et de son?

---

---

---

---

11. Qu'as-tu ressenti quand le choc est passé à travers ton doigt?

---

---

---

---



# Les ouragans, les tsunamis et les éruptions volcaniques

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'aidera à comprendre comment se forment les ouragans, les tsunamis et les éruptions volcaniques.

1. Rends-toi sur le site Internet de la Sécurité publique du Québec, section Jeunesse, à l'adresse Internet suivante : [www.msp.gouv.qc.ca/jeunesse](http://www.msp.gouv.qc.ca/jeunesse).

2. Lis les textes sur les ouragans, les tsunamis et les volcans. Analyse ces textes en répondant aux questions suivantes.

a) Décris ce qu'est un ouragan.

---



---

b) Qu'est-ce « l'œil de l'ouragan »?

---



---

c) Où les ouragans se produisent-ils?

---



---

d) Comment nomme-t-on les ouragans?

---



---

e) Quels phénomènes naturels peuvent entraîner la formation d'un tsunami?

---



---

f) Quel est l'autre nom du tsunami?

---



---



g) Décris les vagues du tsunami.

---



---

h) Où se produisent les tsunamis?

---



---

i) Quand un volcan entre en éruption, qu'est-ce qui peut s'en échapper?

---



---

j) Qu'est-ce que le magma?

---



---

k) Qu'est-ce que la lave?

---



---

l) À quoi compare-t-on les volcans et où les trouve-t-on?

---



---

m) Qu'est-ce qu'un volcan actif?

---



---



# Des catastrophes naturelles partout dans le monde

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à prendre conscience du fait que des catastrophes naturelles frappent partout dans le monde.

1. Consulte des sites Internet, des journaux et des revues et trouve des reportages portant sur des catastrophes naturelles survenues dans le monde.
2. Lis le reportage trouvé et analyse-le en répondant aux questions suivantes.
  - a) Quelle catastrophe naturelle as-tu découvert dans le cadre de ta recherche ?

---



---



---

- b) Quelle région a été touchée par cette catastrophe naturelle ?

---



---



---

- c) Donne une brève description de la catastrophe naturelle.

---



---



---



---

- d) Précise l'intensité de la catastrophe.

---



---



---



e) Donne des causes possibles de ce type de catastrophe.

---

---

---

---

---

f) Explique quelles sont les conséquences directes et indirectes de cette catastrophe sur les populations humaines.

---

---

---

---

---

g) Nomme les organisations qui apportent de l'aide humanitaire aux populations affectées par la catastrophe.

---

---

---

---

---





# Les changements climatiques et les catastrophes naturelles

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à comprendre le lien entre les catastrophes naturelles et les changements climatiques.

1. Lis l'article que t'a distribué ton éducateur et réponds aux questions suivantes.

a) Quelle est la hausse de température prévue pour le siècle à venir?

---

---

b) Pourquoi les petites variations de température (moins de 1°C) sont-elles importantes?

---

---

---

---

---

---

---

c) Nommez certaines conséquences des augmentations de température prévues pour l'avenir.

---

---

---

---

---

---

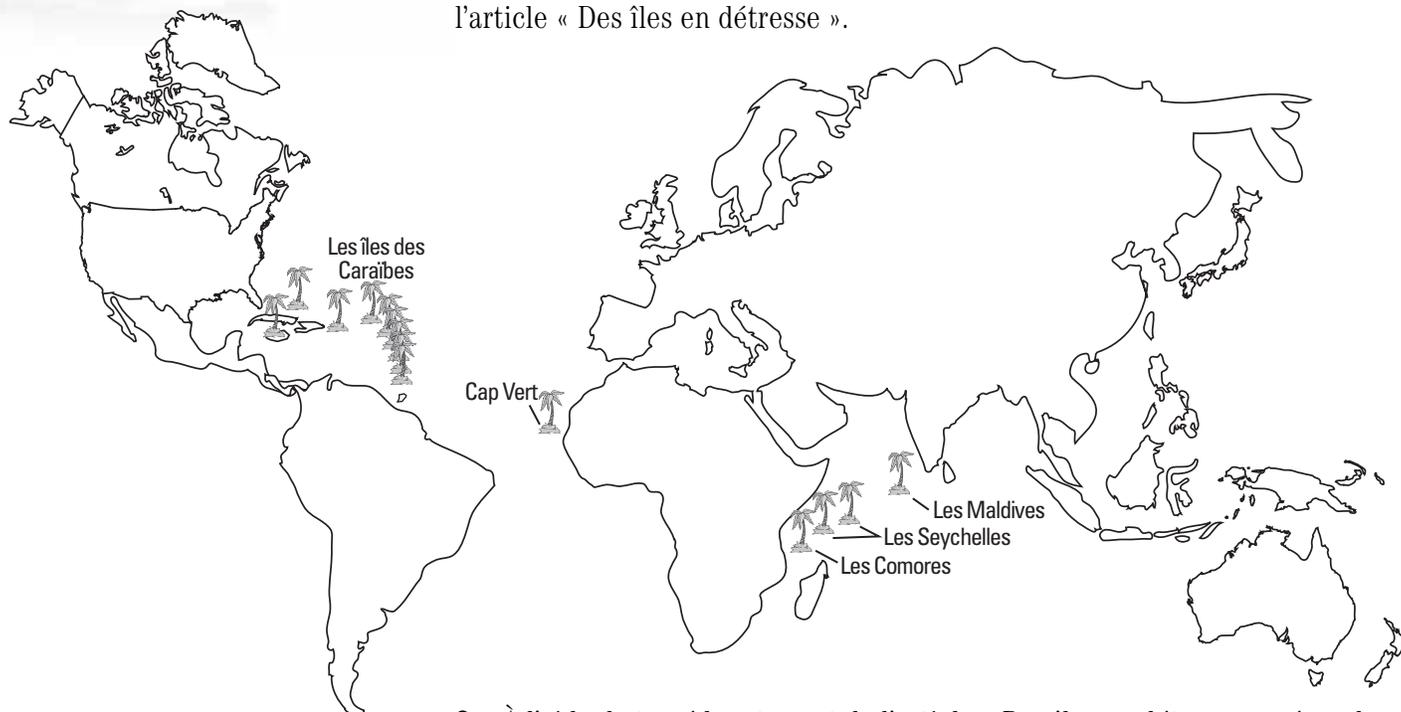
---



# Qu'est-ce qui pourrait arriver dans le monde?

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à expliquer la relation entre les catastrophes naturelles et les changements climatiques dans certaines régions du monde.

1. Observe cette carte du monde. Repère les petits états insulaires cités dans l'article « Des îles en détresse ».



2. À l'aide de ton éducateur et de l'article « Des îles en détresse », réponds aux questions suivantes :

1. À quels phénomènes naturels les petits états insulaires en développement sont-ils exposés?

---



---



---

2. À quels problèmes ces états sont-ils confrontés dans leur vie quotidienne en raison des changements climatiques et des catastrophes naturelles plus fréquentes?

---



---



---

# Que signifie la chaleur pour toi?

1. Réponds aux questions suivantes avec l'aide de ta famille. Prépare-toi à faire part de tes réponses à tes camarades de classe.

a) Te rappelles-tu un moment où tu as eu très chaud?

---



---



---

b) Où étais-tu? Qui était avec toi?

---



---



---

c) Que faisais-tu?

---



---



---

d) Comment te sentais-tu? Comment se sentaient les personnes qui étaient avec toi? Est-ce que l'un d'entre vous s'est senti mal ou malade en raison de la chaleur?

---



---



---

e) Qu'as-tu fait pour te rafraîchir?

---



---



---



---



# Périodes de chaleur accablante au Canada

Dans le cadre de cette activité, vous apprendrez tout d'abord ce qu'on entend par période de chaleur accablante. Vous étudierez également des situations où des périodes de chaleur accablante ont gravement affecté des populations. Finalement, vous apprendrez comment on prévoit la météo.

1. Formez des équipes de quatre (4) élèves.
2. Votre professeur vous distribuera des copies d'un article de journal. Lisez l'article en équipe.
3. Un sujet sera attribué à votre équipe.
4. Cherchez de l'information sur le sujet qui vous a été attribué. Utilisez l'information contenue dans l'article de journal. Naviguez sur Internet pour recueillir plus d'information sur votre sujet ou allez à la bibliothèque pour lire des journaux ou des magazines scientifiques.
5. Organisez l'information que vous avez trouvée sous la forme d'une présentation. Si possible, utilisez les logiciels Word ou PowerPoint. Si ce n'est pas possible, vous pouvez utiliser un carton ou un tableau de papier pour rendre votre présentation attrayante.
6. Répartissez les tâches pour préparer la présentation et présentez vos résultats en groupe.

