



Commune de
Saillon

**Les bons
réflexes**

GUIDE D'URGENCE EN CAS DE CATASTROPHE

À conserver
à portée de main!



LE RISQUE EXISTE, PRÉPARONS-NOUS!

Le Valais est la région de Suisse où il y a le plus de **tremblements de terre**. Si la quasi-totalité d'entre eux sont trop faibles pour qu'on les ressente, il est important de savoir quoi faire si cela arrive. Ce d'autant qu'un séisme violent entraînerait non seulement l'écroulement de certaines structures (bâtiments anciens, pylônes, arbres, etc.), mais pourrait aussi, à l'extrême, provoquer la **rupture d'un barrage**.

A l'échelle mondiale, on le voit chaque jour à la télévision, le dérèglement climatique provoque des phénomènes météo de plus en plus violents. Pour notre canton situé au cœur des Alpes, avec son vaste réseau de rivières et le Rhône, cela implique un renforcement du risque d'**inondation**, et, pour certains secteurs, de lave torrentielle, voire de rupture de barrage si un tremblement de terre devait s'en mêler.

Les températures augmentent aussi, et durant l'été, se protéger de la **chaleur** (canicule) devient vital pour les plus vulnérables.

Du côté des infrastructures, l'évolution de nos besoins en électricité met à mal notre réseau, et le **black-out** (coupure totale d'électricité) est aujourd'hui un risque qu'il faut anticiper.

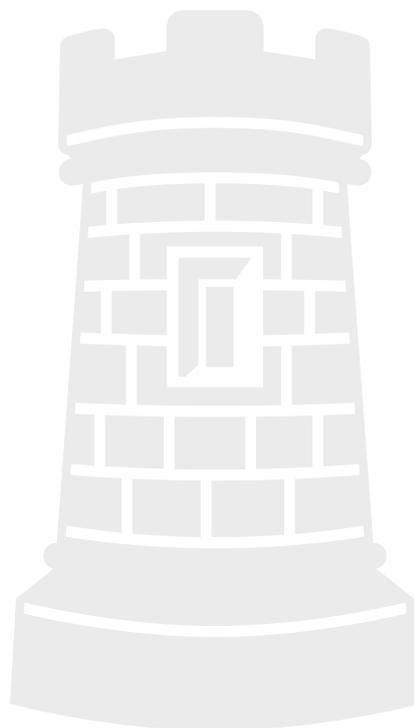
Enfin, d'autres risques existent, tels que le «classique» incendie, le méconnu accident chimique ou la montagnarde avalanche. Ces deux derniers devraient épargner Saillon; nous avons donc choisi de ne pas les traiter dans cette brochure.

Pour tous les autres, 3 conseils importants :

- ➔ **Préparez-vous** : réserves, sac d'urgence en cas d'évacuation, etc.
- ➔ **Conservez ce guide à un endroit visible** : vous pourrez ainsi réagir plus rapidement.
- ➔ **Parlez-en** à vos enfants, vos parents, vos amis : cela vous permettra d'informer, d'échanger, et vous serez donc mieux préparé.

Bonne lecture!

Charles-Henri Thurre
Président de Saillon



PRINCIPAUX NUMÉROS D'URGENCE



112

Centrale d'alarme

(fonctionne partout en Europe)



117

Police



118

Pompiers



144

Ambulance



145

Intoxication

Le niveau de risque, par type de danger

Le Valais compte environ 370 000 habitants.
Combien de personnes vivent en zone à risque ?

