



Conservez les aliments et l'eau en sécurité après une catastrophe naturelle ou une panne d'électricité

French translation of "Keep Food and Water Safe after a Natural Disaster or Power Outage"
(www.bt.cdc.gov/disasters/foodwater.asp)

Les denrées alimentaires

Il est possible qu'au cours d'une situation d'urgence ou après celle-ci, certaines denrées alimentaires ne puissent être consommées en toute sécurité. Seule l'eau en bouteille, bouillie ou traitée sera considérée comme potable aux fins de consommation, pour faire la cuisine ou assurer l'hygiène personnelle. Les services de santé de votre état ou locaux peuvent vous recommander les mesures à prendre pour faire bouillir l'eau ou la traiter de manière optimale dans la zone où vous vous trouvez.

Identifiez et jetez les aliments qui ne vous semblent pas propres à la consommation.

- Jetez les aliments qui ont été en contact avec l'eau des inondations ou l'eau des orages.
- Jetez les aliments dont l'odeur, la couleur ou la texture sont inhabituelles.
- Jetez les aliments périssables (y compris la viande, la volaille, le poisson, les œufs et les restes) exposés à plus de 5 °C pendant 2 heures ou davantage.
- Les aliments décongelés qui contiennent des cristaux de glace ou qui sont à 5 °C ou au-dessous peuvent être recongelés ou cuits.
- Jetez les aliments en conserve dont les boîtes sont bombées, ouvertes ou endommagées.
- Les contenants alimentaires équipés de capsules à vis, de couvercles à pression, de bouchons sertis (bouteille à boisson gazeuse pour soda), de capsules dévissables, de bouchons couronne avec levier dépassant, ou de dispositifs à pression, et les aliments mis en conserve à la maison doivent être jetés s'ils sont entrés en contact avec l'eau, car ils ne peuvent être désinfectés.
- Si des boîtes de conserve ont été en contact avec de l'eau des inondations ou de l'eau d'orage, retirez-en l'étiquette, lavez les boîtes et plongez-les dans une solution d'1 tasse d'eau de javel pour 20 litres d'eau. Procédez à un nouvel étiquetage des boîtes avec un marqueur.
- N'utilisez pas d'eau polluée pour faire la vaisselle, vous laver les dents, faire votre toilette, faire la cuisine, vous laver les mains, faire de la glace ou diluer des aliments pour bébé.

Il faut continuer à allaiter les enfants nourris au sein. En ce qui concerne les enfants en bas âge nourris au lait maternisé, utilisez, si possible, du lait maternisé prêt à l'emploi. S'il n'est pas possible d'utiliser du lait maternisé prêt à l'emploi, mieux vaut préparer du lait maternisé ou en poudre avec de l'eau minérale. À défaut d'eau minérale, utilisez de l'eau bouillie. N'utilisez de l'eau traitée pour préparer le lait maternisé que si vous ne disposez pas d'eau en bouteille ou bouillie.

- Si vous préparez du lait maternisé à partir d'eau bouillie, laissez-le refroidir suffisamment avant de le donner au nourrisson.
- Nettoyez les biberons et les tétines avec de l'eau en bouteille, bouillie ou traitée avant chaque utilisation.
- Lavez-vous les mains avant de préparer le lait maternisé et avant de nourrir l'enfant. Si l'alimentation en eau est limitée, vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

Conservez les aliments et l'eau en sécurité après une catastrophe naturelle ou une panne d'électricité

(suite de la page précédente)

Rangez les aliments en sécurité.

- Pendant que l'électricité est coupée, gardez fermées, dans la mesure du possible, les portes du réfrigérateur et du congélateur.
- Si la coupure d'électricité risque de durer plus de 4 heures, ajoutez des blocs de glace ou de la glace sèche à votre réfrigérateur. Portez des gants épais pour manipuler la glace.

Nettoyez et désinfectez les surfaces destinées au contact alimentaire.

Le CDC recommande de jeter les planches à découper en bois, les tétines de biberon et les sucettes. S'ils sont entrés en contact avec des eaux de crue polluées, ces objets ne peuvent être convenablement désinfectés. Nettoyez et désinfectez en quatre étapes les surfaces destinées au contact alimentaire :

1. Lavez à l'eau savonneuse propre et chaude.
2. Rincez à l'eau propre.
3. Désinfectez en plongeant durant 1 minute dans une solution d'une cuillère à café d'eau de javel domestique (5,25 %, inodore) pour 4 litres (1 gallon) d'eau propre.
4. Laisser sécher à l'air libre.