## Sujets de recherche

- Périodes de chaleur accablante
  - De quoi s'agit-il?
  - Quelles répercussions entraînent-elles sur la vie des Canadiens?
  - Comment fonctionnent les alertes à la chaleur?
  - Pourquoi avons-nous de plus en plus de périodes de chaleur accablante?
- Historique des périodes de chaleur accablante
  - Tracez l'histoire des périodes de chaleur accablante au Canada, et discutez d'une période de chaleur qui s'est produite au Canada, aux États-Unis ou en Europe.
- Prévisions météorologiques
  - Comment prévoit-on la météo?
  - Comment les prévisions météorologiques sont-elles utilisées pour la préparation aux situations d'urgence lors de conditions météorologiques exceptionnelles?

# Qu'est-ce que la chaleur et comment le corps se régule-t-il?

1. Lis le texte qui suit avec tes camarades de classe.
2. Discutez du contenu du texte en répondant aux questions.
3. Utilisez l'information que votre professeur vous a remise (annexe 4).
4. Écrivez les réponses **dans vos propres mots** sur un tableau de papier. **Lorsque vous répondez aux questions, ne copiez pas le texte fourni ci-dessous.**
5. Trouvez **d'autres exemples** pour illustrer le contenu que ceux fournis dans le texte.
6. Servez-vous d'Internet si cela est possible.
7. Préparez-vous à présenter vos réponses à vos camarades de classe.

## Définition de la chaleur

Les mots chaleur et température sont souvent utilisés comme synonymes. Pourtant, la chaleur ne correspond pas seulement à la température. Elle est une combinaison de quatre facteurs :

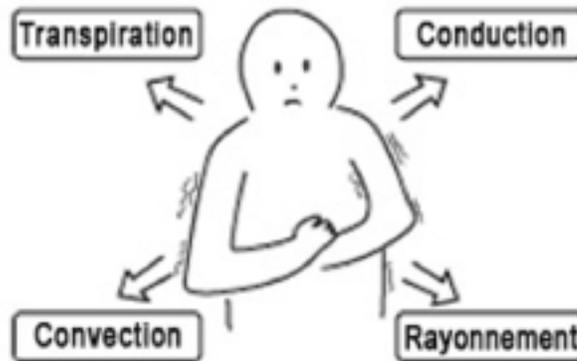
- **Température ambiante** : la mesure de la chaleur ou du froid à l'extérieur, au moyen d'un thermomètre à mercure ou à l'éthanol qui affiche la température en degrés Celsius.
- **Chaleur rayonnante** : la chaleur qui émane directement des rayons solaires infrarouges. Ces rayons peuvent aussi être reflétés par divers types de surfaces sur le sol.
- **Humidité** : la quantité de vapeur d'eau dans l'air.
- **Vent** : la vitesse à laquelle l'air se déplace.



La mesure de ces quatre facteurs combinés est la façon la plus précise d'évaluer les paramètres environnementaux de la chaleur qui contribuent au stress thermique.

L'image qui suit représente les quatre mécanismes de thermorégulation. Complétez l'image en ajoutant un exemple de chaque mécanisme dans l'espace approprié.









# Questions

## Groupe 1

1. Qu'est-ce que la chaleur?
2. Comment définissez-vous l'humidité?
3. Quelle est votre température corporelle?
4. Comment votre corps régule-t-il sa température lorsqu'il fait très chaud à l'extérieur?

## Groupe 2

1. Comment le corps humain maintient-il une température corporelle normale?
2. Nommez les quatre mécanismes dont dépend votre corps pour se réguler. Expliquez l'un des quatre mécanismes.
3. Vrai ou faux: La convection et la conduction sont la même chose. Expliquez la différence entre les deux.
4. Vrai ou faux: La sueur s'évapore plus vite lorsqu'il vente. Expliquez cet énoncé.

## Groupe 3

1. Qu'est-ce que la conduction?
2. Vrai ou faux: La chaleur et la température sont la même chose. Si vous avez répondu faux, expliquez la différence entre la chaleur et la température.
3. Comment le corps humain se réchauffe-t-il et se refroidit-il?
4. Vrai ou faux: Une faible humidité et une chaleur élevée exercent une plus grande pression sur le corps qu'une humidité et une chaleur élevées. Expliquez cet énoncé.



# Malaises causés par la chaleur

1. Lisez les trois (3) scénarios suivants et répondez aux questions.
2. Votre enseignant vous fournira de l'information supplémentaire (annexe 5) qui vous aidera à réaliser l'activité.
3. Travaillez en équipe et inscrivez vos réponses en dessous des questions.
4. Soyez prêts à présenter vos réponses au reste de la classe.

## Scénario 1 : Partie de soccer

Gregory et son ami Manuel, tous deux âgés de 10 ans, jouent au soccer tous les samedis après-midi avec leurs amis. Aujourd'hui, ils jouent dans le tournoi de soccer annuel pour les jeunes de la ville qui a lieu en juillet, généralement la période la plus chaude de l'année. On prévoit du temps chaud et humide pour la fin de semaine. Il fait 30 °C lors de la première journée du tournoi. Le taux d'humidité est très élevé et il n'y a pas de vent. Gregory remarque que Manuel ne boit pas d'eau durant la partie. Soudainement, pendant une partie, Manuel tombe et commence à pleurer. Il dit qu'il a mal à la jambe gauche.

a) Manuel souffre-t-il d'un malaise causé par la chaleur? Lequel est le plus probable?

---



---

b) Comment le savez-vous?

---



---

c) Que devrait faire Gregory pour l'aider?

---



---

d) Qu'aurait pu faire Manuel afin de mieux se préparer?

---



---



### Scénario 2 : Randonnée en montagne

Nous sommes à la mi-août et, après une averse de mi-journée, Lucy et sa tante Mildred, une dame d'un certain âge, décident de faire une randonnée en montagne dans l'après-midi. Le temps est très chaud et humide en raison de la pluie et du ciel nuageux. Elles marchent durant environ trois (3) heures. Lorsque tante Mildred arrive à la maison, elle dit à Lucy qu'elle se sent étourdie, a chaud et a mal au ventre. Lorsque Lucy demande à tante Mildred si elle va bien, celle-ci semble mal à l'aise et irritable.

a) Tante Mildred souffre-t-elle d'un malaise causé par la chaleur? Lequel est le plus probable?

---



---

b) Comment le savez-vous?

---



---

c) Que devrait faire Lucy pour aider sa tante?

---



---

d) Qu'aurait pu faire tante Mildred afin de mieux se préparer?

---



---

### Scénario 3 : Après-midi à la plage





Lors de la longue fin de semaine d'août, Tanya et Joe décident d'aller à la plage le samedi après-midi. Le ciel est bleu, le soleil brille, le taux d'humidité est élevé dans la ville et la météo prévoit un maximum de 34 °C. Lorsqu'ils arrivent à la plage, Tanya et Joe réalisent qu'il y a encore beaucoup d'humidité et qu'ils ont oublié leur parasol à la maison. Ils ne s'en font pas trop puisqu'il y a un vent léger et chaud et que tous deux aiment se prélasser au soleil. L'après-midi passe et Joe commence à se sentir fatigué, faible et étourdi. Joe ne boit habituellement pas beaucoup d'eau et n'a pas bu beaucoup à la plage. De plus, il ne s'est pas encore baigné. Plus tard dans l'après-midi, il commence à avoir des crampes à l'estomac et des nausées, mais il est incapable de marcher jusqu'aux toilettes. Il transpire beaucoup et dit qu'il est très fatigué et qu'il a très chaud. Lorsque Tanya lui demande ce qui ne va pas, il est très désorienté et ne peut répondre à de simples questions. Puis, Joe perd connaissance.

a) Joe souffre-t-il d'un malaise causé par la chaleur? Lequel est le plus probable?

---



---

b) Comment le savez-vous?

---



---

c) Que devrait faire Tanya pour l'aider?

