

Aînés - Préparez-vous maintenant en cas d'urgence

Release Date: avr 9, 2021

Lorsqu'une catastrophe survient, la population âgée est l'une des plus vulnérables, en particulier pour ceux qui vivent seuls. Il existe des mesures que les Américains plus âgés peuvent prendre pour commencer à se préparer aux urgences avant qu'elles ne surviennent. Par exemple, s'il est difficile de se déplacer seul ou si vous avez besoin d'aide pour vous mettre à l'abri à la maison ou pour évacuer, vous devez savoir à l'avance qui vous aidera.

Les personnes âgées sont confrontées à beaucoup plus d'obstacles lors d'une urgence que la plupart des gens: isolement, mobilité réduite, besoins médicaux et méfiance. Parfois, les personnes âgées comptent sur un seul parent comme principal fournisseur de soins. Mais les urgences peuvent survenir à tout moment et cette personne ordinaire peut ne pas être là. Il est important d'avoir une liste d'autres personnes à qui vous pouvez faire appel et de savoir comment les contacter.

Faites une liste de personnes qui peuvent vous aider

- Créez une chaîne de contacts. Déterminez qui contactera qui en cas d'urgence. Faites appel à la famille, aux amis et aux voisins, si nécessaire, mais ne laissez pas tout à une seule personne. Si la seule personne sur la liste est blessée ou frappée d'incapacité, vous risquez de vous retrouver coincé. Gardez votre liste d'aides dans votre trousse d'urgence.
- De nombreuses applications de communication sont disponibles. Choisissez-en une ou deux, puis demandez à la famille et aux amis de votre liste de contacts d'urgence de télécharger ces mêmes applications. Ils peuvent être utilisés pour communiquer entre eux lorsque les lignes téléphoniques ou le service Internet sont en panne.

Assurez-vous que vos informations médicales sont disponibles



Si vous avez un problème de santé, vous pouvez choisir de porter un bracelet ou un pendentif d'alerte médicale. Cela pourra vous sauver la vie, surtout si vous êtes diabétique ou allergique à des médicaments spécifiques, etc. Tous les bijoux d'alerte médicale disponibles aujourd'hui peuvent aider les premiers intervenants à vous traiter correctement au cas où vous ne seriez pas en mesure de leur donner ou de leur raconter vos antécédents médicaux.

Il y a des choses que vous devez emporter avec vous si vous quittez votre domicile

- Avant qu'une urgence ne survienne, écrivez une liste de tout ce dont vous avez besoin pour rester en bonne santé. Incluez le nom et les coordonnées de votre médecin et de votre pharmacie, une liste de médicaments, tout appareil médical et médicament. Ensuite, faites savoir aux personnes de votre liste de contacts où se trouvera la liste au cas où vous en auriez besoin.
- Une **trousse**. Une chose dont vous aurez besoin est une trousse avec tous les éléments dont vous avez besoin pour survivre pendant au moins 72 heures. Pour une liste complète, visitez [Build A Kit | Ready.gov](#). La Croix-Rouge américaine peut également vous aider avec des informations sur les articles recommandés.
- **Argent liquide**. La règle générale est d'avoir au moins suffisamment d'argent liquide pour payer 30 jours de frais de subsistance essentiels. Le montant dépend du montant de vos dépenses critiques. Cela comprend généralement une hypothèque, une facture d'électricité, une facture de téléphone, une facture d'eau, une facture de gaz, etc. Une meilleure idée est d'avoir vos factures en paiement automatique - alors vous n'aurez peut-être pas à vous soucier de ce problème à moins qu'il y ait une panne de courant généralisée dans votre partie du pays. Assurez-vous d'avoir au moins une partie de votre argent en petites coupures et quelques pièces de monnaie au cas où vous en auriez besoin pour les postes de péage ou pour acheter des produits d'épicerie et des fournitures.

Chacun peut prendre des mesures pour se préparer aux types d'urgences les plus probables là où il vit. En Louisiane, il s'agit notamment des ouragans, des inondations, des incendies et plus encore. Parfois, le danger est connu bien à l'avance et vous avez le temps de vous préparer. D'autres fois, vous devez réagir maintenant. Lorsque cela se produit, vous devez savoir qui appeler pour obtenir de l'aide.



Pour plus d'informations sur la manière d'être prêt, consultez l'article [Preparing Makes Sense for Older Americans - YouTube](#) (Se préparer a du sens pour les Américains plus âgés – YouTube).

Pour les dernières informations sur l'ouragan Laura, visitez [Louisiana Hurricane Laura \(DR-4559-LA\)](#) (l'ouragan de Louisiane Laura (DR-4559-LA)). Pour les dernières informations sur Hurricane Delta, visitez [Louisiana Hurricane Delta \(DR-4570-LA\)](#) (l'ouragan de Louisiane Delta (DR-4570-LA)). Pour plus d'informations sur l'ouragan Zeta, visitez [Louisiana Hurricane Zeta \(DR-4577-LA\)](#) (l'ouragan de Louisiane Zeta (DR-4577-LA)). Pour plus d'informations sur les tempêtes hivernales, visitez [Louisiana Severe Winter Storms \(DR-4590-LA\)](#) (Tempêtes hivernales sévères de Louisiane (DR-4590-LA)) ou suivez le compte Twitter FEMA Région 6 sur [FEMA Region 6 \(@FEMARegion6\) / Twitter](#).



FEMA