

Communiqué de presse *Pour diffusion immédiate*

INONDATIONS PRINTANIÈRES 2023

CONSEILS ET RECOMMANDATIONS DE LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DE L'OUTAOUAIS

Gatineau, 2 mai 2023 : En raison des inondations actuellement en cours dans la région, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Outaouais tient à rappeler aux citoyens les mesures de précaution à prendre face à cette situation.

Recommandations en bref en cas d'inondations

- Vérifier que l'eau du robinet est potable. Si vous êtes propriétaire d'un puits individuel, considérez l'eau comme non potable.
- Évitez de vous exposer à l'eau d'inondation. Si vous devez circuler sur des terrains inondés, assurez-vous de bien vous protéger.
- Coupez l'alimentation de votre installation septique et évitez de l'utiliser pour prévenir un refoulement.
- N'utilisez pas à l'intérieur un appareil à combustion pour éviter une intoxication au monoxyde de carbone. Assurez-vous d'avoir un détecteur de monoxyde de carbone à pile fonctionnel.
- Évitez l'électrocution en coupant le courant de votre domicile en gardant les pieds secs. Consultez Hydro-Québec si vous êtes inondés.
- Après une panne de six heures ou plus, assurez-vous de la qualité de vos aliments et médicaments.⁶
- Évacuez votre maison si vous êtes en danger ou si les autorités le demandent.

Vérifier que l'eau est potable

Si l'eau provient d'un réseau d'aqueduc

- Considérez l'eau comme potable, à moins d'avoir reçu un avis contraire des autorités municipales. En cas de doute, quant à la couleur, à l'odeur ou au goût de l'eau, communiquez avec votre municipalité avant de la consommer.

Si l'eau provient d'un puits individuel

- Considérez l'eau comme non potable, c'est-à-dire impropre à la consommation, même si elle paraît claire et sans odeur. Tant que vous ne savez pas si l'eau du puits répond aux normes, faites-la bouillir à gros bouillons pendant une minute avant de la consommer. Vous pouvez aussi utiliser de l'eau embouteillée.
- Si vous soupçonnez une contamination chimique, abstenez-vous de consommer l'eau. De plus, il n'est pas conseillé de faire bouillir l'eau lorsque celle-ci a été exposée à une contamination chimique, notamment par des hydrocarbures. Dans cette situation, seule l'eau embouteillée est recommandée.

Pour éviter les problématiques de santé liées au contact avec l'eau souillée

- L'eau souillée par les inondations peut contenir des bactéries, virus, résidus de produits chimiques, même si l'eau est d'apparence normale.
- Il est recommandé de ne pas laisser les enfants jouer dans l'eau souillée ni sur les terrains qui ont été inondés, et ce, jusqu'à ce que les sols soient asséchés. Une surveillance accrue est recommandée pour les enfants en bas âge, car ils ont tendance à porter les objets à leur bouche.
- Si vous devez circuler sur des terrains inondés :
 - Portez des bottes de caoutchouc et des vêtements appropriés.
 - Recouvrez vos plaies d'un pansement étanche et stérile.
 - Gardez vos pieds secs.
 - Lavez vos mains fréquemment, particulièrement avant de manger, afin d'éviter les risques de gastro-entérite.
- Jetez tout aliment ou médicament ayant été en contact avec l'eau des crues.

Installations septiques

Coupez les systèmes électriques qui alimentent votre installation septique.

Évitez d'utiliser votre installation septique pour prévenir le refoulement d'eaux usées dans la résidence.

Si vous avez un système de traitement certifié NQ 3680-910, suivez les recommandations du fabricant ou du professionnel qui effectue l'entretien.

Ne videz pas votre fosse septique ni votre fosse de rétention pendant l'inondation, car cela risque de les endommager.

Ne circulez jamais sur votre installation septique avec un véhicule.

Monoxyde de carbone

- Le monoxyde de carbone est un gaz toxique qui ne se voit pas et ne se sent pas. Il se dégage lorsque des appareils et des véhicules brûlent un combustible comme le bois, le propane, le mazout ou l'essence. Respirer ce gaz peut être très dangereux pour la santé et même entraîner la mort.
- Assurez-vous d'avoir un détecteur de monoxyde de carbone à pile.
- Si vous utilisez une génératrice en cas de panne ou pour faire fonctionner vos pompes, installez-la à l'extérieur de votre maison ou de votre garage, le plus loin possible des portes, des fenêtres et à au moins 7 mètres de votre domicile.
- Éviter d'utiliser à l'intérieur des appareils fonctionnant au gaz et conçus pour l'extérieur comme une pompe à gaz, un chauffage d'appoint, un barbecue, ou une lampe.
- Précautions si vous devez utiliser un véhicule :
 - Ne faites pas marcher le moteur du véhicule dans un endroit mal ventilé pour éviter une exposition au monoxyde de carbone.

