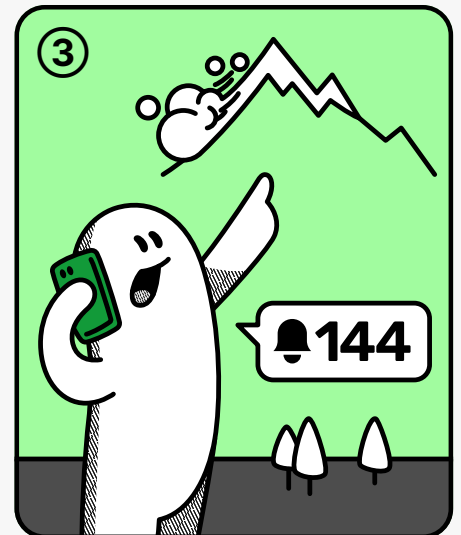
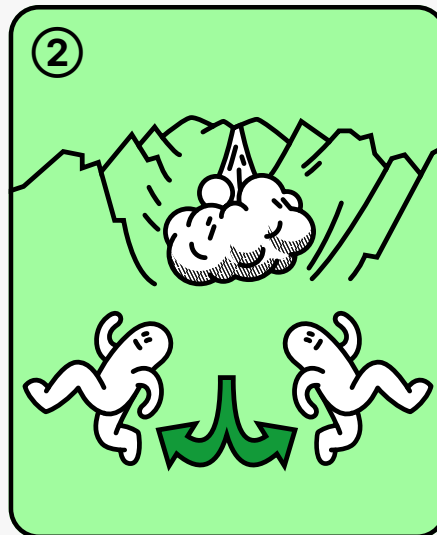
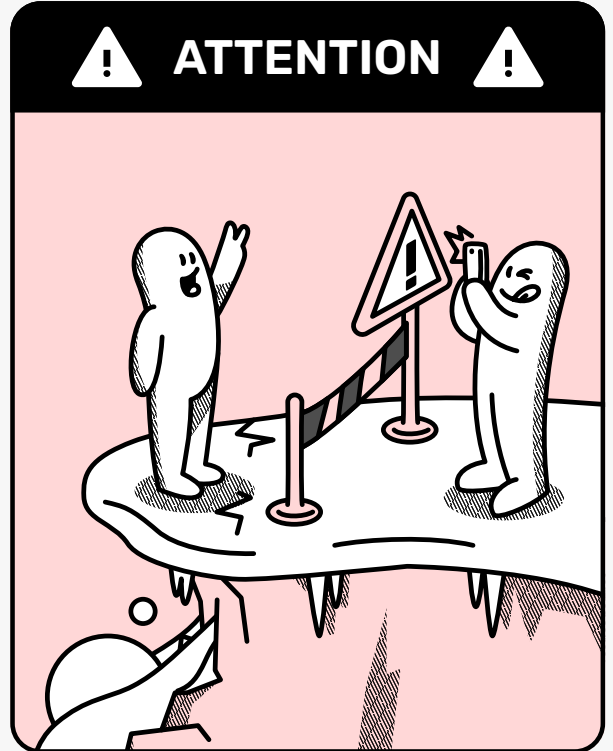
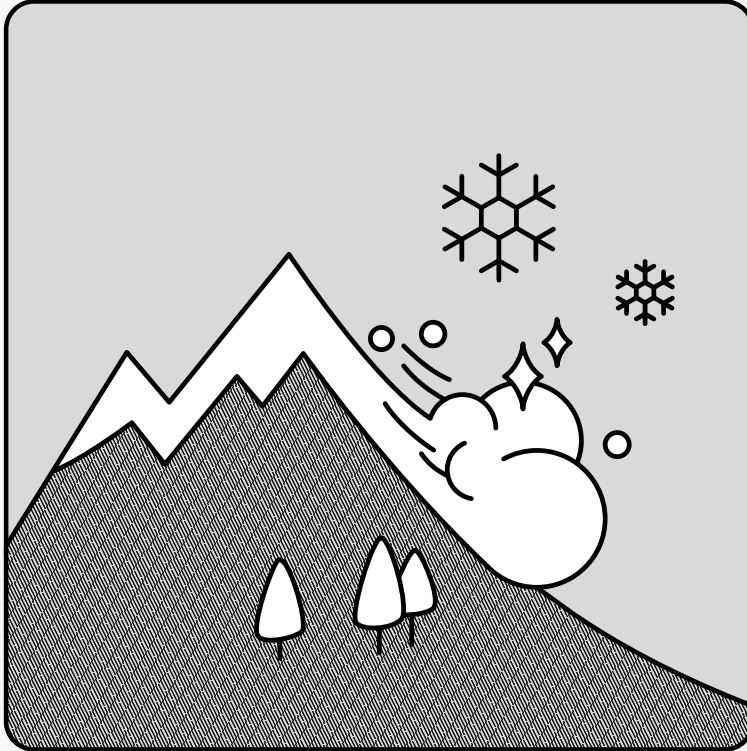


# AVALANCHE

## 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](https://www.vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS D'AVALANCHE

- ① Consulter le bulletin d'avalanche
- ② Fuir latéralement
- ③ Appeler les secours

# EN CAS DE D'AVALANCHE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Une avalanche est une masse de neige qui se détache soudainement et dévale une pente à grande vitesse. Elle peut se présenter sous forme de neige qui glisse au sol, de neige qui s'écoule comme un fluide ou d'un nuage de neige poudreuse très puissant. En descendant, elle peut emporter avec elle de la glace, des rochers, des arbres et tout ce qui se trouve sur son passage. Les avalanches surviennent généralement en montagne, notamment après de fortes chutes de neige, lors d'un redoux ou en raison de vents tempétueux.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Décès ou blessures graves de personnes et d'animaux (ensevelissement)
- Destruction d'habitations, de routes et d'autres infrastructures
- Isolement de zones entières (y compris de zones d'habitation) et perturbation des transports et des secours

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Consultez le bulletin d'avalanches et les alertes officielles avant tout déplacement en zone de montagne.
- Respectez les fermetures, signalisation et consignes de sécurité des autorités locales.
- Évitez les zones exposées et renseignez-vous sur les itinéraires sûrs.
- Informez vos proches de votre destination et de votre heure de retour.
- Équipez-vous de matériel adapté à l'hiver en montagne (vêtements chauds, téléphone chargé, lampe, etc).
- Pour les activités hors des zones sécurisées, utilisez un équipement de sécurité avalanche (DVA, pelle, sonde) et partez accompagné.

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Tenez-vous hors des zones dangereuses lors de situations avalancheuses.
- Si vous êtes surpris, essayez de fuir latéralement, de gagner un terrain sûr (zone dégagée, hauteur, etc).
- Si l'avalanche vous atteint, débarrassez-vous de tout équipement lourd, protégez vos voies respiratoires et tentez de rester à la surface en effectuant des mouvements de nage.
- Appelez les secours (144 ou 112) dès que possible et signalez l'accident.
- Si possible, localisez les personnes enfouies sous la neige, dégagez-les et prodiguez leur les premiers secours.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

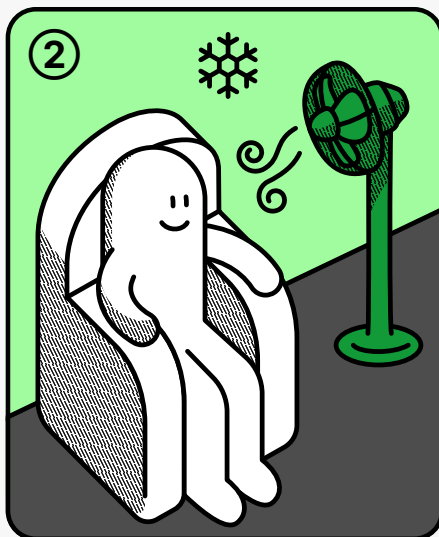
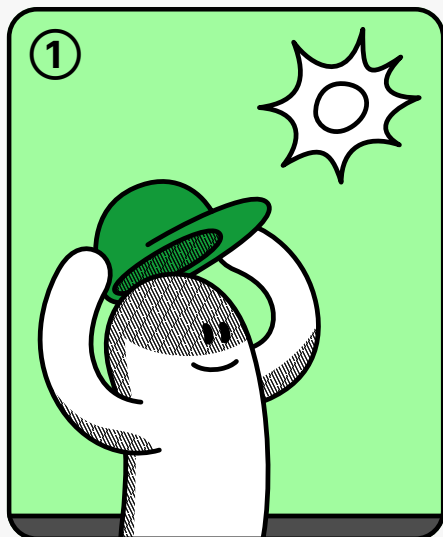
- Restez prudent: d'autres avalanches peuvent se produire et le terrain peut rester instable.
- Ne retournez dans la zone touchée qu'après autorisation des autorités.
- Signalez toute personne disparue ou blessée aux secours (144 / 112).
- Évitez les zones endommagées (bâtiments fragilisés, arbres instables, routes coupées).
- Aidez les personnes touchées si cela peut être fait sans danger.
- Documentez les dégâts et annoncez-les à votre assurance si nécessaire.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- WSL – Institut pour l'étude de la neige et des avalanches SLF: [www.slf.ch/fr/avalanches/connaissances-sur-le-theme-des-avalanches-et-prevention/recommandations-de-comportement-pour-les-situations-avalancheuses-exceptionnelles](http://www.slf.ch/fr/avalanches/connaissances-sur-le-theme-des-avalanches-et-prevention/recommandations-de-comportement-pour-les-situations-avalancheuses-exceptionnelles)
- MétéoSuisse – Prévisions et alertes météo: [www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map](http://www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map)
- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger: [alertswiss.ch](http://alertswiss.ch)
- Application Alarme-Météo: [alarmemeteo.ch](http://alarmemeteo.ch)

# CANICULE

## 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](https://www.vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE CANICULE

- ① Se protéger du soleil
- ② Rester dans des endroits frais
- ③ Boire régulièrement de l'eau

# EN CAS DE CANICULE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Une canicule est définie par MétéoSuisse comme une période de 3 jours consécutifs au minimum pendant laquelle la température moyenne journalière atteint ou dépasse les 25°C sur une région et dépasse nettement les valeurs climatologiques habituelles pour la saison.