Degré de danger

faible

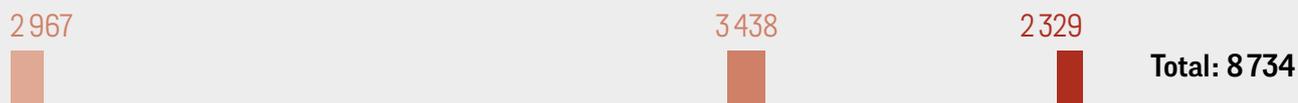
moyen

élevé

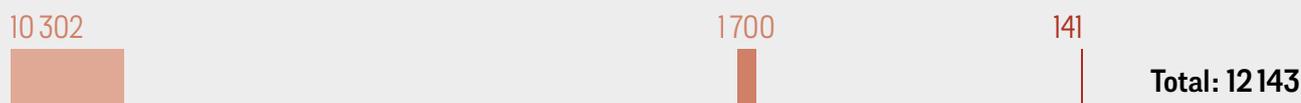
Risque d'inondation



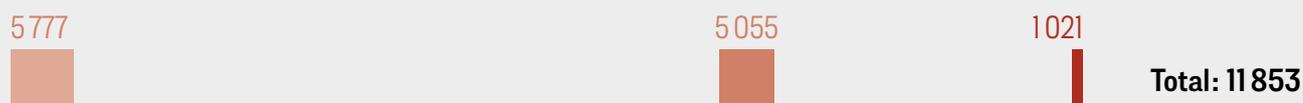
Risque de chutes de pierres



Risque de glissement de terrain



Risque d'avalanches



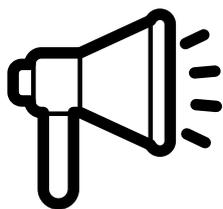
(Source : Statpop (population en 2023) et carte cantonale des dangers naturels)

Les cartes de dangers naturels, par canton.



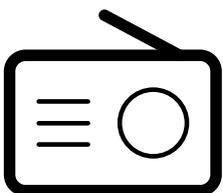
PRIORITÉ : S'INFORMER EN TOUT TEMPS

Le meilleur moyen de garantir votre sécurité, c'est de vous informer. En cas de catastrophe et de danger imminent, les **sirènes** retentiront. Il y en a plus de 7000 en Suisse, pour toucher toute la population.



Si la sirène retentit à l'extérieur:

- ➔ Si c'est le 1^{er} mercredi de février: c'est peut-être un test. Le test des sirènes a lieu chaque année en Suisse à la même date. Allumez la radio, consultez votre application AlertSwiss. Si rien n'est annoncé, soyez rassuré, c'est vraiment un test.
- ➔ Pour tous les autres jours de l'année: pas de doute, c'est un vrai danger!



Allumez la radio, des informations seront données.

- ➔ Il est donc important d'avoir une radio DAB+ qui fonctionne à piles ou à manivelle. Les radios branchées sur la prise ne fonctionneront pas s'il y a une coupure générale d'électricité. En revanche, les antennes relais fonctionneront (génératrices d'urgence).



Consultez AlertSwiss, l'application officielle d'information à la population pour toute la Suisse.

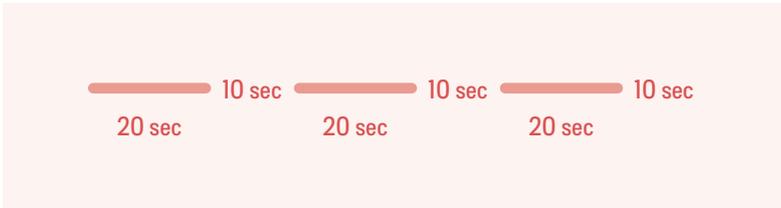
- ➔ Vous ne l'avez pas ? Téléchargez-la sans attendre!
- ➔ C'est gratuit, et ça peut vous sauver la vie.

www.alert.swiss



COMPRENDRE ET RÉAGIR RAPIDEMENT

Alarme-eau (rupture de barrage)



Réagissez sans attendre!

Quittez l'endroit où vous êtes.

Rendez-vous rapidement sur les hauteurs.

Informez-vous (radio + AlertSwiss).



Alarme générale



Restez calme.

Informez-vous (radio + AlertSwiss).



Configurez aussi l'appli Saillon



Gardez un œil sur l'état
des dangers naturels en Suisse

www.dangers-naturels.ch





DEUX POINTS DE RENCONTRE : AU BOURG ET EN PLAINE

Si Saillon est touchée par une catastrophe et que vous avez **besoin d'aide** : rendez-vous dans un point de rencontre d'urgence (PRU).

Vous y trouverez :

- ➔ des personnes formées pour vous aider,
- ➔ des informations sur la situation,
- ➔ des moyens de communication vers l'extérieur.

Vous pouvez aussi vous y rendre pour **apporter votre aide!**

A Saillon deux points de rencontre d'urgence (PRU) sont à disposition.

Il se peut qu'un seul soit ouvert, selon les besoins.

Renseignez-vous avant de vous y rendre.

- ➔ **Dans le bourg** : l'abri PC (protection civile), rue des Remparts 84
- ➔ **En plaine** : la salle de gym, chemin des Ecoliers 115



© OFPP, swisstopo

Pour connaître en tout temps
les points de rencontre d'urgence
de l'endroit où vous vous trouvez :

map.geo.admin.ch

Indiquer dans le champs de recherche:
Points de rencontre d'urgence
ou PRU



PRÉPAREZ VOTRE SAC POUR PARTIR!