Ressources connexes :

- **Ligne d'assistance du ministère américain de l'agriculture (USDA) pour les viandes et volailles : 1-888-MPHotline.**
À la disposition du consommateur pour toutes questions ou préoccupations concernant la sécurité alimentaire
- [Bulletin d'alerte du ministère de l'agriculture des États-Unis : conservez les aliments en sécurité lors des inondations et des pannes de courant](http://www.usda.gov/2005/08/0340.xml)
(<http://www.usda.gov/2005/08/0340.xml>)<http://www.redcross.org/services/disaster/beprepared/>
Informations du ministère américain de l'agriculture des États-Unis relatives à la sécurité alimentaire dans le contexte de l'ouragan Katrina
- [Hygiène des mains dans une situation d'urgence](http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/handwashing.asp)
(<http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/handwashing.asp>)
Quand se laver les mains, et comment le faire sans eau courante
- [Conservez les aliments en cas de catastrophe, ministère américain de l'agriculture](http://www.fsis.usda.gov/Fact_Sheets/keeping_food_Safe_during_an_emergency/index.asp)
(http://www.fsis.usda.gov/Fact_Sheets/keeping_food_Safe_during_an_emergency/index.asp)
Fiche technique à caractère général et questions fréquentes relatives à la sécurité des denrées alimentaires et de l'eau, y compris des recommandations concernant l'opportunité de détruire les denrées périssables
- [www.foodsafety.gov - Conseil au consommateur : l'assistance en cas de catastrophe naturelle dans le domaine alimentaire](http://www.foodsafety.gov/%7Efsg/fsgdisas.html)
(<http://www.foodsafety.gov/%7Efsg/fsgdisas.html>)
Fournit des ressources sur la sécurité alimentaire en liaison avec des incendies, inondations, ouragans, pannes d'alimentation électrique, etc.
- [Office pour la sécurité alimentaire, CDC](http://www.cdc.gov/foodsafety/) (<http://www.cdc.gov/foodsafety/>)
Informations complètes en matière de sécurité alimentaire

Conservez les aliments et l'eau en sécurité après une catastrophe naturelle ou une panne d'électricité

(suite de la page précédente)

- [Se tenir prêt, Croix Rouge Américaine](http://www.redcross.org/services/disaster/beprepared/) (<http://www.redcross.org/services/disaster/beprepared/>) Site complet sur la préparation aux situations d'urgence, y compris les pannes d'alimentation électrique

L'eau

Il est possible que, dans une situation d'urgence, telle qu'un ouragan ou une inondation, l'eau ne puisse être utilisée pour consommation courante, non plus que pour le ménage ou la toilette. Au cours d'une catastrophe naturelle et par la suite, l'eau peut être polluée par des micro-organismes, tels que des bactéries, des eaux usées provenant du réseau d'assainissement, des déchets agricoles ou industriels, des produits chimiques ou d'autres substances susceptibles d'être à l'origine de pathologies ou de causer un décès. Cette fiche technique contient les recommandations ci-après qui sont destinées à vous aider à vous assurer que vous pouvez utiliser l'eau en toute sécurité :