### QUELS SONT LES RISQUES DIRECTS ?

- Déshydratation
- Épuisement dû à la chaleur
- Coup de chaleur
- Problèmes respiratoires (ozone élevé, fumées d'incendie)
- Aggravation de maladies pré-existantes (physiques et psychiques)
- Augmentation du risque de décès, en particulier chez les personnes vulnérables

### AUTRES RISQUES ASSOCIÉS

- Cancer de la peau lié à l'exposition au soleil
- Noyade (augmentation des baignades lors de fortes chaleurs)
- Dégradation de la qualité de l'eau dans certaines zones stagnantes
- Intoxications alimentaires (prolifération bactérienne favorisée par la chaleur)

Certains individus sont particulièrement à risque : les jeunes enfants, les personnes âgées, les femmes enceintes, les personnes atteintes d'une maladie somatique et/ou psychique, celles en situation de précarité socio-économique ou de handicap et/ou celles qui prennent des médicaments, tout comme les personnes qui exercent une activité physique professionnelle ou de loisir à l'extérieur.

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Suivre les prévisions météo et les alertes officielles (MétéoSuisse, autorités cantonales).
- Demander conseil auprès du médecin ou en pharmacie en cas de prise de médicaments.
- Adapter son logement : fermer fenêtres, volets et stores la journée, aérer tôt le matin, le soir ou la nuit.
- Prévoir de quoi boire suffisamment (eau à disposition, gourde).
- Organiser ses activités aux heures les plus fraîches.
- Identifier à l'avance des lieux frais près de chez soi (bibliothèque, musée, zone ombragée, centre commercial, etc).
- Penser aux personnes vulnérables autour de soi et anticiper leur besoin d'aide.

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Éviter les activités physiques intenses et les sorties en plein soleil.
- Se protéger du soleil (ombre, vêtements légers, chapeau).
- Boire régulièrement de l'eau, même sans sensation de soif.
- Privilégier une alimentation légère, de préférence des repas froids, riches en fruits et légumes.
- Rester autant que possible dans des endroits frais (caves, bibliothèques, écoles, etc).
- Se rafraîchir régulièrement (douche tiède, linge humide, brumisateur).
- Demander conseil au médecin ou, en son absence à la Centrale téléphonique des médecins de garde : 0848 133 133 si l'état de santé se détériore ou si les symptômes d'une maladie préexistante s'aggravent.
- En cas de malaise important (confusion, perte de connaissance, forte fièvre), demander de l'aide médicale sans attendre (144).



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

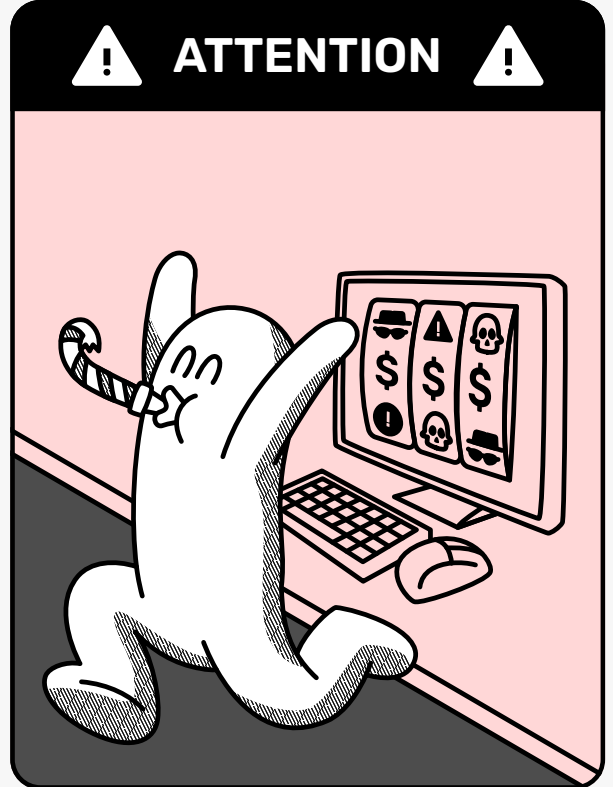
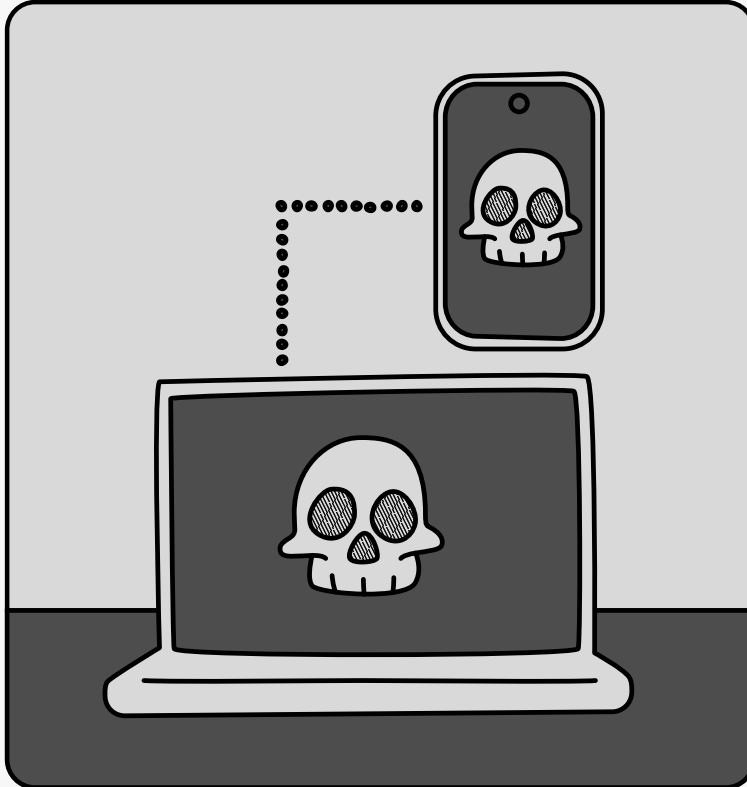
- Après une période de forte chaleur, rester attentif(ve) à son état de santé et à celui de ses proches.
- Les effets de la chaleur peuvent se faire sentir encore quelques jours (fatigue, déshydratation, malaise).
- Continuer à boire régulièrement de l'eau.
- Reprendre les activités progressivement.
- Si des symptômes persistent ou apparaissent, contacter le médecin traitant ou en son absence la Centrale téléphonique des médecins de garde : 0848 133 133.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- MétéoSuisse – Prévisions et alertes météo : [www.meteosuisse.admin.ch](http://www.meteosuisse.admin.ch)
- État de Vaud – Chaleur et canicule : [www.vd.ch/chaleur](http://www.vd.ch/chaleur)
- Application Alertswiss : [www.alert.swiss/fr/home.html](http://www.alert.swiss/fr/home.html)
- Centrale téléphonique des médecins de garde : 0848 133 133
- Autorités communales - Informations locales : lieux frais, mesures communales, contacts utiles.

# CYBERATTAQUE

## 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](https://vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE CYBERATTAQUE

- ① Garder son calme face aux messages alarmants
- ② Changer immédiatement son mot de passe
- ③ Signaler l'incident

# EN CAS DE CYBERATTAQUE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Une cyberattaque est un acte malveillant réalisé par des moyens informatiques visant à voler des données, bloquer un système ou tromper un utilisateur. Elle peut entraîner la perte, le vol ou le blocage de vos informations ou de vos appareils.

### QUELS SONT LES RISQUES DIRECTS ?

- Pertes financières
- Piratage de comptes
- Vol de données personnelles
- Usurpation d'identité
- Perte ou blocage de fichiers

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Utilisez des mots de passe forts et activez la double authentification.
- Ne communiquez jamais vos identifiants et mots de passe à qui que ce soit.
- Mettre à jour régulièrement ses mots de passe, éviter d'utiliser le même sur plusieurs plateformes.
- Privilégier l'usage d'un gestionnaire de mots de passe pour garantir leur sécurité.
- Méfiez-vous des messages inattendus et restez vigilants en toute circonstance.
- Vérifiez la fiabilité des sites que vous consultez.
- Sauvegardez régulièrement vos données.
- Utilisez un antivirus et activez les mises à jour automatiques.
- Évitez les réseaux Wi-Fi publics ou inconnus.

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

Garder son calme face aux messages ou appels alarmants, ne pas céder à un sentiment d'urgence.

#### En cas de piratage de compte / boîte email

- Changer immédiatement de mot de passe et activer la double authentification.
- Regarder si des messages ont été envoyés à votre place ou si des paramètres ont été modifiés.
- Supprimer les appareils inconnus connectés à votre compte.
- Changer aussi les mots de passe d'autres comptes importants (banque, réseaux sociaux, autres emails).
- Prévenir vos contacts que votre compte a été piraté afin qu'ils ignorent les messages suspects.

#### En cas de tentative d'hameçonnage

- Ne pas cliquer sur les liens et ne pas ouvrir les pièces jointes.
- Vérifier l'expéditeur et les liens en les survolant avant toute action.
- Contacter l'expéditeur supposé par un moyen alternatif.
- Ne pas utiliser les informations présentes dans le courriel suspect.

Dans tous les cas, signaler l'incident sur le site de l'OFCS et si un préjudice a été subi, déposer plainte dans un poste de police.



