



- 1 J'évacue sur consigne des autorités
- 2 Je me mets à l'abri dans un bâtiment sur consigne des autorités
- 3 J'écoute la radio pour me tenir informé
- 4 Je coupe le gaz et l'électricité
- 5 Je ne vais pas chercher mes enfants à l'école
- 6 Je ne téléphone pas, sauf urgence vitale, pour libérer les lignes indispensables aux services de secours
- 7 Je ne prends pas l'ascenseur pour éviter d'être bloqué

### Numéros utiles

15 SAMU  
17 Police  
18 Pompiers  
112 N° d'urgence

## MON PLAN

### 5 actions simples pour être mieux préparé

- 1 Identifier une personne en dehors de la zone de risque.
- 2 Connaître son groupe.
- 3 Établir un lieu de regroupement pour vous et votre groupe.
- 4 Rassembler les objets et documents utiles en cas d'urgence.
- 5 Échanger avec son entourage à propos de son plan.

# MON PLAN



Élaborez votre plan en famille ou entre amis  
Chacun peut remplir sa propre fiche.

## Nom et prénom :



Prenez une photo de votre plan avec votre mobile  
pour qu'il vous accompagne partout.

## Mes lieux de regroupement

Où se retrouve-t-on en cas d'urgence ?

Près de ma maison :

Lieu : .....

Adresse : .....

Adresse : .....

En dehors de mon quartier :

Lieu : .....

Adresse : .....



## Ma personne-ressource

Sur qui puis-je compter en dehors de la zone de risque ?

Nom : .....

Prénom : .....

Tél. portable : .....

Tél. fixe : .....

E-mail : .....

Adresse : .....



## Mon groupe

Identifiez un groupe d'amis et de la famille avec qui vous  
coordonner.

Nom : .....

Nom : .....

Prénom : .....

Prénom : .....

Tél. portable : .....

Tél. portable : .....

Tél. fixe : .....

Tél. fixe : .....

E-mail : .....

E-mail : .....

Adresse : .....

Adresse : .....



## Mes contacts importants

Quels numéros de téléphone sont importants pendant une  
urgence ?

Mon médecin : .....

Ma mairie : .....

Mon assureur : .....

Autre : .....



## Ne pas oublier

Renseignez les besoins médicaux de votre groupe, des  
instructions particulières, des éléments de votre kit...