Une évacuation est ordonnée?

Vous devez **quitter rapidement votre domicile?**

Emportez votre sac d'urgence (lire en page 16)!

Sac d'urgence

- ➔ Boisson et nourriture pour 1-2 jours
- ➔ Papiers d'identité
- ➔ Médicaments et pharmacie de secours
- ➔ Lampe de poche (et des piles de rechange)
- ➔ Radio portable DAB+ (avec ses piles neuves ou à manivelle)
- ➔ Vêtements de rechange
- ➔ Bonnes chaussures
- ➔ Articles d'hygiène de base (brosse à dents, savon, linge, etc.)
- ➔ Argent liquide en petites coupures
- ➔ Jouets pour les enfants

Et au dernier moment, ajoutez :

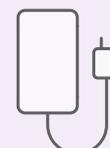
- ➔ Lunettes de vue
- ➔ Téléphone et son chargeur

Astuces

- ➔ Déposez votre carte d'identité dans votre sac d'urgence, et utilisez au quotidien (vacances, etc.) votre passeport.
- ➔ Choisissez une boisson et de la nourriture non périssables (eau en bouteille, barre de céréales, biscuits, etc.).
- ➔ Chaque année, le 1^{er} mercredi de février (le jour des tests de sirène), vérifiez le contenu de votre sac (date de péremption des médicaments, etc.) et ajustez-le si besoin.

Animaux domestiques

- ➔ Dans la mesure du possible, ne les laissez pas enfermés chez vous.
- ➔ Si vous en avez le temps, confiez-les à des amis/parents qui n'ont pas à être évacués.





EN CAS DE TREMBLEMENT DE TERRE

Vous êtes à l'intérieur...

- ➔ Gardez votre calme

... proche de la sortie

- ➔ Quittez le bâtiment

... loin de la sortie

- ➔ Ne prenez pas les escaliers ou l'ascenseur
- ➔ Abritez-vous sous un meuble solide ou sous un cadre de porte
- ➔ Restez éloigné des plafonniers, bibliothèques et des fenêtres
- ➔ Coupez dès que possible le gaz, l'eau et l'électricité

Vous êtes à l'extérieur

- ➔ Restez à l'extérieur
- ➔ Évitez la proximité avec les structures qui peuvent s'effondrer (bâtiments, ponts, pylônes électriques, etc.)

Vous êtes dans un véhicule

- ➔ Restez dans le véhicule jusqu'à la fin du séisme
- ➔ Si possible, allez dans un endroit dégagé, loin de structures qui peuvent s'effondrer (bâtiments, ponts, pylônes électriques, etc.)

Une fois le séisme terminé

- ➔ Coupez dès que possible le gaz, l'eau et l'électricité
- ➔ Sortez du bâtiment avec votre sac d'urgence (lire en page 7)
- ➔ Portez assistance aux personnes blessées
- ➔ Restez éloigné des structures qui peuvent s'effondrer (bâtiments, ponts, pylônes électriques, etc.)
- ➔ Attention aux répliques (nouvelles secousses)
- ➔ Écoutez la radio et suivez les consignes des autorités
- ➔ Consultez votre application AlertSwiss (lire en page 4)



Plus d'infos sur www.cpps-vs.ch
Centre pédagogique
prévention séisme (CPPS)



EN CAS DE RUPTURE DE BARRAGE

S'il est peu probable que le mur d'un barrage cède, il se peut que l'eau déborde à la suite d'un tremblement de terre ou d'un glissement de terrain.

Ce genre de catastrophe serait immédiatement communiquée via l'**alarme-eau** (lire en page 5)

Dans ce cas, il s'agit de **réagir rapidement**, sans perdre son calme.



Dirigez-vous vers les hauteurs

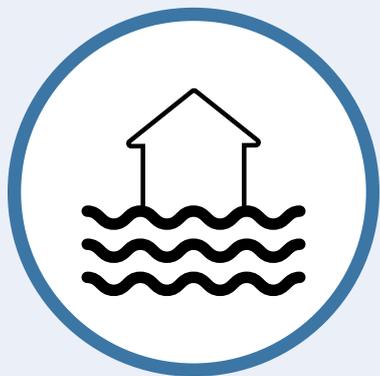
- ➔ Restez calme
- ➔ Si possible, coupez l'électricité, le gaz et l'eau
- ➔ Quittez votre domicile à pied et dirigez-vous vers les hauteurs
- ➔ Ecoutez la radio et suivez les consignes des autorités
- ➔ Ne téléphonez qu'en cas de nécessité
(pour éviter de surcharger le réseau, qui doit rester disponible pour les urgences)