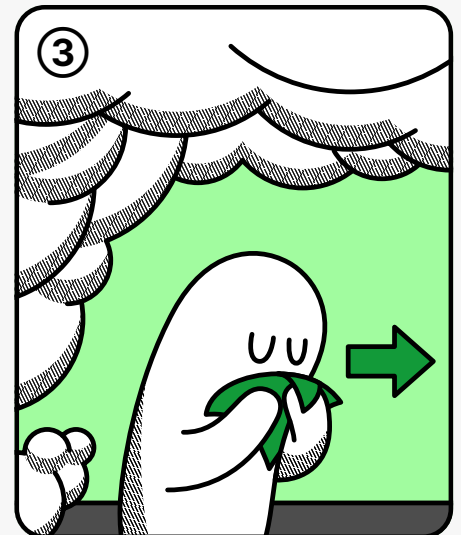
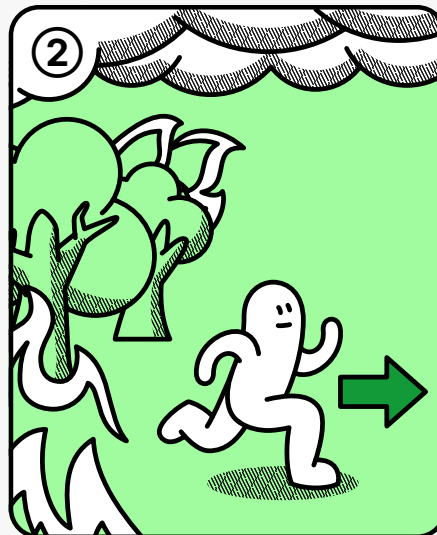
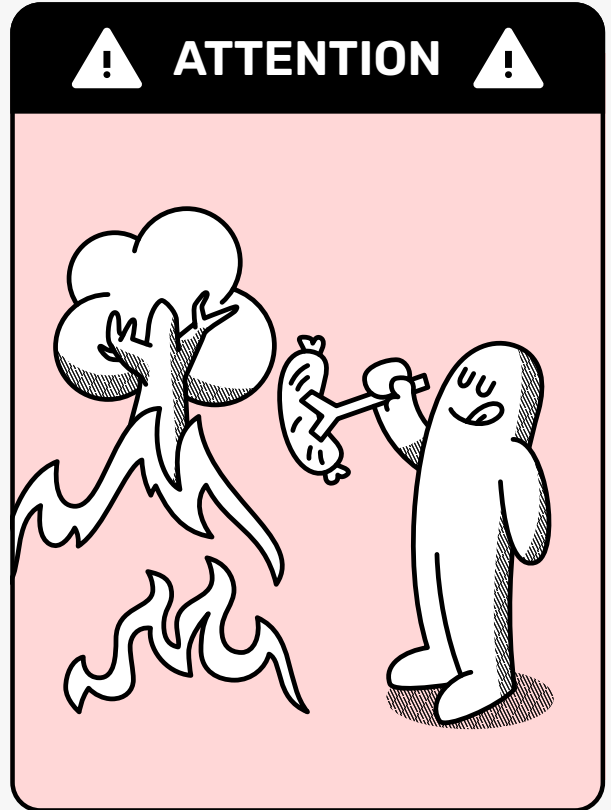
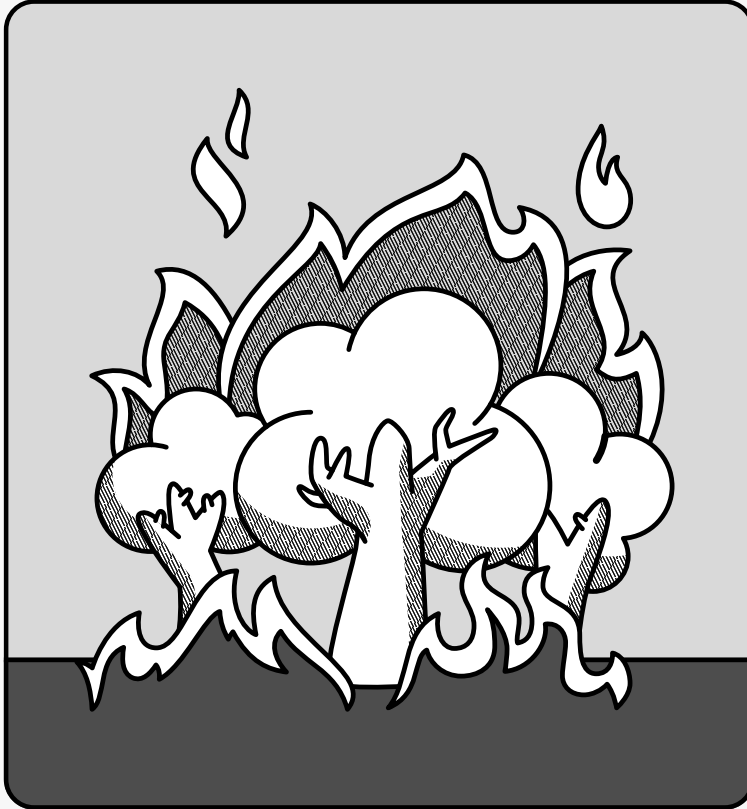
## M'INFORMER

### OÙ TROUVER DES INFORMATIONS FIABLES ?

- Canton de Vaud – Conseils cybersécurité : [www.vd.ch/cybersecurite](http://www.vd.ch/cybersecurite)
- Canton de Vaud – Conseils de la police : [votrepolice.ch/conseils](http://votrepolice.ch/conseils)
- OFCS – Office Fédéral de la cybersécurité : [www.ncsc.admin.ch/ncsc/fr/home/infos-fuer/infos-private.html](http://www.ncsc.admin.ch/ncsc/fr/home/infos-fuer/infos-private.html)
- Cybersécurité Vaud – Application Android : [play.google.com/store/apps/details?id=ch.vdsecure.mobile&hl=fr-CH](https://play.google.com/store/apps/details?id=ch.vdsecure.mobile&hl=fr-CH)
- Cybersécurité Vaud – Application iOS : [apps.apple.com/fr/app/cybers%C3%A9curit%C3%A9/id6446602857](https://apps.apple.com/fr/app/cybers%C3%A9curit%C3%A9/id6446602857)
- Signalez les cyberincidents à l'OFCS : [www.report.ncsc.admin.ch/fr](http://www.report.ncsc.admin.ch/fr)

# INCENDIE DE FORÊT

## 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](https://www.vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS D'INCENDIE DE FORÊT

- ① Donner l'alarme et appeler le 118
- ② S'éloigner rapidement du feu
- ③ Éviter la fumée

# EN CAS D'INCENDIE DE FORÊT, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Un incendie de forêt est un feu qui se propage de manière incontrôlée dans la végétation (forêt, broussailles, herbes sèches). Dans la plupart des cas, il est d'origine humaine, mais il peut aussi être déclenché par la foudre. Le risque est particulièrement élevé en été après des périodes de sécheresse lorsque la végétation devient très inflammable, mais également au début du printemps en l'absence de végétation verte. Le vent et la pente du terrain peuvent accélérer fortement la propagation du feu. Les incendies de forêt détruisent la faune et la flore, menacent les habitations et peuvent empêcher la forêt d'assurer ses fonctions essentielles. Ils peuvent survenir dans toutes les régions et leur risque augmente avec le changement climatique.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Danger pour les personnes et les animaux
- Propagation du feu aux habitations
- Fermeture de routes et évacuations
- Pollution de l'air par les fumées
- Destruction des forêts de protection contre les dangers naturels

## ② PLANIFIER

### LES BONS GESTES POUR PRÉVENIR UN INCENDIE DE FORÊT

- Informez-vous du degré de danger et des éventuelles interdictions auprès des autorités (communes, Canton, Alertswiss).
- Respectez strictement les interdictions d'allumer du feu.
- Renoncez à allumer un feu en cas de vent fort.
- N'allumez un feu qu'aux emplacements officiels autorisés (foyers aménagés) et ne le laissez jamais sans surveillance.
- N'utilisez pas de grill jetable directement sur le sol ou sur l'herbe sèche.
- Éteignez complètement les braises avant de quitter les lieux (arroser, remuer, refroidir).
- Ne jetez jamais d'objets en combustion. (mégots, allumettes) dans la nature.
- Manipulez avec précaution les outils ou machines pouvant produire des étincelles.

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Donnez l'alarme immédiatement et appelez les sapeurs-pompiers (118).
- Éloignez-vous rapidement du feu.
- Informez les personnes à proximité et mettez-les en sécurité.
- Aidez les personnes vulnérables et les animaux à évacuer, sans vous mettre en danger.
- Ne prenez aucun risque pour tenter d'éteindre le feu.
- Évitez la fumée : elle peut être toxique et réduire fortement la visibilité.
- Suivez les instructions des sapeurs-pompiers, des autorités et des services forestiers.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