---



---

d) Qu'auraient dû faire Joe et Tanya afin de mieux se préparer?

---



---

### Question

Quelle est la première chose à faire lorsqu'une personne a un coup de chaleur?

---



---



---



---

# Personnes vulnérables à la chaleur

Dans le cadre de cette activité, vous apprendrez quels sont les groupes de personnes vulnérables à la chaleur, les difficultés que la chaleur entraîne pour ces groupes et les façons d'aider ces derniers à adopter des mesures préventives lors de périodes de chaleur accablante. Vous allez acquérir des connaissances sur ces sujets en faisant de la recherche.

1. Formez des équipes de quatre élèves.
2. Choisissez un sujet dans la liste qui suit.
  - Personnes âgées (grands-parents ou voisin âgé)
  - Bébés et jeunes enfants (petit frère, petite sœur ou cousin)
  - Personnes souffrant d'une maladie chronique ou ayant une déficience physique (quelqu'un qui est malade depuis longtemps ou qui se déplace en fauteuil roulant ou à l'aide d'une canne)
  - Personnes de statut socioéconomique faible (faible revenu, sans-abri)
  - Nouveaux arrivants au Canada et touristes
  - Personnes qui travaillent dans un milieu chaud (agriculteurs, travailleurs de la construction, mineurs)
  - Personnes actives physiquement (marathoniens, sportifs)
3. Cherchez de l'information sur le sujet que vous avez choisi. Renseignez-vous particulièrement sur :
  - les difficultés auxquelles se heurte le groupe vulnérable que vous avez choisi lors de périodes de chaleur accablante;
  - les solutions qui pourraient être mises en place pour aider les groupes vulnérables à adopter des mesures préventives.
4. Utilisez Internet pour recueillir de l'information sur votre sujet. Vous pouvez commencer par les sites Web qui suivent, puis en consulter d'autres.
  - <http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/envIRON/heat-chaleur-fra.php>
  - <http://www.bt.cdc.gov/disasters/extremeheat/fr/>
  - <http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=6&tid=003>
5. Organisez l'information que vous avez trouvée sous la forme d'une présentation. Si possible, utilisez les logiciels Word ou PowerPoint. Si ce n'est pas possible, vous pouvez utiliser un carton ou un tableau de papier pour rendre votre présentation attrayante.
6. Répartissez les tâches pour préparer la présentation, et présentez vos résultats en groupe.

# Se préparer à la chaleur

1. Vous faites partie d'une équipe d'experts-conseils en chaleur. Avec l'aide de vos coéquipiers, vous rédigez une liste de recommandations qui aideront votre client à profiter pleinement et en toute sécurité d'une journée où la température est élevée.
2. Trouvez un nom pour votre société d'experts-conseils. Vous pouvez aussi dessiner un logo ou trouver un slogan. Amusez-vous!
3. Votre professeur vous fournira le scénario sur lequel vous devrez travailler. Il y a quatre scénarios différents.
4. Votre professeur vous distribuera l'annexe 7, qui vous servira à réaliser l'activité. Vous y trouverez des idées pour vous aider à élaborer vos recommandations.
5. Préparez des réponses créatives et imaginatives. Vous pouvez écrire, dessiner et faire un bricolage. Si cela est possible, vous pouvez utiliser l'ordinateur pour préparer votre présentation.
6. Lorsque vous aurez terminé, vous devrez présenter vos recommandations à vos camarades de classe en mettant en scène le scénario.

## Contexte

Vous faites partie d'un grand cabinet d'experts-conseils qui fournit des conseils aux gens sur les vacances en régions tropicales et sur les périodes de chaleur accablante. Vous avez une expertise dans le domaine des effets de la chaleur accablante sur le corps et votre équipe se spécialise dans la pratique d'activités physiques par temps chaud. Les périodes de chaleur accablante surviennent de plus en plus souvent. Vous savez qu'en raison des effets des changements climatiques, la plupart des villes dans le monde connaîtront une augmentation du nombre de journées chaudes. Félicitations! Vous avez choisi le bon domaine! Tandis que vous vous félicitez d'avoir créé votre entreprise, un client entre dans votre bureau.

## Client n° 1 : L'entraîneur de football

M. Brown est l'entraîneur en chef de l'équipe de football pee-wee de la région. Les membres de son équipe ont 13 ans. L'été a été plus chaud qu'à l'habitude et juillet ne fait pas exception. Le temps a été très chaud et humide au cours des quatre derniers jours et Environnement Canada prévoit d'autres journées ensoleillées, chaudes et humides pour les semaines à venir.



La semaine dernière, lors d'une séance d'entraînement, deux joueurs ont souffert de malaises causés par la chaleur. Louis a eu des crampes de chaleur et Joe a vomi deux fois lors de la dernière séance d'entraînement.

M. Brown est très préoccupé par la santé de ses joueurs. Cinq séances d'entraînement de deux heures chacune sont prévues pour les dix prochains jours. Les séances débutent habituellement à 13 h, ce qui signifie que l'équipe est sur le terrain pendant la partie la plus chaude de la journée. M. Brown ne peut annuler les séances d'entraînement puisque l'équipe est inscrite à un tournoi qui aura lieu le 31 juillet.

M. Brown vous demande des conseils sur la façon de garder ses joueurs au frais lors de l'entraînement et un plan structuré pour l'aider à assurer la santé et la sécurité de son équipe lors des prochaines périodes de chaleur accablante.

### **Cliente n° 2 : La joueuse de tennis**

Lucy Mayor est une joueuse de tennis professionnelle. Au début du mois d'août, Lucy se prépare à participer à un tournoi qui se déroulera en Floride en septembre prochain. Lucy s'est blessée en avril et ne peut se permettre de manquer des séances d'entraînement pendant l'été si elle veut être prête pour la compétition. L'entraîneur de Lucy est originaire de Cuba et il passe l'été là-bas avec sa famille. Lucy a décidé d'aller rejoindre son entraîneur à Cuba pour s'entraîner. Cependant, la température à Cuba atteint habituellement les 30 °C avec un taux d'humidité élevé. Lucy est sensible à la chaleur accablante et la saison dernière, elle a souffert de crampes et de boutons de chaleur. Lucy est découragée et a peur que la chaleur l'empêche de s'entraîner à son maximum, mais elle devra s'adapter si elle veut bien jouer lors du tournoi.

Lucy sera à Cuba du 1<sup>er</sup> au 28 août. Elle s'entraîne deux fois par jour, cinq jours par semaine. Ses séances d'entraînement durent deux heures. Les prévisions météo à long terme pour le mois d'août à Cuba indiquent des températures maximales de 35 °C avec des taux d'humidité élevés. Il y a toujours des risques d'orage en fin d'après-midi.

Lucy veut savoir comment se préparer à affronter la température de Cuba et comment tirer le maximum de ses séances d'entraînement sans compromettre sa santé.

### **Cliente n° 3 : La jeune mère à la plage**

Linda Smith est mère de quatre enfants, âgés de 2, 4, 6 et 9 ans. Elle prépare ses vacances d'été à Ocean City, en Caroline du Sud, pour le mois de juillet. Le mois de juillet en Caroline du Sud peut être très chaud et humide. Parmi toutes les activités qu'elle prévoit faire, elle veut passer deux semaines à la plage avec ses





enfants. Elle a loué une maison non climatisée et sans sous-sol sur la promenade. Bien que le temps puisse parfois être incertain à Ocean City, Linda veut se préparer en cas de période de chaleur accablante. Elle a besoin de votre expertise afin de l'aider à planifier des activités extérieures pour ses enfants appropriées au temps chaud.

Linda donne aussi quelques renseignements importants à propos de sa famille. Son garçon de six ans, Jay, est allergique au pollen et sa mère se joindra à la famille pour des vacances d'une semaine. La mère de Linda a 72 ans et souffre d'asthme chronique.

Mme Smith aimerait avoir une liste complète des éléments dont il faut tenir compte lors d'une journée à la plage par un temps très chaud.

#### **Client n° 4 : L'enseignant qui se prépare pour la rentrée scolaire**

M. Duval est enseignant en 6<sup>e</sup> année. Il prépare sa salle de classe pour la rentrée scolaire en septembre. Il y aura 28 élèves dans sa classe cette année. M. Duval s'inquiète des températures exceptionnellement élevées pour la saison qu'il y a eu à la fin août et au début septembre des deux dernières années. L'année dernière, un de ses élèves a souffert d'épuisement par la chaleur pendant le cours de mathématiques. M. Duval souhaite préparer une petite trousse pour la chaleur pour éviter que la situation ne se répète et pour s'assurer que ses élèves sont le plus à l'aise possible.