⊘ A éviter

- ➔ Ne traversez pas les zones inondées à pied ou en véhicule



Source : Par Fiesch — Travail personnel,
CC BY-SA 3.0



EN CAS D'INONDATION

Mettez vos biens à l'abri et dirigez-vous vers les hauteurs

- ➔ Restez calme
- ➔ Si possible, coupez l'électricité, le gaz et l'eau
- ➔ Ecoutez la radio et suivez les consignes des autorités
- ➔ Mettez à l'abri les biens pouvant être déplacés : par exemple, remontez-les de la cave ou rentrez-les s'ils sont à l'extérieur
- ➔ Si possible, rendez étanche votre habitation (fermez les volets, placez des sacs de sable ou boudins devant les ouvertures, etc.)
- ➔ Mettez-vous à l'abri en hauteur
- ➔ N'utilisez pas votre véhicule si l'eau est déjà présente sur les routes. Si l'eau monte vite, elle peut rapidement emporter une automobile. Utilisez plutôt une moto ou allez-y à pied.

⊘ A éviter

- ➔ Ne restez pas dans un véhicule qui pourrait être immergé
- ➔ Ne vous réfugiez pas dans les caves ou garages souterrains

Si une évacuation est ordonnée

- ➔ Prenez avec vous votre sac d'urgence (lire en page 7)
- ➔ Ne retournez pas chez vous sans autorisation
- ➔ Ne rebranchez pas l'électricité, le gaz et l'eau sans autorisation



Octobre 2000, le Rhône sort de son lit, Saillon est inondée. (Photo : Moïse Tramaux)

Plus d'infos sur
www.reflexes-inondation.ch
Page de prévention du Service
des dangers naturels du canton
du Valais



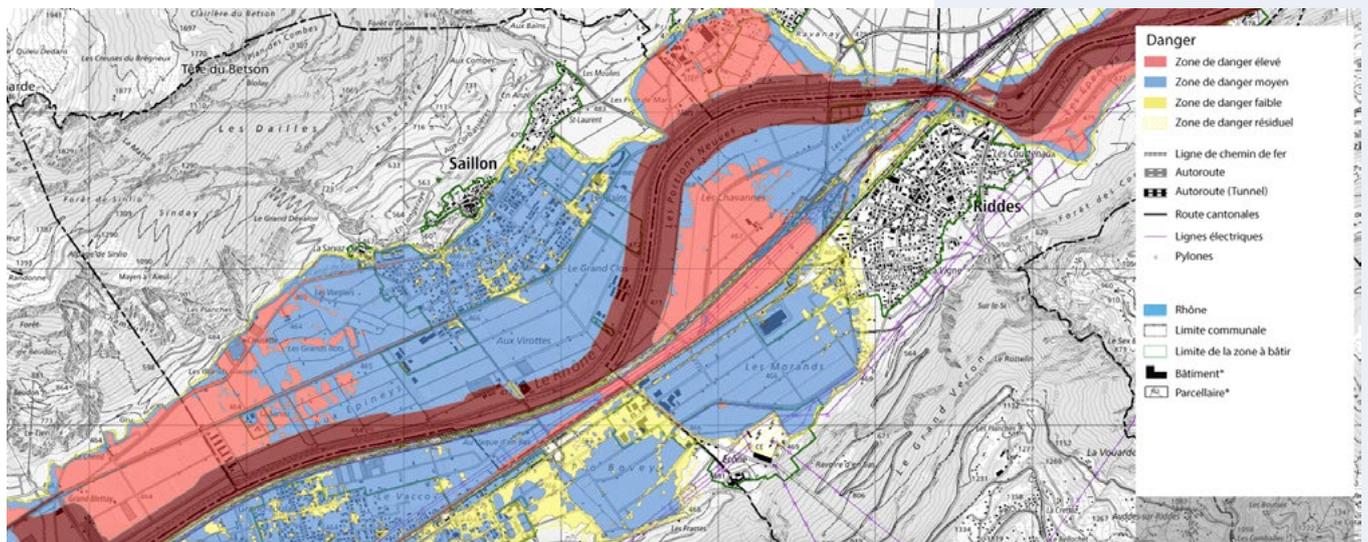
PRINCIPAL RISQUE : LE RHÔNE

A Saillon, le risque de lave torrentielle est faible, compte tenu des travaux d'endiguement qui ont été réalisés sur la Salentze.