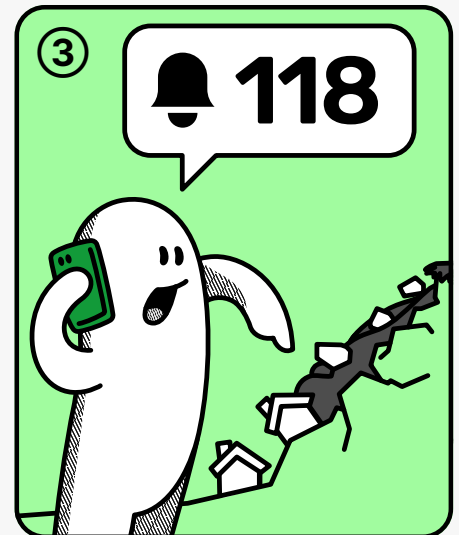
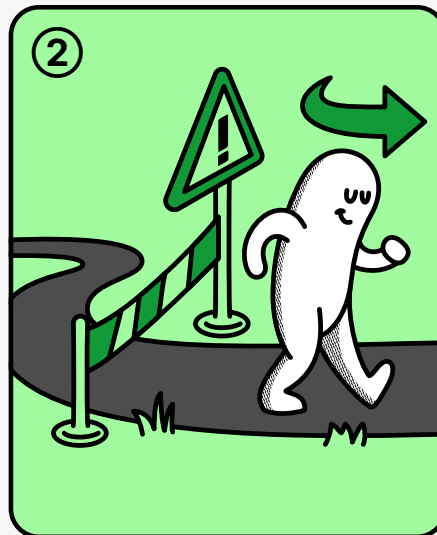
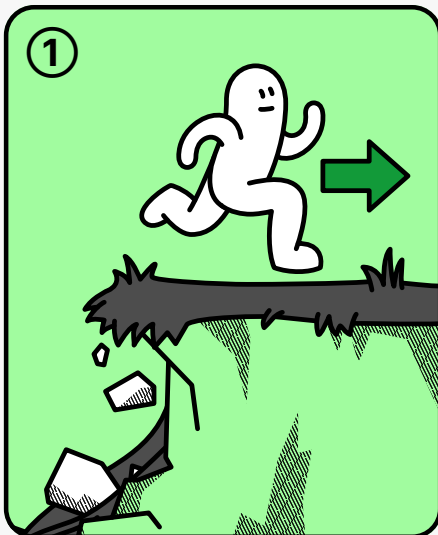
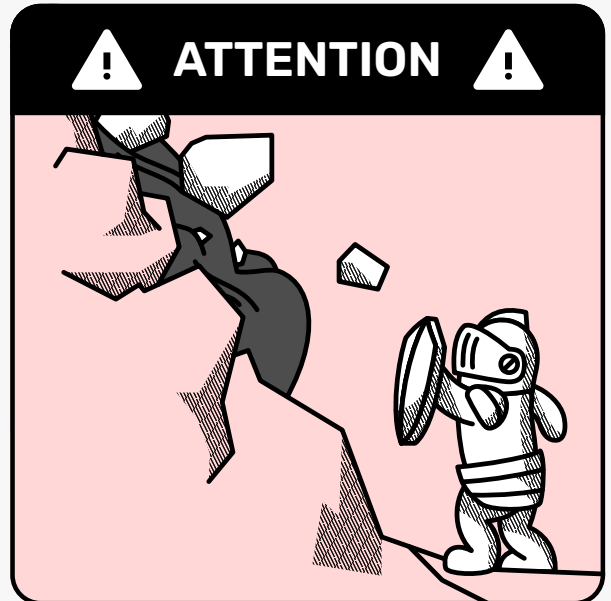
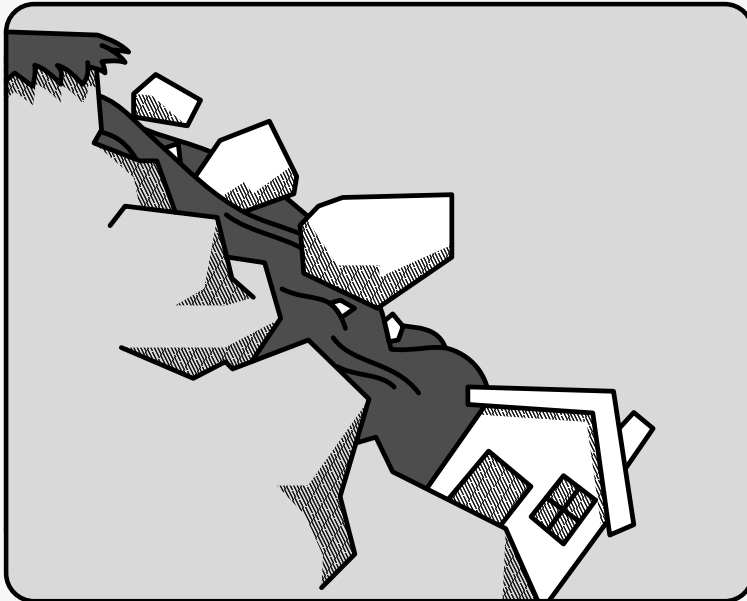
- N'accédez pas aux zones incendiées sans autorisation car des dangers peuvent persister.
- Documentez les dégâts pour votre assurance si nécessaire.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger: [alertswiss.ch](https://www.alertswiss.ch)
- MétéoSuisse – Prévisions et alertes météo: [www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map](https://www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map)
- Canton de Vaud – Information sur le danger d'incendie: [www.vd.ch/environnement/foret/incendies-de-foret](https://www.vd.ch/environnement/foret/incendies-de-foret)
- ECA: [www.eca-vaud.ch/particuliers/conseils-protection-incendie-elements-naturels](https://www.eca-vaud.ch/particuliers/conseils-protection-incendie-elements-naturels)
- Application Alarme-Météo: [alarmemeteo.ch](https://www.alarmemeteo.ch)

# MOUVEMENTS GÉOLOGIQUES

## 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](https://vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE MOUVEMENTS GÉOLOGIQUES

- ① S'éloigner immédiatement d'une zone instable
- ② Éviter les routes fermées
- ③ Signaler toute instabilité observée aux autorités

# EN CAS DE MOUVEMENTS GÉOLOGIQUES, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Les mouvements géologiques sont des déplacements naturels de roches, de terre ou de débris sur une pente. Ils se produisent lorsque le sol ou les roches deviennent instables, par exemple à la suite de séismes, de fortes pluies, d'une fonte rapide de la neige ou lors de cycles de gel et de dégel qui fragilisent le terrain. Ils peuvent se manifester sous diverses formes, comme des glissements de terrain, des éboulements ou des chutes de pierres. Ces phénomènes peuvent endommager des bâtiments, des routes ou des infrastructures. Ils surviennent le plus souvent dans des zones de pente ou de montagne, mais peuvent également se produire dans des zones urbanisées et/ou relativement plates.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Mise en danger des personnes à proximité d'une pente instable
- Endommagement de bâtiments, de routes ou d'infrastructures
- Routes ou chemins bloqués par des matériaux (rochers, terre, boue) impliquant des difficultés d'accès
- Coupures possibles de réseaux (électricité, gaz, eau, communications)

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Informez-vous sur les dangers naturels présents dans votre région auprès de votre commune.
- Prenez connaissance des dispositions prévues en cas d'urgence (par exemple plans d'évacuation prévus par les communes), si elles existent.
- Consultez les informations météorologiques et les alertes en cas de fortes pluies ou d'orages.
- Respectez la signalisation indiquant des zones exposées aux chutes de pierres ou aux glissements de terrain.
- Évitez de stationner ou de séjourner au pied de falaises ou de pentes instables lors de toutes périodes météorologiques défavorables.
- Soyez particulièrement vigilant lors de randonnées ou d'activités en extérieur et plus particulièrement en montagne.

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Éloignez-vous immédiatement d'une pente instable ou d'une zone où des pierres tombent.
- Ne vous arrêtez pas et quittez rapidement la zone exposée.
- Signalez aux autorités toute instabilité de terrain observée (chute de pierres, glissement de terrain, coulées de boues, etc).
- En cas de danger immédiat, appelez les secours au 112 ou 118.
- Suivez impérativement les consignes diffusées par les forces d'intervention, notamment en cas d'évacuation.
- Évitez les routes ou chemins fermés par les autorités.

### Si vous êtes à l'intérieur

- Ne restez pas dans des constructions légères (par exemple remise, grange).
- Si vous habitez dans une zone menacée, demeurez dans les pièces situées en aval du bâtiment.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

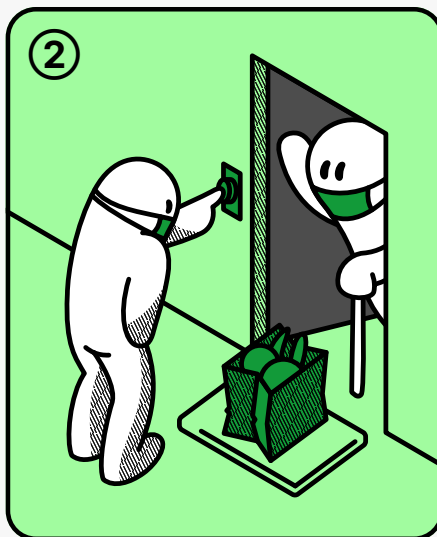
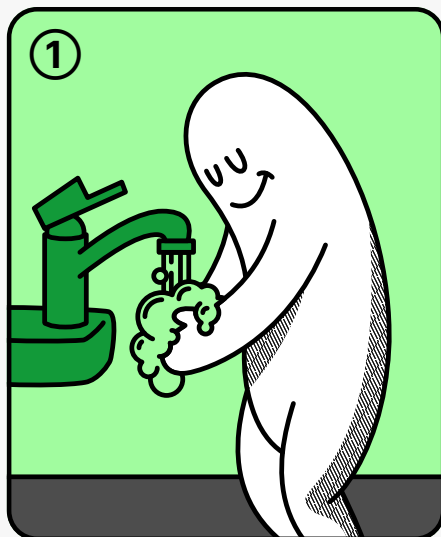
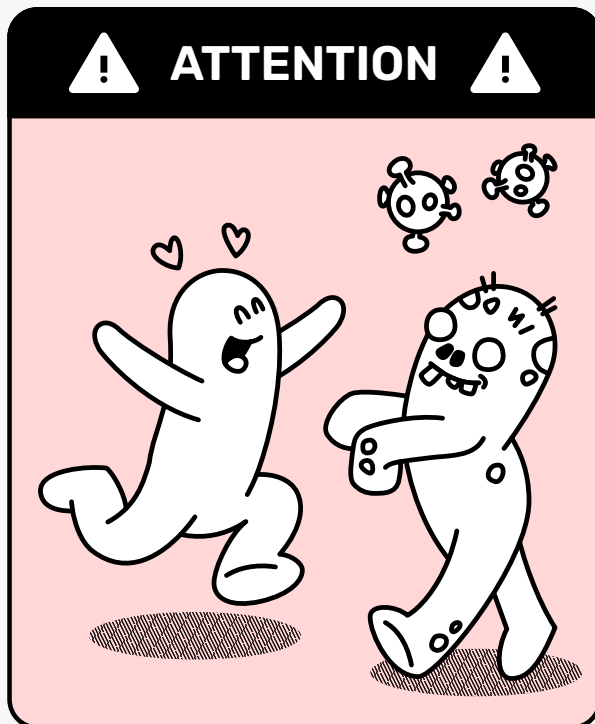
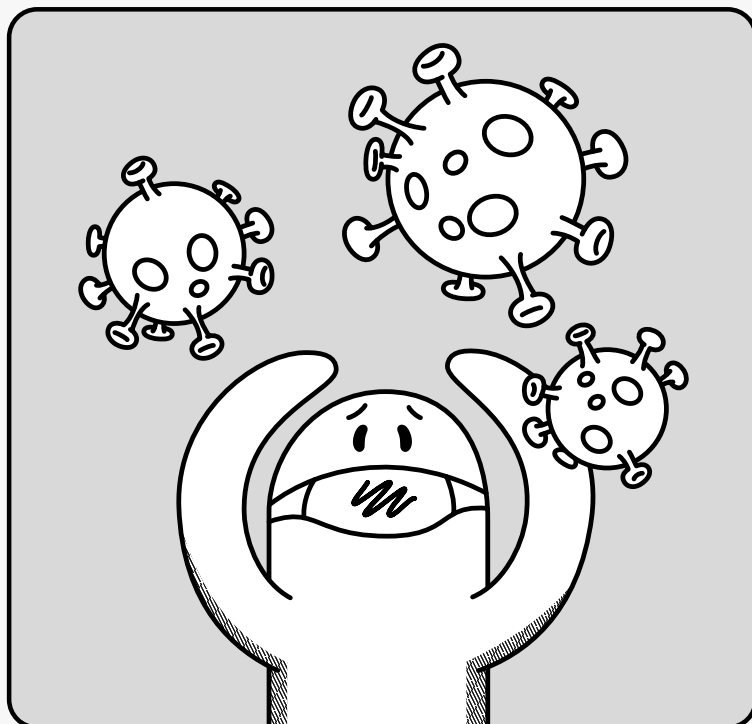
- Évitez les zones concernées tant que les autorités n'ont pas déclaré les lieux sûrs.
- Respectez strictement les fermetures de routes ou de sentiers.
- Signalez aux autorités tout nouveau mouvement de terrain observé.
- Restez attentif aux informations diffusées par les autorités.
- Annoncez les dommages à l'assurance des bâtiments.
- Si des éléments porteurs du bâtiment (piliers, murs, etc) ont subi des dommages, faites vérifier la solidité de la structure par un ingénieur civil.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- OFEV Office fédéral de l'environnement – Informations de la Confédération sur les dangers naturels: [ofev.admin.ch](http://ofev.admin.ch)
- PLANAT – plateforme nationale sur les dangers naturels en Suisse: [planat.ch](http://planat.ch)
- Canton de Vaud – informations sur les dangers naturels: [vd.ch/dangers-naturels](http://vd.ch/dangers-naturels)
- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger: [alertswiss.ch](http://alertswiss.ch)