L'école est située dans une petite municipalité rurale et n'est pas climatisée. Derrière l'école il y a un grand terrain avec beaucoup d'arbres, et un lac est situé à proximité, où la plupart des habitants se baignent pour le plaisir. La bibliothèque et le gymnase sont situés à l'autre bout de l'école, où les arbres offrent de l'ombre.

M. Duval aimerait recevoir vos recommandations bientôt, car il veut les présenter au directeur de l'école.





# D'autres types de catastrophes au Canada

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à connaître des catastrophes causées par l'activité humaine au Canada.

1. Consulte des journaux, des revues ou des sites Internet et trouve des reportages portant sur des catastrophes causées par l'activité humaine au Canada.

2. Lis le reportage trouvé et analyse-le en répondant aux questions suivantes.

a) Quel type de catastrophe as-tu découvert dans le cadre de ta recherche ?

---



---

b) Quelle région a été touchée par cette catastrophe ?

---



---

c) Donne une brève description de la catastrophe.

---



---



---



---



---





d) Précise l'intensité de la catastrophe.

---

---

---

---

e) Donne des causes possibles de ce type de catastrophe.

---

---

---

---

---

---

f) Explique quelles sont les conséquences directes et indirectes de cette catastrophe sur les populations humaines.

---

---

---

---

---

---

g) S'il y avait des populations sinistrées, qui les a aidées et comment?

---

---

---

---

---

---





# Pour être prêt en cas d'urgence

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à te familiariser avec les principaux préparatifs qui te permettront d'agir efficacement en situation d'urgence.

Une catastrophe naturelle survient souvent de façon inattendue. Pour bien réagir, il est important qu'une partie de tes «bagages» soient prêts.

**1.** La trousse de survie est un sac ou un sac à dos que tu peux préparer à l'avance. Parmi la liste d'objets suivante, coche ceux qui devraient en faire partie :

## Hygiène

- shampoing
- serviette-débarbouillette
- peigne-brosse à cheveux
- teinture à cheveux
- maquillage
- désodorisant
- médicaments spécifiques
- brosse à dents
- dentifrice
- savon pour le corps
- crème pour les mains et le corps
- fixatif à cheveux
- parfum
- articles d'hygiène personnelle

## Habillement

- bas (coton, laine)
- espadrilles
- pantalons
- souliers
- chandails (laine, coton ouaté)
- vestes (imperméable, manteau)
- gants, mitaines
- bijoux
- chapeau
- sous-vêtements





### Alimentation

- boîtes de conserve (légumes, fruits, ragoût, fèves au lard, etc.)
- pain
- boisson gazeuse
- fruits et légumes secs
- eau en bouteille
- condiments (ketchup, mayonnaise, etc.)
- gâteau
- confitures, miel, beurre d'arachides, etc.
- produits laitiers (fromage, lait, etc.)
- pouding
- craquelins et biscottes
- céréales
- assaisonnement (sel, poivre, épices, etc.)
- viandes et poisson
- jus de fruits
- pâtes alimentaires
- boissons chaudes (café, thé, etc.)
- croustilles
- barres nutritives

### Divers

- clés (maison, voiture)
- lampe de poche et piles supplémentaires
- lunettes
- vaisselle
- disques de musique
- argent de poche
- réchaud et combustible
- sifflet
- radio à piles
- ouvre-boîte manuel
- livres
- trousse de premiers soins de la Croix-Rouge
- sac à dos
- documents importants (pièces d'identité et documents personnels, copie des assurances)
- jeux de société
- couverture chaude



**N. B. Ces listes d'articles ne sont pas exhaustives.**



**Une trousse de premiers soins de la Croix-Rouge permet d'assurer les premiers secours en situation d'urgence. Elle contient au moins les articles suivants :**

- compresses de gaze stériles de différentes dimensions
- ruban adhésif
- rouleaux de gaze
- bandes triangulaires
- pansements adhésifs de différentes dimensions
- pansements compressifs
- ciseaux
- gants non-latex jetables
- lingettes antiseptiques
- dispositif de protection pour faire la respiration artificielle
- couverture de secours

**Tu pourrais y ajouter les articles suivants :**

- manuel de secourisme de la Croix-Rouge
- liste des numéros de téléphone d'urgence
- savon
- crayon et papier
- pièces de monnaie
- sac de glace ou autres articles pouvant servir à refroidir
- lampe de poche et piles supplémentaires rangées séparément
- pinces à épiler
- thermomètre
- masque de réanimation





2. En répondant aux questions suivantes, évalue ton aptitude à secourir.

	<b>VRAI</b>	<b>FAUX</b>
1. 90 % des accidents qui surviennent auraient pu être évités par un minimum de prévention.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La première étape à suivre sur les lieux d'un accident est de m'assurer de ma sécurité en tant que secouriste.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Si j'arrive comme premier témoin sur les lieux d'un accident, c'est un devoir civique de m'arrêter pour secourir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Pour soulager une brûlure, je peux appliquer un corps gras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. En cas d'intoxication, je dois faire boire du lait.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Pour arrêter un saignement de nez, je bascule la tête vers l'arrière.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Lors d'une fracture, je dois replacer le membre dans sa position naturelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Je dois retirer les morceaux de verre logés dans une plaie.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Dans une trousse de secours, il est important de retrouver de la ouate, du peroxyde et du mercurochrome.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. La majorité des décès dus à des crises cardiaques surviennent dans les deux heures suivant l'apparition des premiers symptômes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Je dois crever une ampoule pour soulager la douleur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. On devrait placer un objet dur dans la bouche d'une victime de crise d'épilepsie pour l'empêcher d'avaler sa langue.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1) Tu as obtenu de neuf à douze bonnes réponses. BRAVO! Toute personne blessée serait en bonnes mains en ta compagnie. Mais pour plus d'assurance, pourquoi ne pas aller suivre un cours de secourisme?

2) Tu as obtenu de cinq à huit bonnes réponses. Tu démontres une certaine aptitude à secourir. Mais, t'inscrire à un cours de secourisme pourrait t'être bénéfique.

3) Tu as obtenu de une à quatre bonnes réponses. Urgence, il faut immédiatement t'inscrire à un cours de secourisme.



**As-tu une trousse de premiers soins à la maison? Saurais-tu utiliser le matériel qu'elle contient? Pour te procurer une trousse de la Croix-Rouge ou t'inscrire à un cours de secourisme, communique avec le Service à la clientèle du bureau de la Croix-Rouge le plus près de chez toi.**



**3.** En situation d'urgence, il peut t'être nécessaire de téléphoner pour obtenir de l'aide. Complète cette liste téléphonique en trouvant les numéros de téléphone d'urgence. Affiche cet aide-mémoire près du téléphone à la maison.



a) Urgence	9-1-1 ou _____
b) Poste de pompiers	_____
c) Poste de police	_____
d) Ambulance	_____
e) Mère au travail	_____
f) Père au travail	_____
g) Autre adulte (parent, voisin)	_____ _____ _____
h) Centre de santé	_____
i) Info-santé	_____

**4.** Maintenant que tu connais les numéros de téléphone qui te permettront d'obtenir de l'aide en situation d'urgence, écris les renseignements essentiels à fournir au téléphoniste. Vérifie tes réponses auprès de ton éducateur.



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# L'analyse des risques

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à identifier les dangers potentiels existants dans ta chambre à coucher.

