

De fortes précipitations peuvent entraîner des inondations dans les zones côtières et les zones basses situées à proximité des cours d'eau et des rivières, avec des conséquences potentiellement graves pour votre maison et votre santé, notamment :

- Coupures de courant pouvant compromettre la sécurité alimentaire et médicale
- Eau potable insalubre
- Développement de moisissures pouvant nuire à votre respiration
- Risque de se blesser ou de tomber malade



Pour plus d'informations, consultez le site redcross.org/prepare

Avant une inondation

- Vérifiez auprès de votre agent d'assurance s'il propose une couverture contre les inondations.
- Conservez les documents importants tels que les certificats de naissance et les dossiers médicaux dans un endroit sûr et facile d'accès. Mettez-les dans un sac en plastique à fermeture éclair pour les garder au sec.
- Nettoyez les gouttières et les descentes pluviales pour éviter l'accumulation d'eau autour de votre maison.
- Déplacez les articles dangereux tels que la peinture, le carburant et les piles hors des zones inondables. Visitez le **site Web du ministère de la Protection de l'environnement du Maine** pour plus d'informations.
- Faites des réserves d'aliments de longue conservation, comme des conserves et des bouteilles d'eau.
- **Inscrivez-vous aux alertes météo** et préparez un **plan d'évacuation** pour votre famille et vos animaux domestiques.
- Consultez votre médecin ou votre pharmacien pour savoir comment gérer vos médicaments en cas de panne de courant.



Pendant une inondation

- Ne marchez pas, ne nagez pas et ne conduisez pas dans les eaux de crue.
- Les eaux de crue qui se déplacent rapidement peuvent vous renverser, vous emporter ou vous piéger dans votre véhicule. Les eaux de crue peuvent également contenir des débris, des eaux usées et des produits chimiques toxiques.
- Si vous ne savez pas où aller ou quoi faire, appelez le 211 ou, si vous êtes en danger immédiat, appelez le 911.



Après une inondation

- Demandez à votre service local des eaux si votre eau potable est sûre. Si vous possédez un puits privé et qu'il a été inondé, suivez les **conseils du CDC du Maine concernant l'analyse de l'eau de puits**.
- Les congélateurs conservent les aliments en toute sécurité pendant 1 à 2 jours sans électricité ; les réfrigérateurs jusqu'à 4 heures. **En savoir plus**. Ne mangez pas d'aliments qui ont été en contact avec les eaux de crue.
- Consultez le **site Web de la FEMA** pour obtenir des conseils sur le nettoyage des moisissures après une inondation.
- Portez des bottes en caoutchouc et des gants en plastique si vous devez vous aventurer dans les eaux de crue.
- Jetez tout ce qui a été touché par les eaux de crue et qui ne peut pas être nettoyé.
- Visitez **StrengthenME.com** pour obtenir des conseils sur la gestion du stress.