# 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](https://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

# 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](http://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 ?

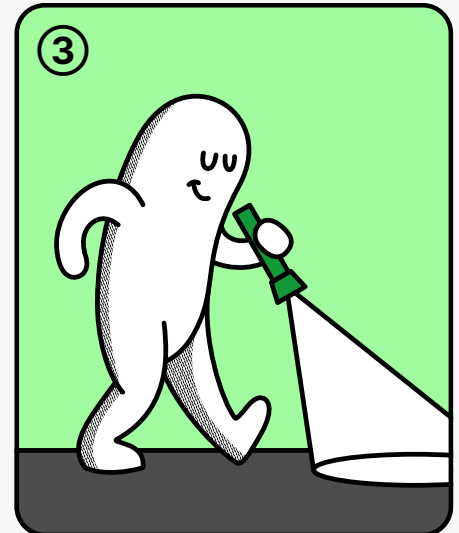
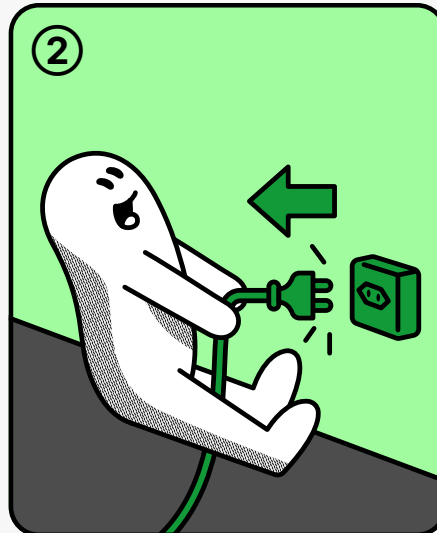
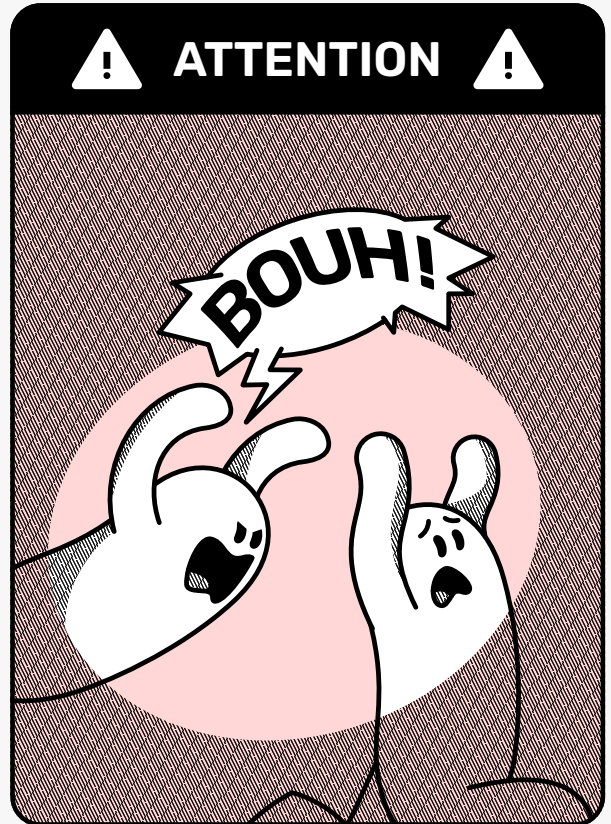
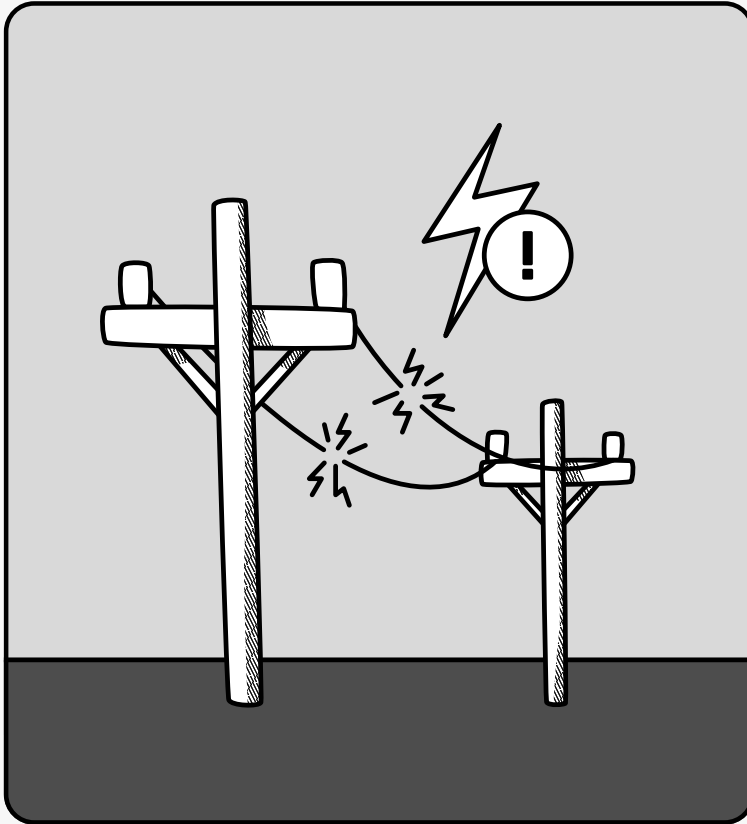
- Rester attentif(ve) à son état de santé et à celui de ses proches.
- Respecter les mesures recommandées si certaines restent en vigueur.
- Reprendre progressivement ses activités, selon les consignes officielles.
- Faire le point sur son organisation personnelle et renouveler ses réserves si nécessaire.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger : [alertswiss.ch](http://alertswiss.ch)
- Centrale téléphonique des médecins de garde (0848 133 133) : Conseils médicaux et orientation en cas de doute ou de malaise
- Canton de Vaud - informations sur le coronavirus : [www.vd.ch/coronavirus](http://www.vd.ch/coronavirus)

# PANNE D'ÉLECTRICITÉ

## 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](https://www.vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE PANNE D'ÉLECTRICITÉ

- ① Avoir son kit d'urgence déjà prêt
- ② Débrancher les appareils électriques
- ③ S'éclairer pour éviter une chute

# EN CAS DE PANNE D'ÉLECTRICITÉ, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Les pannes d'électricité sont des interruptions inattendues de l'alimentation électrique. Elles peuvent durer de quelques minutes à plusieurs heures et survenir à l'échelle locale ou régionale.

On parle de black-out lorsqu'une panne d'électricité touche une très grande zone. Dans certaines situations, le retour à la normale peut prendre du temps et perturber durablement le quotidien.

Ces pannes sont généralement causées par des dégâts sur les infrastructures de distribution (tempêtes, chutes d'arbres, accidents), une surcharge du réseau, des défaillances techniques ou des cyberattaques.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Accidents liés à l'obscurité
- Arrêt des feux de circulation et de la signalisation lumineuse
- Arrêt du chauffage et des appareils électriques
- Perturbation des communications et difficultés d'accéder à l'information
- Dysfonctionnements des transports et de la distribution de carburant
- Arrêt des ascenseurs, blocage des portes et barrières électriques (bâtiments, parking souterrain, etc)
- Perte des systèmes de paiement
- Détérioration des aliments dans les réfrigérateurs et congélateurs
- Difficultés pour les personnes vulnérables (personnes âgées, malades, isolées ou dépendantes d'appareils médicaux)

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Renseignez-vous sur l'emplacement des points de rencontre d'urgence (PRU) dans votre commune.
- Pour les personnes électrodépendantes ou vulnérables, se renseigner sur les mesures spécifiques à prendre.
- Vérifiez et complétez votre kit d'urgence (lampe de poche, radio à piles, batteries, eau, nourriture, etc) et calculez les quantités nécessaires en fonction de votre ménage (nombre de personnes et durée) à l'aide du test en ligne de la confédération : [www.notvorratsrechner.bwl.admin.ch/fr](http://www.notvorratsrechner.bwl.admin.ch/fr)

#### Réfléchissez à la manière de :

- Préparer des repas chauds sans électricité
- Disposer d'un éclairage suffisant
- Accéder aux informations essentielles
- Assurer le fonctionnement d'appareils ou de systèmes importants même en cas de coupure de courant

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Restez calme.
- Allumez une lampe ou une bougie pour éviter une chute.
- Écoutez la radio pour suivre les informations officielles.
- Prenez contact avec vos voisins et entraidez-vous.
- Utilisez si possible un appareil disposant d'une batterie (smartphone, radio) pour consulter les informations de votre fournisseur d'électricité.
- Débranchez les appareils qui pourraient redémarrer automatiquement lorsque le courant revient (fer à repasser, outils électriques, etc).
- Évitez d'ouvrir votre réfrigérateur ou votre congélateur ; après environ 6 heures, consommez rapidement les aliments du réfrigérateur. Après environ 24 heures, les aliments du congélateur peuvent être altérés.
- Vérifiez que personne n'est coincé dans un ascenseur et organisez de l'aide si nécessaire.
- Si vous avez besoin d'aide, rendez-vous au point de rencontre d'urgence le plus proche.
- Suivez les instructions de la police, des pompiers et de la protection civile.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