**Ta chambre à coucher est un lieu dans la maison où tu passes sûrement beaucoup de temps. Pour t'assurer d'y être en sécurité, utilise la list suivante et identifie les dangers potentiels. Prends les moyens qui s'imposent pour rendre ta chambre sécuritaire.**

## Dans ma chambre :

- a) Aucun cadre n'est placé au-dessus de mon lit.
- b) Les rideaux et les toiles ne touchent pas les calorifères.
- c) Aucun objet ne touche les calorifères.
- d) Les tapis sont bien fixés afin de prévenir les chutes.
- e) Je range toujours mes chaussures dans le placard pour éviter qu'elles bloquent la porte si j'ai à sortir rapidement.
- f) Il n'y a pas d'objets près de la porte qui pourraient nuire en cas d'évacuation.
- g) Je sais sous quels meubles je peux me réfugier si la terre tremble ou en cas de tornade.
- h) J'ai repéré les murs libres d'objets contre lesquels je peux m'adosser si la terre tremble ou en cas de tornade.
- i) Les meubles sont placés à un endroit où ils ne peuvent pas glisser et bloquer la porte.
- j) Les portes de meubles sont munies de loquets.
- k) Mon ordinateur est bien fixé à la station de travail.
- l) Les étagères, penderies ou autres meubles sont solidement fixés au mur.
- m) Mon aquarium est protégé contre le renversement et le glissement.
- n) Les lampes suspendues sont solidement fixées au plafond.
- o) Les livres et le matériel sont rangés dans les bibliothèques de manière à ne pas tomber des tablettes.
- p) Les décorations placées sur le mur sont solidement fixées.

# Le plan d'évacuation de ton école

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à te familiariser avec le plan d'évacuation de ton école.

1. Inscris les raisons pour lesquelles tu devrais sortir rapidement de la classe et de l'école.

---



---



---

2. En consultant le plan de ton école, réponds aux questions suivantes :

a) Combien y a-t-il de sorties de secours et où sont-elles situées?

---



---

b) Où sont situés les extincteurs d'incendie et autre matériel d'urgence?

---



---

c) Quel est le parcours le plus rapide pour sortir à l'extérieur à partir :

- Des salles de classe : \_\_\_\_\_
- De la cafétéria : \_\_\_\_\_
- Du gymnase : \_\_\_\_\_
- De la bibliothèque : \_\_\_\_\_





**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à identifier les comportements et attitudes à adopter en situation d'urgence.

Selon le dictionnaire Robert, une catastrophe est un « événement subit qui cause un bouleversement pouvant entraîner des destructions, des morts; c'est un grand malheur, un désastre ». La population doit se préparer à faire face à une catastrophe puisque c'est un événement inattendu. **Mais de quelle manière? En sachant ce qu'on doit faire !**

# Les comportements et attitudes à adopter en situation d'urgence

## Première partie

1. Lis les mises en situation ci-après. Complète le tableau de la page suivante en identifiant les attitudes et les comportements à adopter et à éviter en situation d'urgence.

a) Le 12 septembre 2004, la famille Tremblay se prépare à souper. Soudain, une secousse sismique se fait sentir. La vaisselle placée sur la table tremble et quelques assiettes tombent par terre. Marie crie fort : «Ça tremble partout, tout tombe.» et elle se met à courir autour de la table. Marc se cache sous la table. Marie sort de la maison en courant.

b) Pendant les vacances d'été dans l'Ouest canadien, la famille Simard circule sur l'autoroute. Toute la famille est ébahie en apercevant à l'horizon un tourbillon de poussière et de terre qui monte vers le ciel. Ce mouvement se déplace rapidement en leur direction. On décide d'arrêter la voiture sur l'accotement, de verrouiller les portières et de se cramponner aux banquettes en attendant que le courant d'air soit passé.

c) Par un bel après-midi d'été, le ciel s'ennuage et un coup de tonnerre retentit au loin. La famille Bouchard entre dans la maison pour se mettre à l'abri de la pluie. Les jeunes décident d'allumer l'ordinateur pour naviguer sur Internet pendant que les parents ferment portes et fenêtres puis débranchent les appareils électriques.

d) Le printemps de 2003 est très chaud. La neige fond rapidement et des embâcles se forment sur la rivière. Le niveau de l'eau monte et les terrains en bordure de la rivière sont inondés. Les résidents transportent leurs biens au premier étage de leur maison et y demeurent en attendant le retour à la normale.





Catastrophe naturelle	À adopter	À éviter
a)		
b)		
c)		
d)		

Parmi ces mises en situation, celle qui ne présente que des gestes appropriés à poser pendant une catastrophe naturelle est la :

\_\_\_\_\_



Rappelle-toi qu'en tout temps, il vaut mieux rester \_\_\_\_\_ et éviter d'utiliser le \_\_\_\_\_.



### Deuxième partie

2. Pour savoir ce que tu dois faire après une catastrophe, détermine parmi les énoncés suivants lesquels sont vrais ou faux. Encerle l'une des deux lettres.

1. Après une inondation, remettre immédiatement en marche le système de chauffage. **V F**
2. Écouter le poste de radio. **V F**
3. Conserver tous les aliments contenus dans le réfrigérateur pour éviter le gaspillage. **V F**
4. Utiliser le téléphone pour donner de vos nouvelles. **V F**
5. Allumer les lumières immédiatement. **V F**
6. Vérifier les risques possibles d'incendie. **V F**
7. Même si on est soi-même blessé, secourir les autres. **V F**
8. Après un tremblement de terre, entrer immédiatement dans la maison. **V F**
9. Prendre l'ascenseur. **V F**
10. Rester immobile et se protéger lors d'une réplique sismique. **V F**
11. Après un tremblement de terre, utiliser l'eau du chauffe-eau ou du réservoir de la toilette, si nécessaire. **V F**
12. Après une inondation, boire l'eau du robinet. **V F**
13. Après une inondation, laver puis stériliser la vaisselle. **V F**
14. Rester à proximité des fils électriques. **V F**
15. En cas d'évacuation, laisser ses coordonnées sur la table en partant. **V F**
16. Prendre son temps pour évacuer sa résidence. **V F**
17. Verrouiller les portes de la maison en partant. **V F**
18. Éviter de prendre des raccourcis et utiliser les routes indiquées par les autorités. **V F**



# Mythes ou réalités?

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à distinguer les mythes et les faits réels concernant certaines catastrophes naturelles.

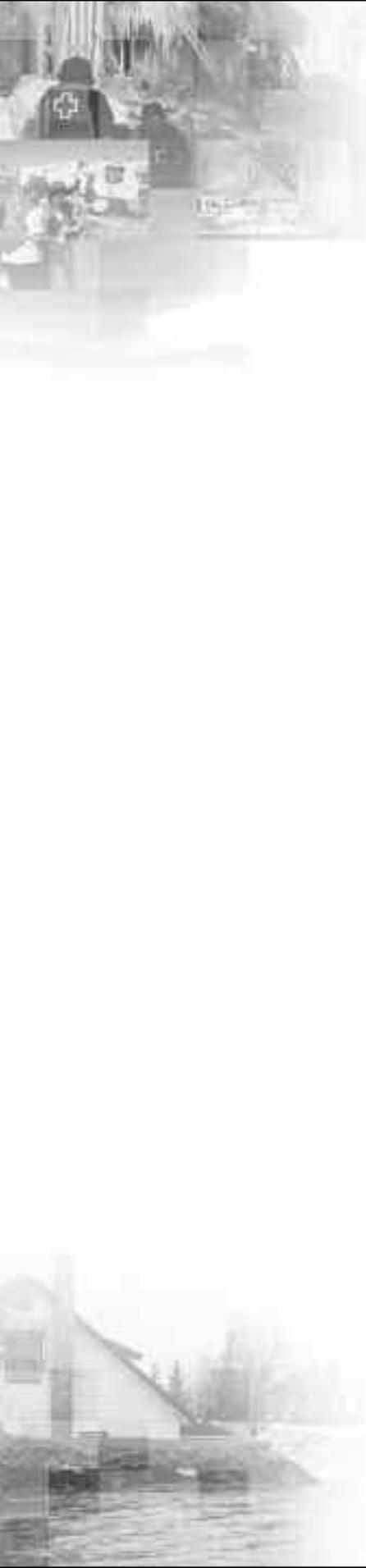
1. Lis les énoncés suivants. Associe à chaque mythe de la colonne de gauche, la réalité correspondante dans la colonne de droite.

## MYTHE

- a) Si je suis dans une voiture pendant un orage, je suis en sécurité.
- b) Toutes les personnes frappées par la foudre meurent.
- c) Les personnes foudroyées portent une charge électrique. Il est donc dangereux pour moi d'essayer de les aider.
- d) Pendant un orage, aussi longtemps que je reste dans un endroit couvert, je suis protégé contre la foudre.
- e) La foudre ne frappe que pendant des pluies fortes.
- f) Pendant un orage, il est sécuritaire de parler au téléphone ou de prendre un bain.
- g) Porter un parapluie n'augmente pas mon risque d'être frappé par la foudre.
- h) On doit ouvrir les fenêtres à l'arrivée d'une tornade pour éviter que le bâtiment dans lequel on se trouve explose.
- i) Quand je suis dans une voiture pendant une tornade, je suis en sécurité.
- j) Les tornades ne se forment qu'au printemps.
- k) Les tornades ne frappent jamais les villes.
- l) Il est sécuritaire de sortir de la maison pendant « l'oeil » d'un ouragan.

