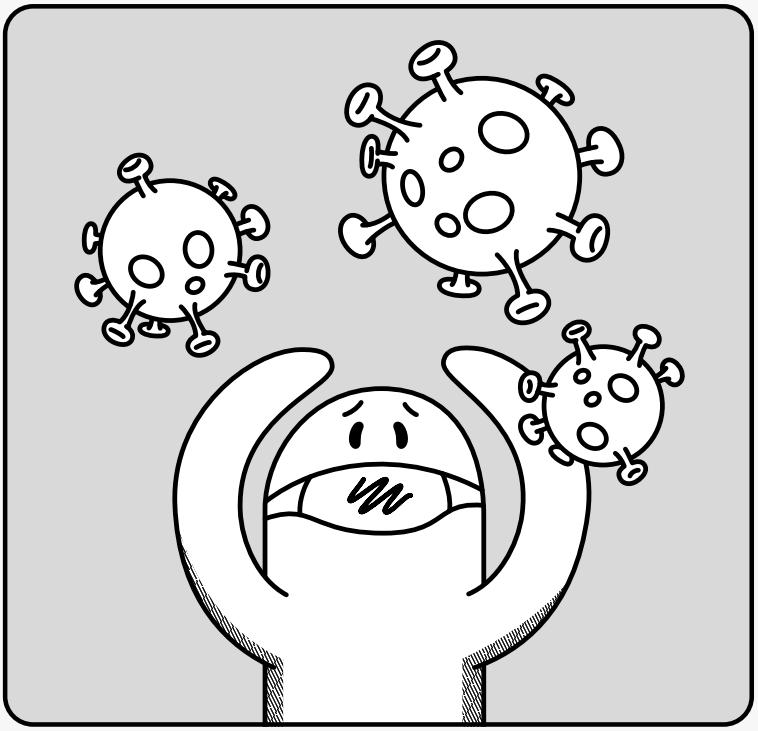
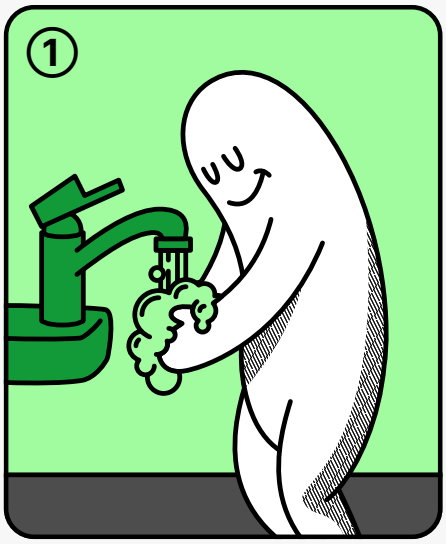
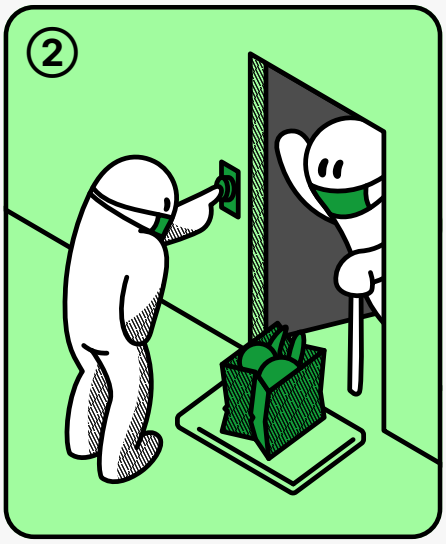
PANDÉMIE

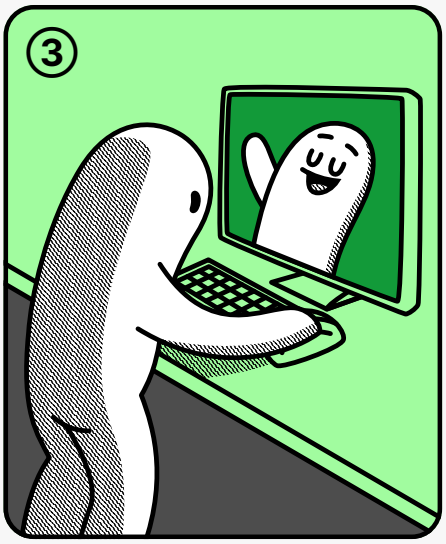
LA NOTICE D'URGENCE











LA NOTICE QU'ON PRÉFÈRE AVOIR LUE AVANT.
TOUS LES BONS GESTES FACE AUX SITUATIONS D'URGENCE
SUR VD.CH/NOTICES-URGENCE.