- Écoutez les annonces publiques et respectez les recommandations qui y sont faites. Les autorités locales vous diront si l'eau du robinet est bonne à boire ou à utiliser pour la cuisine ou la toilette. Si l'utilisation de l'eau présente des dangers, suivez les instructions locales concernant l'utilisation d'eau en bouteilles ou relatives à la nécessité de faire bouillir ou de désinfecter l'eau pour la cuisine, le ménage ou la toilette.
- Pour boire (consultez toutefois la section aliments pour les bébés), faire la cuisine ou préparer de la nourriture, faire la vaisselle, nettoyer, vous laver les mains, faire de la glace et vous baigner, n'utilisez que de l'eau en bouteille, bouillie ou traitée jusqu'à ce qu'elle ait été testée et qu'elle soit considérée comme sûre. Si votre alimentation en eau est limitée, vous pouvez utiliser, pour vous laver les mains, un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- Si vous utilisez de l'eau en bouteille, assurez-vous qu'elle provient d'une source sûre. Si vous n'êtes pas certain(e) que l'eau provient d'une source sûre, faites-la bouillir ou traitez-la avant de l'utiliser.
- Chaque fois que possible, il est préférable de faire bouillir l'eau pour éliminer les bactéries et les parasites. Faites bouillir l'eau à gros bouillons durant au moins une minute : la plupart des organismes seront éliminés. La fait de faire bouillir l'eau n'aura pas pour effet d'éliminer les polluants chimiques. Si vous avez lieu de craindre, ou si vous savez que l'eau est polluée par des produits chimiques, cherchez une autre source d'eau, comme par exemple, de l'eau en bouteille.
- Si vous ne pouvez pas faire bouillir l'eau, vous pouvez la traiter avec des pastilles de chlore ou d'iode, ou encore par de l'eau de javel domestique inodore (hypochlorure de sodium en solution à 5,25 %). Si vous utilisez des pastilles de chlore ou d'iode, conformez-vous aux instructions d'utilisation des pastilles. Si vous utilisez de l'eau de javel domestique, ajoutez, si l'eau est claire, 1/8ème de cuillère à café (soit environ 0,75 ml) d'eau de javel pour 4 litres (1 gallon) d'eau. Si l'eau est trouble, ajoutez 1/4 de cuillère à café (environ 1,50 ml) d'eau de javel pour 4 litres (1 gallon) d'eau. Mélangez la solution avec soin et laissez-la reposer durant environ 30 minutes avant de l'utiliser. Le traitement de l'eau par des pastilles de chlore ou d'iode, ou encore par de l'eau de javel liquide ne tuera pas nombre de parasites. La meilleure manière de tuer ces organismes consiste à faire bouillir l'eau.
- Ne vous fiez pas aux méthodes ou aux dispositifs de désinfection de l'eau qui n'ont pas été recommandés ou approuvés par les autorités locales de la santé. Contactez les services sanitaires locaux pour plus de conseil au sujet des produits de traitement de l'eau présentés dans le cadre de publicités.
- N'utilisez les réservoirs de stockage de l'eau et les autres types de conteneurs qu'avec la plus grande prudence. Les citernes de stockage des camions, par exemple, ainsi que les boîtes ou les

Conservez les aliments et l'eau en sécurité après une catastrophe naturelle ou une panne d'électricité

(suite de la page précédente)

bouteilles déjà utilisées, peuvent être polluées par des microbes ou par des produits chimiques. Les récipients utilisés pour l'eau doivent être nettoyés à fond, puis rincés avant usage avec une solution à l'eau de javel.

- Nettoyez avec soin les surfaces à l'eau savonneuse, puis rincez-les.
- Dans le cas des récipients dont la capacité se mesure en gallons ou en litres, ajoutez environ 1 cuillère à café (4,9 ml) d'eau de javel domestique (5,25 %) à 1 verre d'eau (240 ml) pour fabriquer une solution javellisée.
- Couvrir le conteneur et bien agiter la solution d'eau de javel pour faire en sorte qu'elle nettoie toutes les surfaces intérieures. Couvrez et laissez reposer durant 30 minutes, puis rincez à l'eau potable.
- Les puits privés inondés devront être testés et désinfectés après le retrait des eaux. Si vous craignez que votre puit ne soit pollué, contactez les autorités sanitaires locales ou d'état, ou un conseiller agricole, pour bénéficier de conseils spécifiques. Pour des instructions générales, consultez [Désinfecter les puits après une situation d'urgence](http://www.bt.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.asp) (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.asp>).
- Conseils pratiques en matière d'hygiène de base. Lavez-vous les mains au savon et à l'eau en bouteille, ou encore bouillie ou désinfectée. Lavez-vous les mains avant de préparer de la nourriture ou de manger, après être allé(e) aux toilettes, après avoir pris part à des activités de nettoyage, ainsi qu'après avoir manipulé des objets pollués par les eaux de crue ou les eaux usées en provenance du réseau d'assainissement. Si l'alimentation en eau propre est limitée, utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

Ressources connexes

- [Désinfecter les puits après une situation d'urgence](http://www.bt.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.asp) (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.asp>)
- [Inondations](http://www.bt.cdc.gov/disasters/floods/) (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/floods/>)
- [Recommandations à l'attention de la direction en cas de diarrhée aiguë \(pour les prestataires de soins de santé\)](http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/dguidelines.asp) (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/dguidelines.asp>)
Après une catastrophe, les cas de diarrhée aiguë peuvent se multiplier dans les situations dans lesquelles l'alimentation électrique, ainsi que l'accès à l'eau potable et aux installations sanitaires sont limités
- [Hygiène des mains dans une situation d'urgence](http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/handwashing.asp) (<http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/handwashing.asp>)
Quand se laver les mains, et comment le faire sans eau courante

Surveillez votre radio ou votre télévision pour prendre connaissance de l'actualité relative à l'urgence.

For more information, visit www.bt.cdc.gov/disasters,
or call CDC at 800-CDC-INFO (English and Spanish) or 888-232-6348 (TTY).