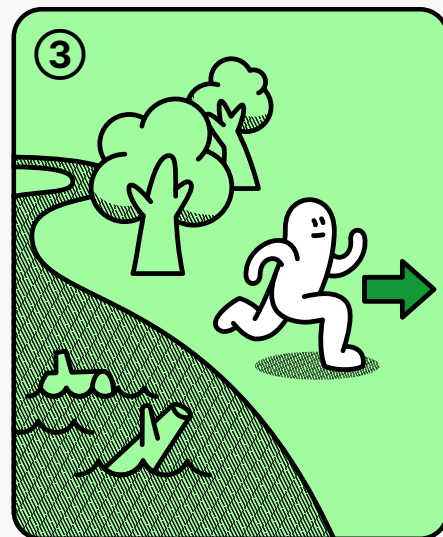
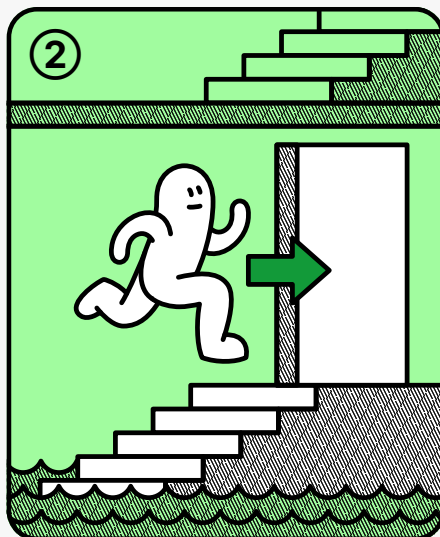
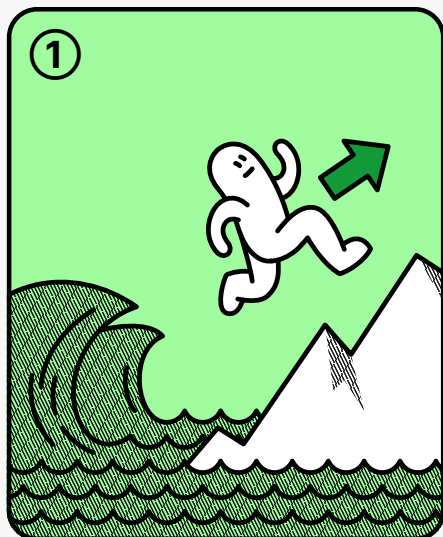
- Suivez les instructions des autorités et des distributeurs électriques.
- Rebranchez ou rallumez vos appareils électriques.
- Remplacez les denrées perdues.
- Reconstituez votre kit d'urgence.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger : [alertswiss.ch](http://alertswiss.ch)
- Consultez le site officiel de votre distributeur d'énergie
- OFAE – Office Fédéral pour approvisionnement économique du pays : Provisions domestiques et plan d'urgence : [www.bwl.admin.ch/fr/des-provisions-providentielles](http://www.bwl.admin.ch/fr/des-provisions-providentielles)
- Canton de Berne – Comment faire à manger sans électricité (PDF) : [www.bsm.sid.be.ch/fr/start/themen/bevoelkerungsschutz-zivilschutz/bevoelkerungsschutz/selbstvorsorge.html#:~:text=%C2%ABCuisiner%20sans%20%C3%A9lectricit%C3%A9%C2%BB](http://www.bsm.sid.be.ch/fr/start/themen/bevoelkerungsschutz-zivilschutz/bevoelkerungsschutz/selbstvorsorge.html#:~:text=%C2%ABCuisiner%20sans%20%C3%A9lectricit%C3%A9%C2%BB)
- Radio Télévision Suisse (RTS) : [www.rts.ch](http://www.rts.ch)
- Canton de Vaud – Points de rencontre d'urgence (PRU) : [www.vd.ch/securite/protection-de-la-population/pru](http://www.vd.ch/securite/protection-de-la-population/pru)

# PRÉCIPITATIONS VIOLENTES & CRUE

## 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](https://www.vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE PRÉCIPITATIONS VIOLENTES & CRUE

- ① Quitter immédiatement les zones exposées
- ② Ne pas descendre dans les sous-sols
- ③ Ne pas traverser une zone recouverte d'eau

# EN CAS DE PRÉCIPITATIONS VIOLENTES & CRUE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Les précipitations violentes correspondent à des épisodes météorologiques durant lesquels de grandes quantités d'eau ou de neige (y compris en plaine) tombent en peu de temps ou de manière très soutenue. Elles peuvent être accompagnées d'orages, de grêle ou de rafales de vent.

Lorsque ces précipitations sont trop abondantes, les sols, les rivières et les lacs ne parviennent plus à absorber ou à évacuer toute l'eau. Cela peut entraîner un écoulement superficiel des eaux, qui ne s'infiltrent pas dans les sols saturés ou imperméables, ainsi qu'une montée rapide du niveau des cours d'eau : on parle alors de ruissellement et de crue des cours d'eau.

Une crue se produit lorsque le débit d'un cours d'eau augmente rapidement et que son niveau dépasse le niveau habituel. Lorsque le niveau d'eau s'élève au-dessus des berges, l'eau peut alors sortir de son lit et charrier de grandes quantités de sédiments (sable, galets) et de débris (branches, végétation). Selon la localisation de l'évènement, il peut produire des inondations, des laves torrentielles, des coulées de boue ou des crues lacustres.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Danger pour les personnes et les animaux
- Inondation de bâtiments, caves, parkings souterrains et autres infrastructures
- Chutes d'arbres ou d'objets
- Fermeture de routes et perturbation des transports (publics et privés)
- Coupures d'électricité
- Pollution de l'eau potable

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Respectez les consignes officielles, tenez-vous informé (Alertswiss, MétéoSuisse) et limitez l'usage du téléphone aux urgences.
- Quittez immédiatement les zones exposées et éloignez-vous des cours d'eau, ravins et pentes instables.
- Mettez-vous en sécurité et évitez tout déplacement non indispensable.
- Ne traversez jamais une zone recouverte d'eau, à pied, à vélo ou en voiture.

#### Si vous êtes à l'intérieur

- Réfugiez-vous aux étages supérieurs, quand c'est possible.
- Ne pénétrez jamais dans les caves, sous-sols ou parkings inondables.
- N'utilisez pas les ascenseurs.

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Suivez les prévisions météorologiques et les alertes officielles.
- Identifiez les zones à risque autour de votre habitation (cours d'eau, zones inondables, caves, pentes).
- Sécurisez les objets à l'extérieur, nettoyez si possible les écoulements et rentrez les stores.
- Mettez les biens mobiliers (voiture, caravane, meubles, etc) en lieu sûr.
- Préparez du matériel de protection (par exemple sacs de sable, planches, pompes, batardeaux amovibles si vous habitez en zone de danger important) et un éclairage de secours.
- Repérez comment couper le gaz et l'électricité en cas de danger.
- Assurez l'étanchéité des conduites, fenêtres et portes si nécessaire.
- Soyez prêt à évacuer rapidement si les autorités le demandent.
- Prenez des nouvelles des personnes vulnérables autour de vous (ex. personnes âgées ou à mobilité réduite).
- Anticipez ou reportez vos déplacements, en particulier en cas de fortes chutes de neige annoncées.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

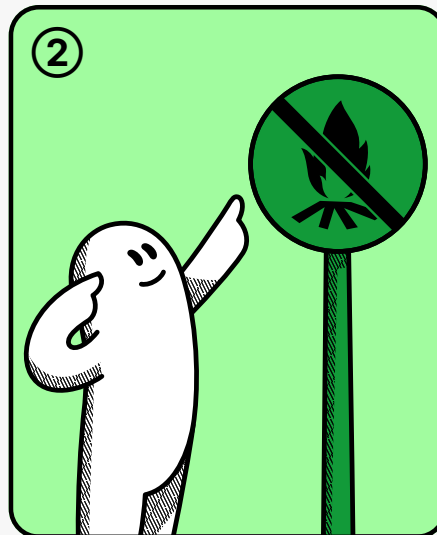
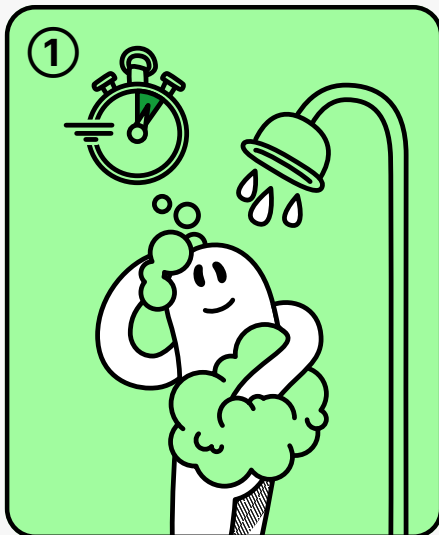
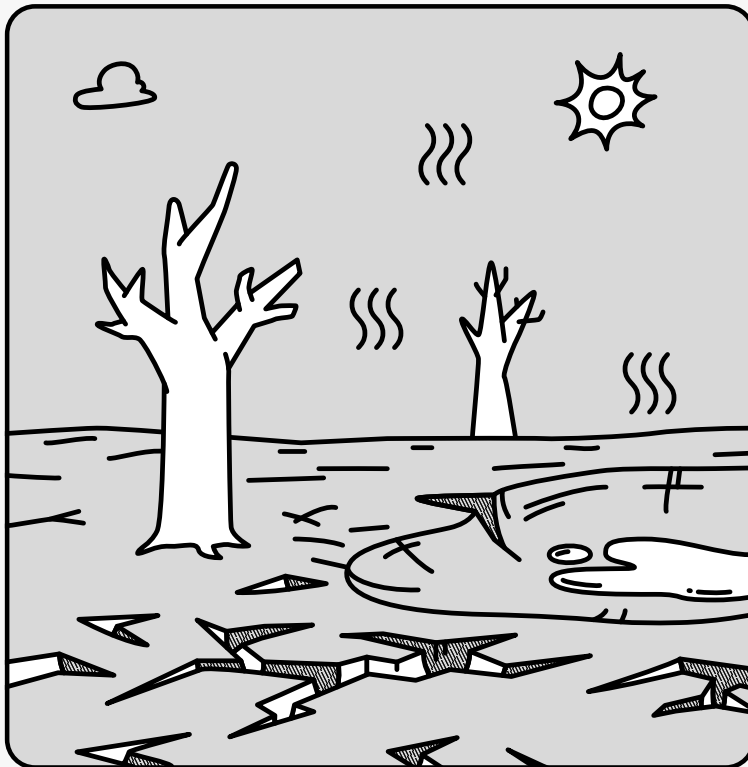
- Restez prudent : des dangers peuvent persister (sol fragilisé, eau contaminée, installations endommagées).
- Faites contrôler les installations électriques et de gaz par un professionnel avant toute remise en service.
- N'entrez pas dans une cave inondée et ne pompez l'eau que lorsque le niveau extérieur a suffisamment baissé.
- Rincez les conduites d'eau potable ; en cas de doute, faites bouillir l'eau avant consommation.
- Nettoyez et désinfectez les surfaces touchées en évitant le contact direct avec l'eau souillée.
- Documentez les dégâts et annoncez-les à votre assurance ; attendez l'expertise avant d'éliminer les éléments endommagés.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger : [alertswiss.ch](https://www.alertswiss.ch)
- MétéoSuisse – Prévisions et alertes météo : [www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map](https://www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map)
- OFEV Office fédéral de l'environnement – Carte des dangers : [www.bafu.admin.ch/fr/dangers-naturels](https://www.bafu.admin.ch/fr/dangers-naturels)
- Canton de Vaud – Guichet cartographique, dangers naturels : [www.cdn.vd.ch/map.htm](https://www.cdn.vd.ch/map.htm)
- Application Alarme-Météo : [alarmemeteo.ch](https://www.alarmemeteo.ch)

