

Que dois-je faire une fois l'inondation terminée?

En bref

Suite à une inondation, les défis demeurent nombreux : plusieurs démarches doivent être entreprises et certains impacts financiers, matériels et psychologiques sont à prévoir (Consultez par exemple [Quelles sont les conséquences de l'exposition à une inondation sur la santé physique et mentale ?](#)).

Si vous avez été évacué-e-s, attendez les consignes des autorités civiles pour regagner votre domicile afin de vous assurer qu'il n'y ait plus de danger. Si l'électricité n'a pas été coupée avant l'inondation, attendez qu'un électricien qualifié ait déclaré les lieux sécuritaires. L'intégrité structurale des lieux doit également être évaluée. Le processus de nettoyage comprend notamment l'évacuation des eaux de crue, la décontamination et le séchage des biens, le tri des aliments et des médicaments, le nettoyage de la cour, l'observation de la présence ou non de moisissures et le remplacement des appareils ménagers. Un inventaire des dommages devra également être dressé rapidement. [Plusieurs précautions seront à prendre durant ces démarches.](#)

Évaluation des dégâts

Après l'inondation, l'étendue des dégâts devra être évaluée. Portez attention à tout signe d'affaissement ou de fléchissement des murs ou des planchers, ainsi qu'à la présence de moisissures. Dressez un inventaire des dommages causés par l'eau, avec photos ou vidéos à l'appui, afin de les communiquer sans tarder à votre assureur et votre municipalité. Signalez également aux autorités municipales toute anomalie sur votre terrain afin de prévenir les glissements de terrain.

Alimentation en électricité

N'entrez pas dans votre demeure si l'alimentation en électricité n'a pas été coupée avant l'inondation. Faites vérifier l'état de l'installation électrique et des appareils de chauffage par un électricien qualifié. La remise en marche des appareils qui ont été mouillés lors de l'inondation peut créer une décharge électrique ou un feu.



Salubrité

Les eaux de crue peuvent être contaminées par des eaux

d'égout et d'autres substances polluantes. Portez des vêtements de protection adéquats pour manipuler tous les objets ayant été en contact avec ces eaux (p.ex., gants de caoutchouc, bottes et masque). La présence de moisissures et de bactéries peut rendre malade. Si vous souffrez de troubles respiratoires (p.ex., asthme), il est fortement déconseillé de faire le nettoyage par vous-même. La présence des enfants sur les lieux contaminés devrait également être évitée jusqu'à ce que les travaux d'élimination des matériaux souillés soient terminés.

En plus de nettoyer les débris, il faudra désinfecter tous les objets et les surfaces contaminés, stériliser tous les articles de cuisine et jeter les objets poreux ayant été en contact avec l'eau d'inondation et ne pouvant être nettoyés (p.ex., tapis, matelas, oreillers). Vous devrez remplacer l'isolant ou les filtres des appareils ménagers (réfrigérateur, lave-vaisselle) si mouillés ou encore remplacer l'appareil en entier. Consultez Urgence Québec pour plus de détails sur le [nettoyage de votre résidence et de votre terrain après une inondation](#).

Eau et nourriture

Informez-vous auprès des autorités municipales pour vous assurer que l'eau soit propre à la consommation. Si vous possédez un puits, considérez l'eau non potable et [faites-la analyser](#). Examinez vos aliments afin de vous assurer de leur qualité. Consultez la fiche « [Pannes d'électricité : Quoi garder et quoi jeter](#) » et jetez tout aliment présentant des signes de détérioration ainsi que les aliments conservés à la température de la pièce qui ont été en contact avec l'eau de l'inondation. Cela va de même pour les produits pour bébé (biberons, sucres), les produits de beauté et tout médicament ayant été en contact avec cette eau ou ceux étant restés plus de six (6) heures dans votre réfrigérateur non fonctionnel. Les aliments en conserves peuvent être consommés seulement si les boîtes ne sont pas abîmées. Vous devez toutefois les nettoyer, les rincer et les essuyer soigneusement au préalable.

Votre terrain

De la moisissure et des bactéries peuvent se développer sur les débris sur votre terrain. Ceux-ci doivent être retirés, mais avec prudence. N'approchez jamais d'un fil électrique tombé au sol. Composez plutôt le 911 pour de l'aide immédiate. Gérez vos [matières résiduelles](#) dans le respect des normes prescrites. Les fruits, les légumes et les fines

herbes de votre potager poussant hors terre doivent tous être jetés. Les légumes racines comme les carottes et les betteraves doivent quant à eux être nettoyés soigneusement.

Choc et santé mentale

Prendre soin de sa santé mentale en cas de sinistre est aussi important que prendre soin de sa maison. Un soutien professionnel peut aider à faire face aux responsabilités et au stress qui découlent de la situation. Il n'est pas rare que les sinistré-e-s vivent de l'anxiété ou de la colère, ressentent de la détresse ou développent des troubles de stress post-traumatiques. Soyez attentifs et attentives à vos réactions et n'hésitez pas à demander de l'aide. Consultez notre fiche [Quelles sont les conséquences de l'exposition à une inondation sur la santé physique et mentale ?](#).

Pour plus de renseignements sur les démarches post-inondation, consultez :

- <https://www.preparez-vous.gc.ca/cnt/hzd/flds-ftr-fr.aspx>
- <https://www.quebec.ca/securite-situations-urgence/urgences-sinistres-risques-naturels/inondation/#c38456>

Auteure

Anne-Sophie Gousse-Lessard, Université du Québec à Montréal

Axes

1. Facteurs de risque

Discipline(s)

4. Santé

Sources

Préparez-vous, Gouvernement du Canada : <https://www.preparez-vous.gc.ca/cnt/hzd/flds-ftr-fr.aspx>

Ministère de la sécurité publique du Québec : <https://www.quebec.ca/securite-situations-urgence/urgences-sinistres-risques-naturels/inondation/#c38456>

Sécurité et situations d'urgence, Gouvernement du Québec : <https://www.urgencequebec.gouv.qc.ca/Fr/responsabilites-ci->

[toyens/Pages/assurez-votre-securite-et-la-perennite-de-votre-domicile.aspx#inondation](#)

Alderman, K., Turner, L. R., & Tong, S. (2012). Floods and human health: A systematic review. *Environment International*, 47, 37-47. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2012.06.003>

Fernandez, A., Black, J., Jones, M., Wilson, L., Salvador-Carulla, L., Astell-Burt, T., & Black, D. (2015). Flooding and mental health: A systematic mapping review. *PlosOne*, 10: e0119929. [doi:10.1371/journal.pone.0119929](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0119929)

Lamond, J. E., Joseph, R. D., & Proverbs, D. G. (2015). An exploration of factors affecting the long term psychological impact and deterioration of mental health in flooded households. *Environmental Research*, 140, 325-334. [doi: 10.1016/j.envres.2015.04.008](https://doi.org/10.1016/j.envres.2015.04.008)

Puechlong, C., Weiss, K., & Charbonnier, E. (2020). Les facteurs de risque du développement de trouble de stress post-traumatique après une inondation : une revue de la littérature. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/cap0000244>

Le RIISQ est financé par

