

Préparez-vous aux épisodes de feux de forêt

Certaines communautés au Canada connaissent régulièrement des épisodes de fumée de feux de forêt. Cette situation devrait perdurer, puisque les changements climatiques au Canada créent les conditions idéales qui augmentent la fréquence et la durée des feux de forêt. La saison des feux de forêt s'étend habituellement du début d'avril à la fin d'octobre.

Personnes les plus à risque quant aux effets sur la santé de la fumée des feux de forêt

Pendant les périodes de fumée dense, chaque personne est exposée à des risques, quels que soient son âge ou son état de santé. Certaines personnes sont plus susceptibles de développer des problèmes de santé lorsqu'elles sont exposées plus fréquemment à des concentrations élevées de fumée. D'autres sont plus susceptibles de présenter des symptômes ou de ressentir des effets sur leur santé lorsqu'elles sont exposées à la fumée.

En général, les personnes les plus à risque quant aux effets de la fumée des feux de forêt sur la santé sont :

- les personnes âgées
- les peuples autochtones
- les personnes en contexte socio-économique précaire, notamment celles :
 - à faible revenu
 - dont le niveau de scolarité est faible
 - en situation d'insécurité du logement
 - dont l'emploi est incertain
- les personnes qui fument
- les nourrissons et les jeunes enfants
- les personnes vivant dans des régions rurales et éloignées
- les femmes et les personnes enceintes
- les personnes qui pratiquent un sport intense en plein air
- les personnes qui travaillent à l'extérieur, comme les pompiers luttant contre les feux de forêt
- les personnes qui ont déjà des problèmes de santé chroniques ou une maladie, comme :
 - le cancer
 - le diabète
 - des problèmes pulmonaires ou cardiaques



Sources d'informations fiables sur les conditions de la qualité de l'air

Consultez de l'information à jour sur la qualité de l'air dans votre collectivité :

- Prévisions de la cote air santé (CAS)
- Prévisions Info-Smog au Québec
- Alertes météorologiques actives et avis sur la qualité de l'air
- Cartes des prévisions sur la fumée des feux de forêt
- Téléchargez l'application MétéoCAN sur votre téléphone et configurez des notifications pour savoir quand la CAS change
- Sur la plupart des sites Web des gouvernements provinciaux et territoriaux

Ces ressources vous aideront à décider si vous devez modifier vos activités extérieures ou prendre d'autres mesures pour protéger votre santé et celle des personnes dont vous avez la charge.

Si votre collectivité est menacée par un feu de forêt imminent, les autorités locales en matière de santé ou d'urgence vous donneront des directives pour protéger votre santé. Soyez prêt ou prête à évacuer les lieux en tout temps. Si on vous demande d'évacuer les lieux, faites-le immédiatement.

Préparez-vous à la fumée des feux de forêt

Même si vous vivez dans une région où le risque de feu de forêt est faible, vous pouvez prendre de nombreuses mesures avant le début de la saison des feux de forêt pour vous préparer :

- Discutez avec un médecin ou un professionnel de santé de la façon de gérer votre santé pendant un feu de forêt, surtout si vous ou un membre de votre famille faites partie d'au moins 1 groupe susceptible d'être particulièrement touché.
- Ayez des médicaments en réserve à la maison et gardez toujours ces médicaments avec vous pendant la saison des feux de forêt. Mettez en place avec votre fournisseur de soins de santé un plan qui vous permettra de savoir quoi faire si vos médicaments ne suffisent pas à stabiliser votre état.
- Notez les coordonnées des autorités sanitaires locales au cas où vous auriez besoin de vous renseigner sur les espaces antifumée de votre collectivité.
- Si vous devez passer du temps à l'extérieur, assurez-vous d'avoir un masque respiratoire de qualité et correctement ajusté comme un respirateur N95 homologué par le NIOSH ou l'équivalent (KN95 ou KF94).



Préparez votre maison et votre véhicule

Il est important que l'air à l'intérieur soit aussi pur que possible, surtout si vous devez rester à l'intérieur en raison d'un feu de forêt. Vous pouvez vous préparer en avance en :

- Scellant adéquatement les portes et fenêtres
- Remplaçant ou nettoyant les filtres de votre système de ventilation conformément aux recommandations du fabricant.
- Envisageant l'achat d'un purificateur d'air portatif. Ces appareils peuvent améliorer la qualité de l'air intérieur en filtrant les particules fines de la fumée des feux de forêt qui peuvent être dangereuses pour la santé. Il existe de nombreux modèles. Il est préférable de faire quelques recherches pour trouver un purificateur d'air adapté à la taille de la pièce dans laquelle vous prévoyez l'utiliser.
- Ayant en réserve des filtres pour votre système de ventilation ou votre purificateur d'air portatif.



- Vérifiant que votre logement comporte des avertisseurs de monoxyde de carbone certifiés, en bon état de fonctionnement.
- Changeant régulièrement le filtre de recirculation de l'air de votre véhicule, selon les instructions du fabricant, pour que votre filtre demeure efficace.

Pour plus d'informations sur la fumée des feux de forêt et la santé, consultez le site canada.ca/fumeefeuxdeforet ou contactez-nous à l'adresse air@hc-sc.gc.ca