# SÉCHERESSE

## 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](https://www.vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE SÉCHERESSE

- ① Économiser l'eau au quotidien
- ② Respecter les interdictions d'allumer du feu
- ③ Récupérer l'eau de pluie pour l'arrosage

# EN CAS DE SÉCHERESSE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

La sécheresse correspond à une période prolongée avec peu ou pas de précipitations. Lorsque la pluie se fait rare pendant plusieurs semaines ou mois, les sols, les rivières et les nappes phréatiques se dessèchent progressivement.

En Suisse, la sécheresse peut apparaître surtout lors de périodes de chaleur prolongées mais aussi tout au long de l'année lorsqu'une absence de précipitation se prolonge sur une durée importante. Elle peut entraîner une baisse du niveau des cours d'eau, une diminution des réserves d'eau et des difficultés pour l'agriculture et les écosystèmes.

Même si elle s'installe souvent progressivement, ses effets peuvent être importants pour l'environnement, pour l'approvisionnement en eau et pour certaines activités humaines.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Baisse du niveau des rivières, des lacs et des nappes phréatiques
- Restrictions d'usage de l'eau (pompage agricole, arrosage, lavage, remplissage de piscine)
- Risque accru d'incendies de forêt et de végétation
- Manque d'eau pour l'agriculture et les cultures
- Impacts sur la faune, la flore et les milieux naturels
- Difficultés pour certaines activités (agriculture, pêche, navigation et loisirs)
- Diminution de la qualité de l'eau dans certains cours d'eau
- Impacts possibles sur l'approvisionnement en eau dans certaines régions

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Économisez l'eau au quotidien (prenez des douches plus courtes, utilisez les machines à laver uniquement lorsqu'elles sont remplies).
- Installez si possible un système de récupération d'eau de pluie pour le jardin.
- Privilégiez des plantes et des aménagements extérieurs adaptés aux périodes sèches.
- Vérifiez régulièrement qu'il n'y a pas de fuites d'eau dans votre logement.
- Informez-vous sur les éventuelles restrictions d'usage de l'eau dans votre commune.
- Prenez connaissance des consignes concernant les feux en plein air et les barbecues.

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Respectez les restrictions d'usage de l'eau décidées par les autorités.
- Limitez les usages non essentiels de l'eau (arrosage du jardin, lavage de voiture, remplissage de piscine).
- Arrosez le jardin uniquement si nécessaire, de préférence tôt le matin ou tard le soir pour limiter l'évaporation.
- Privilégiez l'arrosage ciblé au pied des plantes plutôt que l'arrosage général.
- Utilisez de l'eau de pluie récupérée pour arroser le jardin lorsque cela est possible.
- Respectez les interdictions d'allumer du feu en forêt ou à proximité.
- Signalez immédiatement tout départ de feu au 118.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

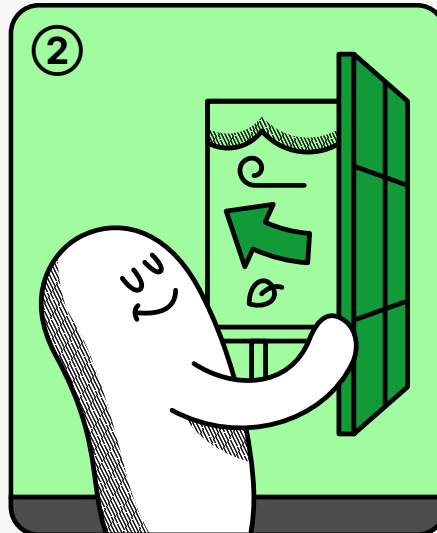
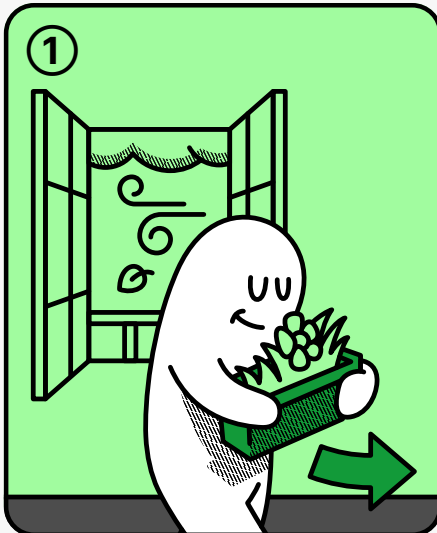
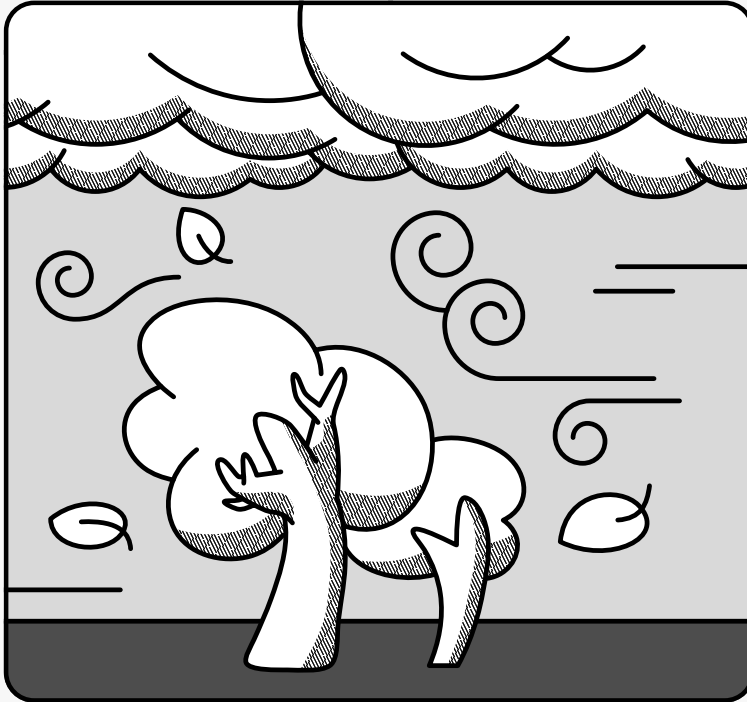
- Continuez à adopter une consommation d'eau responsable.
- Vérifiez l'état de votre jardin et de vos installations après la période de sécheresse.
- Adaptez progressivement vos pratiques et aménagements aux périodes plus sèches.
- Restez attentif aux informations des autorités sur l'état des ressources en eau.
- Maintenir les gestes de prévention : Ils restent efficaces avant, pendant et après une période de sécheresse.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- OFEV Office fédéral de l'environnement – informations de la Confédération sur la sécheresse et les ressources en eau : [ofev.admin.ch](http://ofev.admin.ch)
- Situation actuelle de la sécheresse en Suisse : [secheresse.admin.ch](http://secheresse.admin.ch)
- Informations du Canton de Vaud sur l'eau et les éventuelles restrictions : [vd.ch/eau](http://vd.ch/eau)
- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger : [alertswiss.ch](http://alertswiss.ch)
- Information sur le danger d'incendie : [www.vd.ch/environnement/foret/incendies-de-foret](http://www.vd.ch/environnement/foret/incendies-de-foret)

# TEMPÊTE

## 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](https://vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE TEMPÊTE

- ① Ranger les objets extérieurs
- ② Fermer les fenêtres et portes
- ③ Se mettre à l'abri et s'informer

# EN CAS DE TEMPÊTE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Une tempête est un épisode de vents violents qui peut toucher une région entière et durer plusieurs heures. Les rafales peuvent dépasser 100 km/h, voire davantage dans certaines zones exposées. Le vent ne souffle pas de manière constante : ce sont surtout les rafales, soudaines et impétueuses, qui provoquent des dégâts. Leur force peut être amplifiée par la configuration du terrain, le profil urbain des bâtiments ou l'altitude. Une tempête se forme lorsque l'air se déplace rapidement entre des zones où la pression est différente.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Objets projetés ou renversés (arbres, branches, meubles de jardin, tuiles)
- Blessures causées par des chutes ou des débris
- Dégâts aux toitures, façades, stores et panneaux solaires
- Routes et voies ferrées bloquées
- Pannes d'électricité ou réseaux de téléphonie mobile perturbés

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

#### Quelques gestes simples réduisent fortement les risques :

- Suivez les prévisions et alertes météo (MétéoSuisse, Alertswiss).
- Rangez ou fixez les objets extérieurs (meubles, trampolines, pots, poubelles).
- Remontez stores, volets et toiles de tente.
- Fermez portes, fenêtres, vasistas et soupiraux.
- Nettoyez les gouttières et grilles d'écoulement.
- Entretenez les arbres proches de votre bâtiment (élagage préventif).