## RÉALITÉ

1. L' « oeil » de l'ouragan est un moment calme qui se produit entre deux moments plus intenses. Il faut donc rester à l'abri pendant ce moment calme.
2. Même si les tornades se produisent surtout dans les grands espaces plats, elles peuvent frapper les villes.
3. Ouvrir les fenêtres pendant une tornade permet aux vents forts d'entrer dans la maison et peut augmenter les risques de dommages.
4. Une tornade peut renverser les voitures et autres objets sur son passage. Si on est dans une voiture pendant une tornade, il faut en sortir et se mettre à l'abri dans un fossé ou un ravin en se protégeant la tête.
5. Même si les tornades se produisent surtout de mars à août, elles peuvent survenir à n'importe quelle période de l'année.
6. La foudre peut frapper même s'il ne pleut pas.
7. Si une personne est frappée par la foudre, il faut lui donner les premiers soins le plus rapidement possible. Elle ne porte pas de charge électrique et peut être manipulée sécuritairement.
8. Pendant un orage, il ne faut pas parler au téléphone ou prendre un bain. Ils conduisent l'électricité et peuvent entraîner l'électrocution.
9. La foudre peut blesser les personnes ou être mortelle en causant de graves brûlures ou en provoquant l'électrocution.
10. Pendant un orage, je serai protégé contre la foudre si je m'abrite dans un bâtiment fermé.
11. Pendant un orage, il faut éviter de porter un parapluie qui peut conduire l'électricité.
12. Pendant un orage, on peut être en sécurité dans une voiture si on ferme les fenêtres et on ne touche pas le métal.



# Mon engagement en situation d'urgence

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à déterminer les responsabilités que tu peux assumer avant, pendant et après une situation d'urgence qui se produit à la maison.

## Première partie

1. Inscris dans le tableau suivant les responsabilités que tu pourrais assumer en situation d'urgence.

Responsabilités



**Deuxième partie**

**Mon engagement en situation d'urgence.**

Moi, \_\_\_\_\_,  
je m'engage à assumer les responsabilités suivantes en situation d'urgence :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Signé le \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_  
Date Lieu

Par: \_\_\_\_\_ et \_\_\_\_\_  
Parent Jeune





# Une intervention bien orchestrée

**Objectif de l'activité :** Cette activité t'amènera à connaître les différents intervenants lors d'un ouragan ainsi que le processus de planification et de prise de décisions qu'ils doivent réaliser avant, pendant et après un tel événement.

1. Lis les différents rôles ci-dessous et discutes-en avec ton enseignant et les autres jeunes de ta classe.
2. Choisis le rôle qu'il te plairait de jouer.
3. Effectue des recherches et prends des notes sur les responsabilités liées à ton rôle dans une situation d'urgence causée par un ouragan.

## Les membres de l'équipe d'intervention d'urgence

### Le maire

Vous représentez la municipalité et, à ce titre, vous devez informer les citoyens des décisions prises et de l'organisation des services d'urgence. Vous travaillez en collaboration avec le directeur des services d'urgence de la municipalité.

### Le directeur des services d'urgence de la ville

Vous êtes responsable de la gestion des interventions d'urgence et de la coordination des services d'urgence à la population. Vous appuyez le maire dans ses décisions.

### Le responsable de l'information publique

Vous êtes le porte-parole de la municipalité. C'est vous qui répondez aux demandes d'entrevue des journalistes et des médias. Vous voyez également à l'organisation de conférences de presse et à la rédaction des publications officielles de la municipalité (bulletins d'information, communiqués de presse, etc.). Vous vous assurez que le maire est toujours bien informé.

### Le responsable des travaux publics

Vous êtes responsable de réseau d'alimentation en eau potable, du réseau d'égouts, de l'entretien des rues, des édifices appartenant à la municipalité et des parcs.

### Le chef des pompiers

Vous êtes responsable d'éteindre les incendies et d'organiser le sauvetage des personnes qui sont coincées dans certains édifices ou ailleurs.

### Le directeur de la police

Vous êtes responsable de l'évacuation des personnes à risque et de la sécurité des lieux évacués contre le vol et le pillage. Vous mettez en place des périmètres de sécurité pour interdire l'accès aux édifices dangereux et vous assurez que les voitures empruntent des voies sécuritaires.





### **L'inspecteur des bâtiments**

Vous êtes responsable de vous assurer que les édifices publics, résidences et bureaux soient sécuritaires avant que les personnes évacuées puissent reprendre leurs activités.

### **Le responsable des compagnies d'électricité et de gaz naturel**

Vous devez vous assurer que votre compagnie répare les lignes électriques et la conduite de gaz brisée. Votre compagnie est responsable de rétablir le gaz dans les quartiers résidentiels.

### **Le représentant de la Croix-Rouge**

Vous êtes chargé par la municipalité d'ouvrir un Centre d'hébergement d'urgence pour les personnes évacuées qui n'ont pas d'autres endroits où aller. Votre équipe de bénévoles en intervention d'urgence met sur pied des services d'hébergement et d'alimentation pour les sinistrés, dans la grande salle du centre communautaire du quartier. Elle mettra aussi en place un service de réunion des familles afin d'aider les membres des familles dispersées suite au sinistre à reprendre contact.

### **Le représentant de la Société protectrice des animaux**

Vous êtes responsable d'aider les gens à trouver un refuge temporaire pour leurs animaux domestiques puisque ceux-ci ne sont pas admis dans le Centre d'hébergement d'urgence géré par la Croix-Rouge. Vous devez aussi récupérer les animaux errants qui ne trouvent plus leur maître.

### **Le représentant d'Environnement Canada**

Vous êtes responsable de fournir les prévisions météorologiques les plus récentes et les plus exactes aux citoyens, aux médias et aux dirigeants municipaux.

### **Le représentant des citoyens**

Vous êtes responsable de représenter les points de vue, les intérêts et les besoins des citoyens sinistrés de votre communauté.

### **Le journaliste**

Vous êtes responsable de rapporter l'information la plus à jour sur la tempête et d'informer la population sur ce qu'elle doit faire avant, pendant et après l'ouragan. Vous devez également informer les sinistrés sur les services qui ont été mis sur pied pour les aider.





### Les questions pour la rencontre de l'équipe d'intervention d'urgence

1. Votre équipe doit organiser une opération d'urgence en prévision de l'ouragan. Par où devez-vous commencer?
2. Quel est le rôle de chacun des intervenants avant, pendant et après l'ouragan?
3. Est-ce que chacun sera en mesure de faire son travail malgré les dommages?
4. Est-il important que les sinistrés puissent réintégrer leur résidence le plus tôt possible ou qu'ils puissent rester temporairement dans un endroit sécuritaire?
5. Qui devez-vous aider en premier : les personnes âgées, les blessés, les sinistrés qui restent dans le Centre d'hébergement d'urgence, les animaux abandonnés?
6. La communauté s'était-elle bien préparée en cas d'ouragan?
7. La population savait-elle quoi faire lorsque les bulletins de pré-alerte et d'alerte (avertissements) ont été émis?
8. À quel moment est-il sécuritaire de permettre aux citoyens de réintégrer leurs maisons et de commencer le nettoyage?
9. Qu'est-ce que les membres de cette communauté pourraient faire pour être mieux préparés à faire face à un ouragan dans le futur?



# Pour en savoir plus sur les catastrophes naturelles

## Les orages électriques et la foudre

Les orages électriques se manifestent par la foudre accompagnée d'un éclair et de tonnerre. La foudre peut fracasser les fenêtres, déclencher un incendie, causer une panne d'électricité et provoquer des explosions lorsqu'il y a présence de combustibles. Elle peut être dangereuse pour l'être humain en causant de graves brûlures et en provoquant l'électrocution.