Le risque d'inondation est donc surtout lié au **Rhône** et à son **risque de débordement**, qui va sans doute s'amenuiser ces prochaines années en fonction de l'avancement de la **3^e correction du Rhône**, menée par le Canton du Valais.

Ce genre de catastrophe serait immédiatement communiquée via les différents canaux de communication (AlertSwiss, radio ou alarme générale par sirène, selon la situation).

Carte des dangers naturels pour Saillon

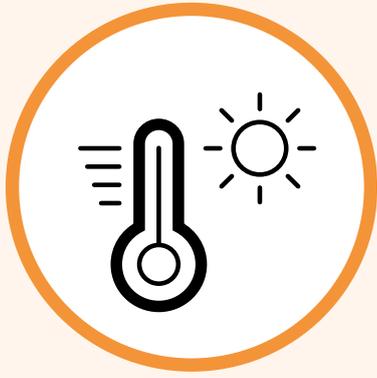


Source : Canton du Valais

Carte du risque d'inondation du Rhône en Valais:

<https://appsittel.sdplus.ch/dangerr3/>





Les symptômes d'un stress thermique

- ➔ Faiblesse / fatigue
- ➔ Etat confusionnel, vertiges, troubles de la conscience
- ➔ Maux de tête
- ➔ Crampes musculaires
- ➔ Sécheresse buccale
- ➔ Nausées, vomissements, diarrhées
- ➔ Température corporelle élevée
- ➔ Forte transpiration
- ➔ Pouls rapide

Plus d'infos sur www.canicule.ch, la page dédiée de l'Office fédéral de la santé publique.

Téléchargez les règles d'or



Consignes de sécurité

EN CAS DE VAGUE DE CHALEUR

Avec le dérèglement climatique, les étés seront, d'après les experts, de plus en plus chauds. Or, les fortes chaleurs sont **mal supportées par notre organisme**. Certaines personnes sont particulièrement vulnérables.

Personnes à risque

- ➔ Personnes âgées ou médicalement dépendantes
- ➔ Malades chroniques (maladie cardiovasculaire, respiratoire, diabète, troubles psychiques, etc.)
- ➔ Femmes enceintes
- ➔ Enfants en bas âge, nourrissons

✔ A faire

- ➔ Buvez régulièrement de l'eau (au moins 1,5 litre par jour, à intervalles réguliers)
- ➔ Restez au frais, à l'ombre, rafraîchissez-vous le corps (douches froides, compresses, bains de pieds)
- ➔ Si vous êtes au soleil, couvrez-vous la tête et appliquez de la crème solaire (indice supérieur à 30, large spectre UVA-UVB)
- ➔ Clarifiez le dosage de vos médicaments avec votre médecin
- ➔ Mangez léger, de préférence des aliments riches en eau (fruits, légumes), mais aussi des aliments salés après avoir transpiré
- ➔ Aérez la nuit votre lieu de vie et fermez les stores/volets la journée
- ➔ Prenez et donnez des nouvelles à vos proches

⊘ A éviter

- ➔ Les efforts physiques aux heures les plus chaudes de la journée (12h à 16h)
- ➔ Les vêtements synthétiques; préférez les matières naturelles (coton, lin, etc.)
- ➔ La consommation d'alcool et les boissons sucrées
- ➔ Les aliments gras et difficiles à digérer

En cas de malaise, vertiges ou nausées

- ➔ Appelez une ambulance

EN CAS DE BLACK-OUT

Un black-out désigne une **panne de courant à large échelle** : toute la commune, tout le canton, la Suisse, l'Europe, voire le monde entier. Un tel scénario dure forcément plusieurs jours, la remise en réseau se faisant par palier, et par ordre de priorité.

Pour s'y préparer au mieux, il s'agit d'avoir chez soi de quoi tenir quelques jours sans électricité.