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Mettez-vous à l'abri dans un bâtiment.
- Évitez les déplacements non indispensables.
- Tenez-vous éloigné des arbres, forêts, antennes, grues et chantiers.
- Ne stationnez pas en terrain découvert ou sous des arbres.
- Évitez toute navigation sur les lacs et les rivières.



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

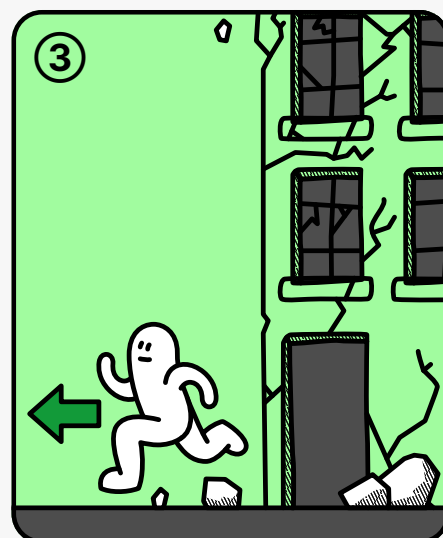
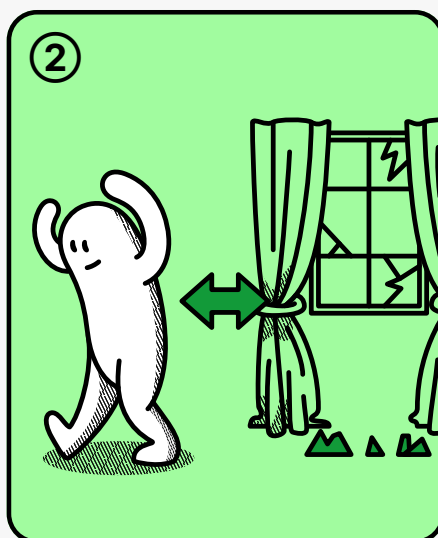
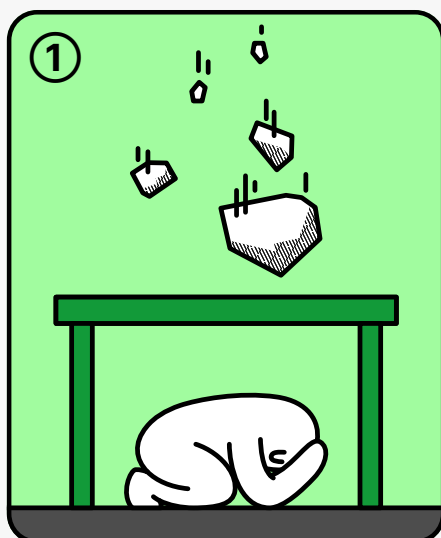
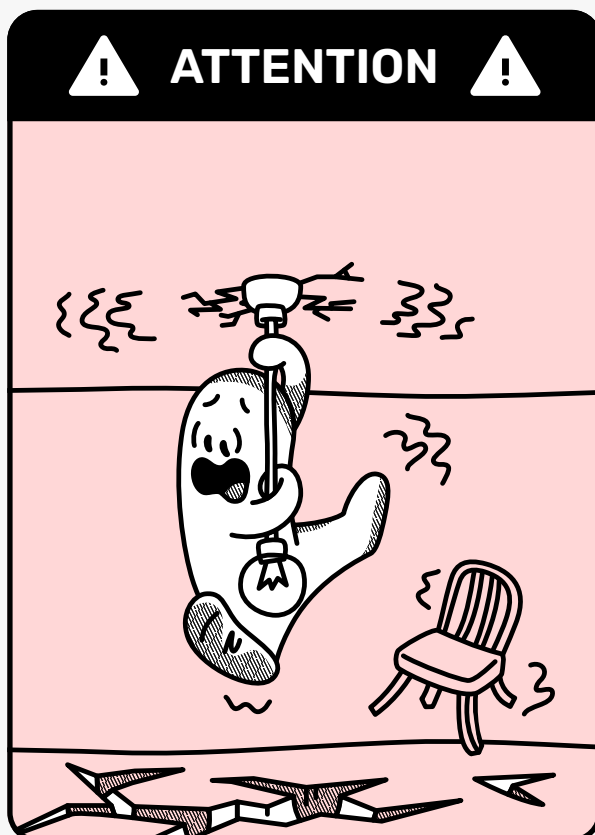
- Évitez les forêts et zones boisées qui peuvent rester dangereuses plusieurs semaines, voire des mois après la tempête.
- Respectez strictement les interdictions d'accès et les consignes des autorités.
- Soyez prudent face aux branches instables ou aux structures endommagées.
- Ne touchez pas aux câbles électriques tombés au sol.
- Signalez les dangers aux autorités compétentes.
- Documentez les dégâts pour votre assurance si nécessaire.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger : [alertswiss.ch](https://www.alertswiss.ch)
- MétéoSuisse – Prévisions et alertes météo : [www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map](https://www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map)
- ECA : [avantlatempete.ch](https://www.avantlatempete.ch)
- Application Alarme-Météo : [alarmemeteo.ch](https://www.alarmemeteo.ch)

# TREMBLEMENT DE TERRE

## 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](https://vd.ch/notices-urgence).

### EN CAS DE TREMBLEMENT DE TERRE

- ① S'abriter sous un meuble solide
- ② S'éloigner des fenêtres et protéger sa tête
- ③ S'éloigner des bâtiments fragilisés

# EN CAS DE TREMBLEMENT DE TERRE, JE DOIS :

## ① ANTICIPER

### JE CONNAIS LE DANGER

Un tremblement de terre est une secousse provoquée par des mouvements dans la croûte terrestre, libérant de l'énergie sous forme d'ondes qui font vibrer le sol et les bâtiments. En Suisse, plus de 1'000 séismes sont enregistrés chaque année. La plupart sont faibles et passent inaperçus, mais des séismes plus forts peuvent provoquer des dégâts importants, y compris dans le canton de Vaud. Les dégâts humains (personnes blessées ou tuées) ne sont généralement pas causés directement par le séisme mais par l'effondrement de bâtiments et d'infrastructures causé par ce séisme.

### QUELS SONT LES RISQUES ?

- Effondrement partiel ou total de bâtiments
- Chutes d'objets ou d'éléments de construction
- Incendies et fuites de gaz
- Coupures d'électricité, d'eau et des moyens de communication
- Routes bloquées et difficultés d'accès pour les secours
- Chutes de pierres, éboulements ou glissements de terrain, voire avalanches ou exceptionnellement tsunami lacustre (dangers naturels secondaires, consécutifs à un tremblement de terre)

## ③ AGIR

### JE SAIS QUOI FAIRE

- Baissez-vous, abritez-vous sous un meuble solide (table, bureau), accroupi ou au sol près d'un mur porteur et accrochez-vous solidement jusqu'à la fin des secousses.
- Protégez votre tête et votre nuque avec vos bras ou un objet (coussin, sac).
- Restez éloignés des fenêtres et des meubles qui pourraient tomber.
- Restez sur place jusqu'à la fin des secousses.
- N'utilisez pas les ascenseurs et ne courez pas dans les escaliers pendant les secousses.

#### Si vous êtes à l'extérieur

- Restez-y, n'essayez pas de vous réfugier dans un bâtiment
- Éloignez-vous des bâtiments, arbres, lampadaires, ponts, lignes électriques et autres objets susceptibles de s'effondrer ou de chuter.
- Éloignez-vous des plans d'eau.
- Rejoignez un espace dégagé et restez-y jusqu'à la fin des secousses.

#### Si vous êtes en véhicule

- Arrêtez-vous dès que possible dans un endroit sûr.
- Restez dans le véhicule.
- Quittez les ponts, passages souterrains et tunnels.
- Évitez la proximité des bâtiments situés au bord de la route (risque d'effondrement).

## ② PLANIFIER

### JE ME PRÉPARE

- Identifiez les endroits sûrs dans votre logement. (sous une table solide, contre un mur porteur, loin des fenêtres).
- Fixez les meubles lourds, étagères et objets suspendus pour éviter qu'ils ne tombent.
- Ne placez pas d'objets lourds au-dessus des lits ou des zones de passage.
- Repérez les sorties de secours et gardez les voies d'évacuation dégagées.
- Apprenez à couper le gaz, l'électricité et l'eau si nécessaire.
- Préparez un kit d'urgence (eau, nourriture, lampe, radio, médicaments, documents importants).
- Tenir prêtes une lampe de poche pour pallier les pannes de courant ainsi qu'une radio alimentée par piles.
- Lors de vacances dans des régions à fortes sismicités, s'informer et anticiper les bonnes attitudes comme prendre de la hauteur par rapport à toute étendue d'eau (en raison de tsunamis provoqués par un tremblement de terre).



## REBONDIR

### QUE FAIRE APRÈS ?

- Informez-vous via les canaux officiels (radio, télévision, Internet) et limitez l'usage du téléphone aux urgences.
- Suivez scrupuleusement les instructions des forces d'intervention.
- Restez vigilant: des répliques peuvent survenir et provoquer de nouveaux dégâts.
- Quittez les bâtiments endommagés et éloignez-vous des façades, balcons et éléments instables.
- Vérifiez l'état des personnes autour de vous et portez assistance si nécessaire.
- Coupez le gaz, l'électricité et l'eau en cas de dommage ou de fuite, sans vous mettre en danger.
- Ne fumez pas et n'allumez pas de flammes.
- Ne touchez pas aux câbles tombés à terre.
- Éviter les trajets privés en voiture et garder les routes libres pour les forces d'intervention.
- Ne cherchez pas vos enfants à l'école, les enseignants s'occupent d'eux.

### CANAUX OFFICIELS POUR S'INFORMER

- Application Alertswiss – alertes et recommandations en cas de danger: [alertswiss.ch](https://www.alertswiss.ch)
- MétéoSuisse – Prévisions et alertes météo: [www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map](https://www.meteosuisse.admin.ch/#tab=forecast-map)
- Service sismologique suisse: [www.seismo.ethz.ch/en/home](https://www.seismo.ethz.ch/en/home)