EN CAS DE PANDÉMIE
① Se laver régulièrement les mains
② Organiser un réseau d'aide en cas de vulnérabilité
③ Maintenir des contacts sociaux à distance

LES NOTICES D'URGENCE
ALERTSWISS
canton de vaud
LIBERTÉ ET PATRIE

EN CAS DE PANDÉMIE, JE DOIS :

① ANTICIPER

JE CONNAIS LE DANGER

Une pandémie est la propagation rapide d'une maladie infectieuse à grande échelle, touchant de nombreuses régions ou pays en même temps. Elle est généralement causée par un nouveau virus ou une nouvelle variante, contre laquelle la population est peu ou pas immunisée. La maladie peut alors se transmettre rapidement d'une personne à l'autre. En Suisse, les autorités sanitaires, notamment l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et les services cantonaux, surveillent en permanence l'évolution de la situation. Lorsque le risque augmente, elles peuvent émettre des recommandations ou mettre en place des mesures de protection pour limiter la propagation.

QUELS SONT LES RISQUES ?

- Tomber malade, avec un risque plus élevé de complications pour les personnes vulnérables
- Surcharge temporaire du système de santé, pouvant rallonger les délais de prise en charge
- Des absences au travail ou à l'école, perturbant l'organisation quotidienne
- Un isolement social temporaire si des limitations de contacts sont recommandées
- Du stress ou de la fatigue psychologique liés à l'incertitude

② PLANIFIER

JE ME PRÉPARE

- Adopter au quotidien de bonnes habitudes d'hygiène (lavage régulier des mains, etc).
- Prévoir quelques réserves utiles à la maison selon la liste établie par OFAE (www.bwl.admin.ch/fr/des-provisions-providentielles). Il convient notamment d'avoir de la solution désinfectante pour les mains et une boîte de masques par personne.
- Anticiper l'organisation du quotidien en cas de restrictions (travail, école, déplacements).
- Anticiper les besoins particuliers en cas de vulnérabilité en discutant avec votre médecin traitant ou votre pédiatre des précautions à prendre et en organisant votre réseau d'aide.
- S'informer via les sources officielles (OFSP, autorités cantonales, Alertswiss).

③ AGIR

JE SAIS QUOI FAIRE

- Suivre les recommandations des autorités sanitaires (mesures d'hygiène, tests, isolement si nécessaire, éventuelle vaccination).
- Limiter les contacts physiques selon les recommandations émises par les autorités lors de la pandémie et maintenir des contacts sociaux réguliers (téléphone, visio).
- Contacter un professionnel de santé en cas de doute ou d'aggravation de symptômes.
- Éviter les contacts avec les personnes vulnérables en cas de maladie.
- Appeler le 144 en cas d'urgence médicale (difficultés respiratoires, aggravation rapide).



REBONDIR

QUE FAIRE APRÈS ?

- Rester attentif(ve) à son état de santé et à celui de ses proches.
- Respecter les mesures recommandées si certaines restent en vigueur.
- Reprendre progressivement ses activités, selon les consignes officielles.
- Faire le point sur son organisation personnelle et renouveler ses réserves si nécessaire.

CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger : alertswiss.ch
- Centrale santé (058 6 116 116) : Conseils médicaux et orientation en cas de doute ou de malaise
- Canton de Vaud - informations sur le coronavirus : www.vd.ch/coronavirus

©Service de la sécurité civile et militaire, 2026 – Design : twks.ch

Version 1.1