

# Je me prépare

## Que faire avant une coupure d'électricité annoncée ?

1 Réduisez le risque de pénurie et évitez une coupure en économisant l'électricité par quelques gestes simples.

2. Préparez-vous à une coupure de courant

### Évitez les gaspillages et diminuez votre consommation

- Éteignez l'éclairage inutile.
- Abaissez la température de vos thermostats et enfilez un pull.
- Éteignez les appareils électriques en veille en débranchant la prise.
- Utilisez fer à repasser, lave-linge, sèche-linge, cuisinière électrique, micro-ondes, lave-vaisselle, aspirateur, seulement si c'est indispensable. Utilisez ces appareils de préférence après 22h00.
- Incitez vos amis à faire de même.

### Quand une coupure d'électricité est prévue pour plusieurs heures :

- Chargez votre GSM (mais gardez à l'esprit que les réseaux de téléphonie mobile et fixe peuvent être perturbés durant une panne électrique).
- Préparez un kit d'urgence : radio à piles, lampe torche électrique et bougies ou bougies chauffe-plats (toujours placées dans des supports adéquats), médicaments, couvertures, vêtements chauds,...
- Prévoyez de la nourriture à consommer froide et des bouteilles thermos d'eau chaude (p.ex. pour les biberons des jeunes enfants).
- Gardez votre congélateur fermé (3h à 4h de coupure d'électricité ne suffisent pas à décongeler les aliments) et conservez-y un sac à glaçons qui vous servira d'indicateur de contrôle après une coupure d'électricité.
- Prévenez vos proches et vos voisins vulnérables.
- Le jour de la coupure annoncée, si un membre de votre famille doit disposer de matériel médical électrique spécifique, conduisez-le à l'hôpital.

### Attention !

Si vous achetez un groupe électrogène, faites-le installer par un professionnel pour limiter le risque de court-circuit. Plus le groupe est puissant, plus ce risque est élevé.

## Que faire pendant une coupure d'électricité annoncée ?

### Quelques conseils pour mieux vivre une coupure d'électricité

- Débranchez les appareils électriques sensibles (TV, ordinateur) pour éviter les dégâts dus à une surtension au rallumage.
- Pour les mêmes raisons, réglez le thermostat de votre chaudière sur le minimum.
- Limitez vos déplacements en voiture.
- Restez à l'écoute des médias (via une radio à piles ou votre autoradio).
- Préférez les lampes torches (ou des bougies chauffe-plats) aux bougies.
- Placez les bougies (ou des bougies chauffe-plats) dans un support approprié et sur une surface incombustible. Ne les laissez jamais sans surveillance et éteignez-les avant d'aller vous coucher.

- Evitez d'ouvrir inutilement votre frigo ou votre congélateur.
- Téléphonnez seulement en cas de réelle nécessité pour ne pas saturer le réseau (lors d'une coupure de courant, le trafic téléphonique peut subir des dérangements).
- Fermez portes et fenêtres pour conserver la chaleur de vos pièces.
- Si vous chauffez au gaz, au pétrole, au charbon ou au bois, gardez une aération de la pièce suffisante pour éviter l'asphyxie au monoxyde de carbone.
- Gardez un interrupteur en position « allumé » pour savoir quand le courant sera rétabli.

## **Que faire après une coupure d'électricité ?**

### **Une fois le courant rétabli, tenez compte des conseils suivants.**

- Afin d'éviter tout risque de nouvelle coupure, n'allumez pas tous vos appareils électriques en même temps. Laissez le système électrique se stabiliser, vous éviterez ainsi une surcharge.
- Vérifiez l'état de la nourriture dans les réfrigérateurs et congélateurs. Si vous suspectez une détérioration, jetez-la ! Il en va de votre santé !
  - Par mesure de contrôle, placez un sac à glaçons au congélateur. Si les glaçons ont fondu puis gelé à nouveau, le risque est grand que la nourriture soit avariée.
  - Sachez que des aliments peuvent demeurer congelés pendant 24 voire 36 heures si la porte du congélateur est restée fermée. Dans ce cas, vous pouvez encore consommer la nourriture sans danger.
- Si durant la coupure de courant, vous avez utilisé votre kit d'urgence (voir conseil « que faire avant une coupure d'électricité »), veillez à le compléter en prévision d'une nouvelle situation d'urgence.
- Prenez des nouvelles de vos proches et de vos voisins vulnérables.

### **Attention !**

Si vous disposez d'un générateur de secours, vous devez cesser de le faire fonctionner quand le courant se rétablit. Débranchez-le afin d'éviter un court-circuit.