Attention

- ➔ Les ascenseurs, portes automatiques et escaliers roulants seront à l'arrêt
- ➔ Les feux de circulation ne fonctionneront plus
- ➔ Les caméras de vidéosurveillance et les alarmes seront désactivées
- ➔ Après un certain temps, les téléphones fixes et mobiles ne fonctionneront plus et il n'y aura plus d'eau courante

Réserves domestiques

Gardez en permanence chez vous :

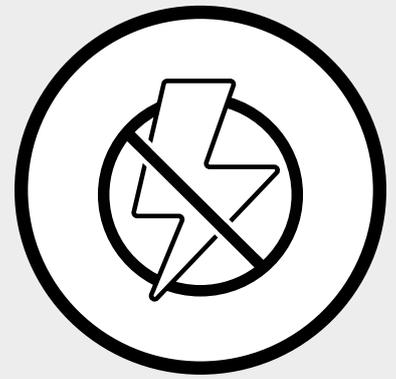
- ➔ 9 litres d'eau par personne
- ➔ Des aliments longue conservation (pâtes, riz, boîtes de conserve, chocolat, biscottes, etc.)
- ➔ Réchaud à gaz, alcool ou pâte combustible (type réchaud à fondue)
- ➔ Bougies avec allumettes ou briquet
- ➔ Lampe de poche (et des piles de rechange)
- ➔ Radio portable DAB+ (avec ses piles neuves ou à manivelle)
- ➔ Médicaments et pharmacie de secours
- ➔ Argent liquide en petites coupures
- ➔ Nourriture pour animaux domestiques

✔ A faire

- ➔ Ecoutez la radio
- ➔ Ne téléphonez qu'en cas de nécessité
- ➔ Economisez l'eau potable
- ➔ Débranchez les ordinateurs et tous les autres appareils électriques facilement accessibles
- ➔ Veillez à ne jamais laisser le réservoir de votre véhicule vide

Astuce

- ➔ Chaque année, le 1^{er} mercredi de février (le jour des tests de sirène), vérifiez le contenu de votre réserve domestique (date de péremption des aliments, etc.) et ajustez-le si besoin.



Check-list de la Confédération
pour les réserves domestiques





EN CAS D'INCENDIE

En cas de feu chez vous, sur votre lieu de travail ou de loisirs, il s'agit de garder votre calme et de réagir rapidement.

Alarmer

- ➔ Appelez le numéro 118
- ➔ Précisez l'adresse, l'étage et l'importance du sinistre

Sauver

- ➔ Portez secours aux personnes et aux animaux
- ➔ Fermez les portes et les fenêtres
- ➔ Quittez les lieux

Eteindre

- ➔ Avec les moyens disponibles

Informier

- ➔ Orienter les intervenants à leur arrivée sur les lieux



Aller plus loin

POUR S'INFORMER EN PERMANENCE

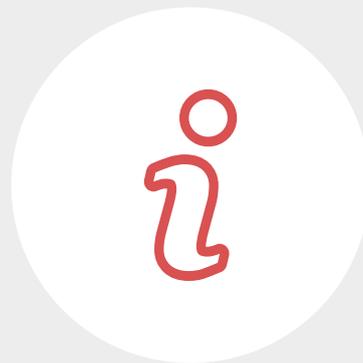
AlertSwiss

www.alert.swiss



MétéoSuisse

www.meteosuisse.admin.ch



Plan d'urgence personnel



fourni par la Confédération, facile à lire, en 13 langues (français, allemand, italien, anglais, rhéto-roman, portugais, albanais, espagnol, serbe, croate, turc, arabe et ukrainien)

www.alert.swiss/fr/preparation/plan-d-urgence.html



Point de rencontre d'urgence

www.pointrencontreurgence.ch



Consigne de comportement

www.vs.ch/web/sscm/documentation



Centre Pédagogique Prévention Séisme

www.cpps-vs.ch

PRÉPAREZ VOS RÉSERVES ET VOTRE SAC D'ÉVACUATION - CHECK-LIST

Sac d'évacuation

- Boisson et nourriture pour 1-2 jours
- Papiers d'identité
- Médicaments et pharmacie de secours
- Lampe de poche
(et des piles de rechange)
- Radio portable DAB+
(avec ses piles neuves ou à manivelle)
- Vêtements de rechange
- Bonnes chaussures
- Articles d'hygiène de base
(brosse à dents, savon, linge, etc.)
- Argent liquide en petites coupures
- Jouets pour les enfants

Et au dernier moment, ajoutez :

- Lunettes de vue
- Téléphone et son chargeur

Réserves domestiques

- 9 litres d'eau par personne
- Des aliments longue conservation
(pâtes, riz, boîtes de conserve,
chocolat, biscottes, etc.)
- Réchaud à gaz, alcool
ou pâte combustible
- Bougies avec allumettes ou briquet
- Lampe de poche
(et des piles de rechange)
- Radio portable DAB+
(avec ses piles neuves ou à manivelle)
- Médicaments et pharmacie de secours
- Argent liquide en petites coupures
- Nourriture pour animaux domestiques