- Si vous avez des symptômes d'intoxication (ex. : maux de tête, fatigue, nausées et vomissements) ou encore que l'avertisseur de monoxyde de carbone sonne, quittez les lieux immédiatement et dirigez-vous à l'extérieur :
 - Composez le 911.
 - Laissez la porte ouverte en quittant les lieux afin d'aérer complètement l'endroit.
 - Attendez l'autorisation d'un pompier pour retourner à l'intérieur, même pour quelques minutes.

Pour éviter l'électrocution

Avant que l'eau ne s'accumule dans votre domicile, coupez le courant en ayant les pieds au sec. Si l'eau est déjà présente dans votre domicile, consultez Hydro-Québec (1 800 790-2424). Avant de remettre en fonction le courant, faites vérifier l'installation électrique par des spécialistes.

S'assurer de la qualité des aliments

Après une coupure de courant de plus de six heures, assurez-vous de la qualité de vos aliments avant de les consommer.

Faites le tri des aliments dans votre réfrigérateur et votre congélateur. Ne consommez pas non plus les médicaments qui doivent être conservés au frais, mais qui n'ont pas pu l'être. Retournez-les à la pharmacie.

Évacuer sa maison

Si vous êtes en danger ou si les autorités le demandent, quittez la maison. Si vous ne savez pas où aller, communiquez avec votre municipalité.

Avant de partir, prenez avec vous les articles essentiels pour vous et chacun des membres de votre famille :

- Médicaments;
- Articles pour l'hygiène;
- Vêtements de rechange;
- Couvertures;
- Argent;
- Pièces d'identité;
- Clés de voiture et de maison;
- Lait, biberons et couches pour bébé;
- Appareils électroniques et accessoires servant à leur branchement;
- Articles nécessaires au bien-être des personnes ayant des besoins particuliers.

Mettez vos animaux de compagnie en sécurité ou emmenez-les à l'endroit où vous êtes hébergé temporairement, si cela est permis. Si vous quittez votre domicile sans emmener vos animaux, indiquez leur présence sur la porte principale de votre domicile afin d'informer les premiers répondants.

Informez vos proches et la municipalité de l'endroit où vous comptez trouver refuge.

Gardez contact avec vos proches en utilisant préférablement les messages textes, les courriels et les médias sociaux. Vous laisserez ainsi le réseau téléphonique libre pour les appels urgents et les intervenants d'urgence.

Se renseigner sur l'aide psychosociale disponible

Prêtez attention à vos réactions et à celles de vos proches après avoir vécu un sinistre :

- Anxiété, détresse ou pleurs fréquents;
- Manque d'intérêt ou d'énergie;
- Agressivité;
- Difficultés de concentration ou confusion;
- Augmentation de la consommation d'alcool ou de drogue.

De l'aide psychosociale vous est offerte. Des professionnels en intervention psychosociale sont disponibles pour vous soutenir, vous conseiller et vous diriger vers des ressources adaptées à vos besoins ou à ceux de vos proches. Communiquez avec Info-Social, au numéro 811, et choisissez l'option 2 pour parler à l'un de ces professionnels. Ce service est gratuit et confidentiel, et il est offert 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Renseignements

Pour toute situation où la sécurité des personnes est compromise de manière immédiate, composez le 911.

En cas de problème de santé non urgent ou pour un soutien psychosocial, contactez Info-Santé au 811 ou 1 866-567-4036.

Pour plus d'informations sur les conseils santé lors d'une inondation, consultez le site du gouvernement du Québec à l'adresse suivante :

<https://www.quebec.ca/securite-situations-urgence/urgences-sinistres-risques-naturels/quoi-faire-avant-pendant-apres-urgence-sinistre/inondation>

-30-

Pour plus de renseignements :

Service des relations médias

CISSS de l'Outaouais

Ligne média : 819 966-6583

Courriel média : 07.relations_medias@ssss.gouv.qc.ca