## Les fortes pluies (ou pluies diluviennes)

Les nuages sont des amas de gouttes d'eau très petites. Quand le vent déplace ces gouttelettes, elles se collent les unes contre les autres pour former des gouttelettes plus grosses. Lorsqu'elles dépassent la dimension de 0,1 mm, elles tombent. Les fortes pluies sont des pluies de longue durée qui s'accumulent et tombent à un taux d'environ 7,6 mm à l'heure. En quantité suffisante, elles peuvent causer des inondations locales ou généralisées.

## Les tremblements de terre

Les tremblements de terre ou séismes sont des mouvements brusques de l'écorce terrestre. Généralement, les secousses se produisent subitement et laissent peu de temps pour réagir. Les tremblements de terre sont impossibles à prévenir ou à prévoir. Par contre, les tremblements de terre d'importance sont souvent précédés de secousses à plus faible intensité.

## Les inondations

Les inondations sont les catastrophes naturelles qui provoquent le plus de dégâts matériels au Canada. Ce sont des débordements de cours d'eau ou de plans d'eau dus à une crue des eaux, c'est-à-dire une montée excessive du niveau de l'eau. Cette crue peut être causée par des précipitations importantes, par la fonte rapide des neiges ou par des embâcles et des débâcles de glace.

## Le verglas

Le verglas est une pluie dont les gouttes se congèlent lorsqu'elles touchent le sol ou un objet. Une couche de glace est alors formée. L'épaisseur de la glace varie selon la durée de la pluie verglaçante et son intensité. Le verglas, lorsqu'il se dépose sur les fils électriques, peut causer de graves dégâts et des pannes d'électricité à grande échelle. Il rend aussi les déplacements extérieurs périlleux en plus d'endommager les arbres et les habitations.

## La grêle

La grêle est un type de précipitation sous forme de grains de glace qui survient durant un orage et peut frapper le sol à 130 km/heure. Le grêlon atteint parfois plus de 10 centimètres, c'est-à-dire la taille d'un pamplemousse. La grêle peut provoquer des dégâts graves aux cultures, aux maisons et aux véhicules, ainsi que des blessures aux personnes et aux animaux.

## Les tornades

Les tornades sont des tourbillons de vent en forme d'entonnoir pointant vers le sol. Elles peuvent tout détruire sur leur passage. Ce type de phénomène peut entre autres déraciner des arbres, renverser des voitures et arracher des toitures.

## Les feux de forêt

La majorité des incendies qui détruisent nos forêts sont causés par la négligence (un feu de camp mal éteint, une cigarette jetée par un promeneur). Cependant, les feux causés naturellement par la foudre sont plus dévastateurs et brûlent de plus grandes superficies. Les incendies de forêt avancent très rapidement, surtout s'il vente et que le temps est sec. Chaque année, on compte environ 9 000 incendies de forêt au Canada.

## Les glissements de terrain

Les glissements de terrain sont des déplacements de sol argileux lorsqu'il est gorgé d'eau. Ces mouvements de terrain surviennent très rapidement et laissent aux populations peu de temps pour réagir. Les risques associés aux glissements de terrain sont liés à l'impact des débris qui se déplacent rapidement ou à l'effondrement du sol sous les constructions.

## Les éruptions volcaniques

Les volcans sont en quelque sorte les cheminées de la Terre qui permettent à du magma de s'écouler. On pourrait croire qu'il n'existe pas de volcans au Canada, mais il se trouve de nombreux volcans en dormance dans l'Ouest canadien. La possibilité d'une éruption volcanique ne peut donc pas être exclue.

## Les tsunamis

Les tsunamis ou raz-de-marée sont d'énormes vagues marines produites par des tremblements de terre, des mouvements de terrain ou des éruptions volcaniques sous-marines. Ces vagues peuvent atteindre jusqu'à 30 mètres de hauteur et causer d'importants dommages aux habitations installées près des rives.

## Les ouragans

Les ouragans sont d'énormes tempêtes tropicales qui peuvent causer d'importants dommages. On les appelle aussi « cyclones tropicaux » ou « typhons ». Ils naissent dans les océans, généralement près de l'équateur. Ils sont accompagnés par des vents très forts et beaucoup de pluie.

## Les vagues de chaleur ou de froid intense

Les changements climatiques entraînent des phénomènes météorologiques extrêmes telles que les vagues de chaleur ou de froid intense. Ces phénomènes sont provoqués par l'arrivée d'une masse d'air froid ou chaud qui cause une diminution ou une augmentation considérable de la température. Les vagues de chaleur ou de froid intense peuvent avoir des effets dévastateurs sur la santé des personnes vulnérables comme les jeunes enfants et les gens âgés.



# Quelques mots sur les fuites de produits toxiques

Les fuites de produits toxiques sont des incidents où il y a déversement accidentel ou fuite de produits dangereux pour les êtres humains et pour l'environnement.

Ces produits dangereux peuvent contaminer le sol, l'eau ou se mélanger à l'air. Mélangés à l'air, ils peuvent être vus comme un nuage ou être invisibles. Il peut arriver qu'on puisse sentir ou goûter le produit dangereux. Mais chose certaine, il peut y avoir un risque pour la santé si on respire un nuage toxique ou encore, si l'on consomme de l'eau contaminée. Le risque dépend de la toxicité de la substance en cause, de sa concentration et de la durée pendant laquelle on y est exposé.

Dans le cas d'une fuite de produits toxiques, les autorités pourraient vous demander de demeurer à l'intérieur de la maison afin d'être à l'abri des effets néfastes de ces produits toxiques. Il faudra alors :

- Aller à l'intérieur de la maison et y rester;
- Fermer toutes les fenêtres et les portes;
- Fermer tous les systèmes de ventilation;
- Écouter la radio ou regarder la télévision pour connaître les consignes des autorités.

## D'autres sources d'information à consulter

Pour compléter ou approfondir l'information présentée dans ce cahier d'activités, voici une liste de ressources à consulter :

- [www.croixrouge.ca](http://www.croixrouge.ca)
- [www.croixrouge.ca/vaincrelapeur](http://www.croixrouge.ca/vaincrelapeur)
- [www.croixrouge.ca/abaslesmicrobes](http://www.croixrouge.ca/abaslesmicrobes)
- [www.climatecentre.org](http://www.climatecentre.org)
- [www.ifrc.org/fr/what/disasters/](http://www.ifrc.org/fr/what/disasters/)
- [www.iclr.org/french/index.htm](http://www.iclr.org/french/index.htm)
- [www.ecoaction.gc.ca](http://www.ecoaction.gc.ca)
- [www.securitepublique.gc.ca/res/em/nh/index-fra.aspx](http://www.securitepublique.gc.ca/res/em/nh/index-fra.aspx)
- [www.nrcan.gc.ca/studelev/index-fra.php](http://www.nrcan.gc.ca/studelev/index-fra.php)
- <http://earthquakescanada.nrcan.gc.ca/index-fra.php>
- <http://ec.gc.ca/default.asp?lang=Fr&n=8B2F9F48-1>
- [www.msp.gouv.qc.ca/jeunesse/index.html](http://www.msp.gouv.qc.ca/jeunesse/index.html)
- [www.sopfeu.qc.ca/fr/zone\\_interactive/jeunesse.php](http://www.sopfeu.qc.ca/fr/zone_interactive/jeunesse.php)
- <http://feu.scf.nrcan.gc.ca>
- [http://climatechangenorth.ca/section-BGF/B1f\\_Backgrounders\\_F.html](http://climatechangenorth.ca/section-BGF/B1f_Backgrounders_F.html)
- <http://www.fema.gov/kids/index.htm> (anglais seulement)
- <http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/envIRON/heat-chaleur-fra.php>
- <http://www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/climat/adapt/heat-chaleur-fra.php>



# Pour te préparer aux situations d'urgence avec ta famille

Puisque les sautes d'humeur de Dame Nature peuvent nous frapper à tout instant et sans avertissement, voici quelques préparatifs à faire avec tes parents pour mieux réagir et limiter les dommages. Pour t'aider, tu trouveras dans les pages consacrées au programme *Prévoir l'imprévisible*, sur le site Internet de la Croix-Rouge canadienne, un cahier d'activités à faire en famille. Tu pourras le consulter à l'adresse suivante, dans la section destinée aux parents : [www.croixrouge.ca/prevoirlimprevisible](http://www.croixrouge.ca/prevoirlimprevisible).

