



Panne de courant

Que faire avant, pendant et après une coupure d'électricité qui dure des heures ou des jours. Imprimez cette fiche et gardez-la avec votre kit.

Avant (préparation)

- Gardez une **lampe torche et une radio à piles ou à manivelle** à un endroit fixe et connu de tous, avec des piles de rechange non périmées.
- Conservez de l'**eau** et de la nourriture qui ne nécessite pas de réfrigérateur (conserves, fruits secs, barres).
- Gardez la **batterie externe chargée** et rechargez le téléphone dès que possible.
- Ayez un peu d'**argent liquide en petites coupures** : sans courant, terminaux de paiement et distributeurs peuvent ne plus fonctionner.
- Prévoyez des **couvertures et vêtements chauds** si la coupure survient en hiver (le chauffage s'arrête).
- Repérez le **tableau électrique** de votre logement et comment réarmer le disjoncteur.

Pendant

1. **Vérifiez l'étendue de la panne.** Regardez si elle ne concerne que votre logement (disjoncteur sauté : réarmez le tableau) ou tout l'immeuble ou la rue (fenêtres des voisins, éclairage public).
2. **N'ouvrez pas le réfrigérateur ni le congélateur.** Fermés, ils gardent le froid plusieurs heures ; chaque ouverture accélère le réchauffement.
3. **Utilisez une lampe à piles plutôt que des bougies** s'il y a des enfants, des animaux ou un risque de fuite de gaz : les bougies sont un risque d'incendie.
4. **Débranchez les appareils sensibles** (téléviseur, ordinateur, box) pour éviter les dégâts liés à la surtension au retour du courant. Laissez une lampe allumée pour savoir quand il revient.
5. **Économisez la batterie du téléphone** (mode avion ou économie d'énergie) et écoutez la radio à piles pour les informations officielles ; n'appellez le **112** qu'en cas d'urgence vitale (ou **15** pour le SAMU).
6. **N'utilisez jamais de groupe électrogène à l'intérieur**, ni dans un garage ou un local fermé : il dégage du monoxyde de carbone, mortel et inodore.

Si ça dure

- Gérez les aliments perdus** : jetez ce qui est resté trop longtemps au chaud ; ne goûtez pas la viande, le poisson ou les produits laitiers douteux.
- Veillez à l'**hydratation et au chauffage** : rassemblez la famille dans une seule pièce pour conserver la chaleur.
- Prenez des nouvelles des **voisins vulnérables** : personnes âgées isolées, dépendantes d'appareils médicaux électriques ou à mobilité réduite.
- Renseignez-vous sur un éventuel **point de recharge ou centre d'accueil** ouvert par la commune.

Après

- Reconstituez ce que vous avez utilisé** dans le kit : piles, eau, nourriture, batterie externe.
- Vérifiez que les appareils et la box** fonctionnent normalement après le retour du courant.
- Notez ce qui vous a manqué** et ce qui a bien marché, pour améliorer votre préparation avant la prochaine coupure.

Sécurité : n'utilisez jamais de groupe électrogène, de barbecue ni de chauffage à combustion à l'intérieur ou dans un espace fermé. Ils dégagent du monoxyde de carbone, un gaz inodore et invisible qui peut provoquer des intoxications graves ou mortelles.

Préparez-vous à une panne de courant dans votre région

Le planificateur calcule ton kit selon les personnes et les jours.

planrefuge.fr/planificateur