

QUE FAIRE SI UNE ALERTE NUCLÉAIRE EST DÉCLENCHÉE

SOURCE OFFICIELLE À SUIVRE LU-Alert · RTL, 100.7 · 112

À FAIRE MAINTENANT

- 1 Entrez dans le bâtiment solide le plus proche et restez-y. Les vêtements et les voitures ne protègent pas des radiations ; les murs, oui.
- 2 Fermez les portes, les fenêtres et les volets. Coupez la ventilation, le chauffage et la climatisation, et fermez tout système de récupération d'eau de pluie qui alimente la maison.
- 3 Restez dans une pièce éloignée des portes et des fenêtres. Selon les consignes officielles actuelles, il n'est pas nécessaire de descendre à la cave.
- 4 Allumez la radio, **RTL, 100.7**, et surveillez les messages LU-Alert. Les autorités disent quelles zones doivent s'abriter, prendre de l'iode ou partir, et pour combien de temps.
- 5 Prenez les comprimés d'iode uniquement quand les autorités le disent, et suivez la dose indiquée sur la notice dans la boîte. Les comprimés ne protègent que la thyroïde et n'agissent que si le moment est le bon, alors attendez la consigne. Ne sortez jamais pour aller chercher des comprimés.
- 6 Si vous venez de l'extérieur, enlevez vos vêtements de dessus et vos chaussures à la porte, mettez-les dans un sac et douchez-vous, en commençant par les cheveux. Lavez les animaux avant de les faire entrer.
- 7 Laissez les enfants où ils sont : les écoles, les crèches et les maisons de soins sont mises à l'abri ou évacuées par les autorités. Appelez le **112** seulement si quelqu'un est blessé, et gardez les autres appels courts.

AVANT

SACHEZ COMMENT VOUS SEREZ AVERTI

- En cas d'alerte nucléaire, les sirènes sonnent dans les zones menacées, et LU-Alert envoie des messages par diffusion cellulaire, des SMS et des alertes dans l'application. La radio diffuse les consignes. Apprenez les signaux sur **la page alertes**, et ce qu'il faut faire quand l'un d'eux sonne sur **la page sirène**.

AYEZ LES COMPRIMÉS À LA MAISON

- Des comprimés d'iode ont été distribués aux ménages au Luxembourg. Si vous n'en avez pas, demandez à votre administration communale : elle les remet aux résidents.

- Les pages officielles ne décrivent pas toutes de la même façon qui doit prendre les comprimés. Demandez dès maintenant à votre commune ou à votre médecin, pas pendant une alerte, et vérifiez la date de péremption sur la boîte.
- Si vous avez un problème de thyroïde ou si vous savez que vous réagissez à l'iode, parlez des comprimés avec votre médecin avant d'en avoir besoin.

PRÉPAREZ-VOUS À RESTER ENFERMÉ UN JOUR OU PLUS

- Prévoyez de rester à l'intérieur pendant au moins **24 heures**. Le plan luxembourgeois dit que la

mise à l'abri ne dure normalement pas plus de **48 heures** heures.

- Stockez de l'eau, **4 L** par personne et par jour pour **72 heures**, et de la nourriture qui se mange sans cuisson. La liste est sur **la page kit**.
- Gardez du ruban adhésif large dans le kit pour calfeutrer les fenêtres et les bouches d'aération, et apprenez dès maintenant à couper la ventilation à la maison et au travail.
- Gardez le réservoir de la voiture au moins $\frac{1}{2}$ plein et un sac d'évacuation prêt, au cas où les autorités ordonnent une évacuation. Voir **la page évacuation**.
- Si vous avez un potager et qu'il reste du temps, couvrez-le d'une bâche en plastique.

LES DOCUMENTS PLUS ANCIENS DISENT

La page infocrise « Mise à l'abri » (mise à jour en juin 2020) et la brochure nucléaire de 2014 disent de préférer les pièces basses de la maison, y compris la cave. La FAQ nucléaire d'infocrise, mise à jour en octobre 2026, dit qu'il n'est pas nécessaire de descendre à la cave ni de monter au grenier : restez à l'intérieur, loin des portes et des fenêtres. La FAQ plus récente a la priorité. Une pièce de cave sans fenêtre n'est pas une erreur si vous en avez une ; ce qui compte, c'est de rester à l'intérieur, fenêtres fermées.

APRÈS

- Ne sortez qu'après le signal de fin d'alarme ou un message officiel. Aérez la maison quand on vous dit que c'est sans danger.
- Mangez des conserves, des aliments secs, congelés ou stockés, ou des produits frais venant de régions non touchées. Ne mangez rien de votre propre jardin avant que les autorités le permettent. L'eau du robinet reste sûre sauf avis contraire.
- Tant que la consigne dure, limitez le temps passé dehors, surtout sous la pluie. Changez de vêtements après chaque sortie, et gardez les animaux à l'intérieur autant que possible.
- Reconstituez ce que vous avez utilisé, et remplacez les comprimés d'iode pris ou périmés.
- Se sentir anxieux pendant un certain temps après une alerte est fréquent. Parlez-en avec vos proches, et demandez de l'aide si cela ne passe pas.

SI VOUS ÊTES...

AVEC DES ENFANTS

- N'allez pas en voiture à l'école ou à la crèche. Les enfants y sont mis à l'abri, reçoivent les comprimés ou sont évacués par les autorités, selon les mêmes consignes que celles que vous entendez à la radio.
- La dose diffère pour les nourrissons, les enfants et les adultes. Donnez les comprimés seulement quand la consigne arrive, et suivez la notice pour chaque âge.

- Dites ce qui se passe avec des mots simples : on reste à l'intérieur, on garde les fenêtres fermées, on écoute la radio.

ÂGÉ, MALADE OU EN SITUATION DE HANDICAP

- Si vous ne pouviez pas vous abriter ou partir seul, téléphonez dès maintenant à votre administration communale pour que l'aide soit organisée avant une alerte.
- Gardez vos médicaments pour au moins **7 jours** à portée de main, avec les chargeurs des appareils

dont vous dépendez.

AVEC DES ANIMAUX

- Gardez-les à l'intérieur avec vous pendant toute l'alerte. Lavez-les avant de les faire rentrer, et gardez leur nourriture et leur eau à l'intérieur.

EN APPARTEMENT AU-DESSUS DU TROISIÈME ÉTAGE

- Vous n'avez pas besoin de descendre. Choisissez une pièce intérieure ou le couloir, loin des fenêtres, et gardez les fenêtres fermées même s'il fait chaud.

RÉSUMÉ FACILE À LIRE

🏠 Rentrez et restez à l'intérieur.

🔌 Fermez les fenêtres et coupez la ventilation.

📻 Écoutez la radio pour les consignes.

💊 Prenez les comprimés d'iode seulement quand les autorités le disent.

🚿 Enlevez vos vêtements de dessus et prenez une douche.

Dernière relecture: 25/10/2026 Sources de cette page