- Évaluez les risques de catastrophes dans ton milieu.
- Apprends les comportements à adopter en cas d'urgence.
- Prépare ta maison pour faire face aux catastrophes.
- Prépare une trousse de survie, une trousse de premiers soins, et une trousse d'urgence pour la voiture avec ta famille.
- Prépare des provisions (eau et nourriture) pour au moins 72 heures en cas d'urgence.
- Fais un plan d'action en cas d'urgence avec ta famille :
  - Faites une liste de numéros de téléphone d'urgence et gardez-la bien à la vue;
  - Déterminez à l'avance 2 lieux de rassemblement en cas d'évacuation (un premier, tout près, à l'extérieur de la maison, facilement accessible en cas d'urgence soudaine comme un incendie; et un deuxième, en dehors du quartier, au cas où vous ne pourriez retourner à la maison tout de suite);
  - Identifiez une personne à l'extérieur de la ville que les membres de la famille pourraient contacter par téléphone si vous étiez séparés par une situation d'urgence;
  - Prévoyez un autre endroit où la famille pourrait habiter temporairement (parent ou ami, par exemple);
  - Pratiquez votre plan d'évacuation de la maison et répétez les techniques pour rester à l'abri dans la maison en cas de fuite de produits toxiques.
- Apprends à reconnaître les sorties de secours et les détecteurs de fumée à la maison, à l'école et dans les lieux publics.
- N'utilise jamais l'ascenseur lors d'une urgence.
- Suis un cours de secourisme de la Croix-Rouge canadienne.





# Après la catastrophe

**Même après la catastrophe, on est encore en situation d'urgence. Il faut :**

- Porter secours aux personnes blessées;
- S'assurer d'avoir accès à une trousse de survie;
- Écouter la radio locale au cas où on demanderait d'évacuer.

**On me demande d'évacuer, je suis prêt !**

Si les autorités demandent d'évacuer, ne pas s'entêter à demeurer dans sa résidence, mais plutôt la quitter immédiatement en prenant soin :

- D'apporter sa trousse de survie et de premiers soins;
- De porter des vêtements adéquats;
- De mettre ses animaux domestiques en sécurité;
- De laisser une note sur la table qui indique le moment du départ et le lieu de destination;
- De verrouiller les portes en partant.

**Collaborer**

- Écouter attentivement les directives des autorités et des secouristes;
- Toujours emprunter les trajets qui nous sont indiqués;
- Se rendre au lieu de rassemblement désigné par les autorités;
- Observer ce qui nous entoure et signaler ce qui nous semble anormal ou dangereux.

**Le retour à la maison**

En réintégrant son domicile, il faut :

- Vérifier l'état de sa maison pour en évaluer les dommages matériels;
- Utiliser une lampe de poche pour inspecter les lieux : il peut être risqué d'allumer les lumières;
- Vérifier l'état de ses appareils électriques;
- Communiquer avec des spécialistes pour tout problème électrique, de chauffage ou de gaz;
- Consommer de l'eau embouteillée jusqu'à ce qu'on nous confirme que l'eau est potable;
- Vérifier la nourriture au réfrigérateur et au congélateur : jeter tous les aliments souillés ou autres si on doute de leur fraîcheur;
- N'utiliser le téléphone qu'en cas d'urgence : les équipes de travail auront encore besoin des circuits téléphoniques pour un certain temps.

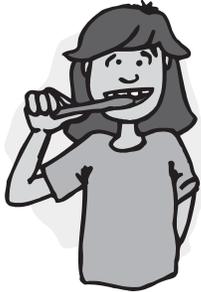
# Les changements climatiques : Qu'est-ce que tu peux faire?

## 1. Un conseil qui ne craint pas le froid!

Baisse la température des thermostats la nuit et quand toute la famille part pour le travail ou l'école. Tu économiseras ainsi facilement de l'énergie!

## 2. Il n'en tient qu'à toi!

Ne laisse pas couler l'eau inutilement pendant que tu te brosses les dents ou que tu fais la vaisselle.

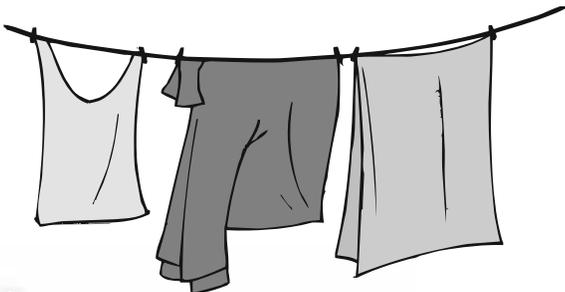


## 3. Tu peux le faire maintenant!

Prends ta douche au lieu d'un bain et installe une pomme de douche à débit réduit avec tes parents.

## 4. Un truc dans le vent!

Utilise la corde à linge ou le séchoir à linge le plus souvent possible au lieu de la sècheuse. Tes vêtements, quant à eux, dureront plus longtemps!



## 5. Éteindre pour mieux rallumer!

Éteins les lumières et les électroménagers quand ils ne sont pas utiles.

## 6. Une idée lumineuse!

Avec ta famille, utilise des ampoules plus éconergétiques et installe des minuteries pour contrôler les lumières extérieures.

## 7. Le séchage à l'air qui a du flair!

Le lave-vaisselle est énergivore. Laisse sécher la vaisselle à l'air libre.

## 8. Se déplacer sans polluer!

Utilise ta bicyclette ou tes patins à roues alignées, quand c'est possible, plutôt que de demander à tes parents de t'accompagner en voiture.



## 9. Le moteur est-il à la hauteur?

Demande à tes parents de ne pas laisser tourner inutilement le moteur de la voiture.

## 10. L'art du recyclage et du compostage!

Recycle et fabrique du compost avec ta famille. Moins il y a des déchets qui vont à la décharge, moins il y a d'énergie utilisée!





# La Croix-Rouge canadienne : en tout lieu, en tout temps

La Croix-Rouge canadienne<sup>1</sup> est l'une des 187 sociétés nationales qui, avec le Comité international de la Croix-Rouge (CICR) et la Fédération internationale des sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (la Fédération), forment le Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge. Sa mission est d'améliorer les conditions d'existence des personnes les plus vulnérables en mobilisant le pouvoir de l'humanité au Canada et partout dans le monde.

La Société canadienne de la Croix-Rouge est un organisme bénévole qui fournit au public des services humanitaires et des secours d'urgence :

- En prévention contre ou lors de catastrophes ou de conflits au Canada et partout dans le monde.
- Par l'entremise d'activités communautaires dans les domaines de la santé et des services sociaux.

Les services humanitaires et de secours sont en conformité avec les Principes<sup>2</sup> fondamentaux du Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge. Les programmes de la Croix-Rouge canadienne sont offerts grâce à l'action de milliers de bénévoles et à l'appui financier des Canadiens.

## Les Principes fondamentaux de la Croix-Rouge

### Humanité

S'efforcer de prévenir et d'alléger les souffrances humaines. Favoriser l'amitié et la paix durable entre les peuples.

### Impartialité

Aider en fonction du degré de souffrance et pas montrer de préférence quant à la nationalité, la race, la religion ou la condition sociale.

### Neutralité

S'abstenir de prendre partie dans les conflits ou les controverses, afin de garder la confiance de tous.

### Indépendance

Agir librement, selon les 7 principes.

### Volontariat

Donner son temps et son énergie pour aider les autres sans en attendre de récompense.

### Unité

Rassembler tous les efforts d'un pays dans une seule Croix-Rouge, ouverte à tous.

### Universalité

Se soucier des souffrances des gens dans le monde entier.

<sup>1</sup>Conformément à la loi, l'usage de l'emblème et du nom de la Croix-Rouge au Canada est réservé exclusivement à la Société canadienne de la Croix-Rouge et aux services sanitaires des forces armées (Loi sur les Conventions de Genève, L.R.C., 1985, chap G-3).

<sup>2</sup>Ce texte est une adaptation des principes fondamentaux proclamés par la XX<sup>e</sup> Conférence internationale de la Croix-Rouge à Vienne en 1965. Il faut noter que le texte original a été révisé et inclus dans les Statuts du Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, adoptés par la XXV<sup>e</sup> Conférence internationale de la Croix-Rouge à Genève en 1986.



Croix-Rouge canadienne

Grâce au  
parrainage  
publicitaire de :

