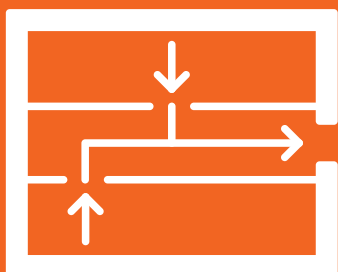
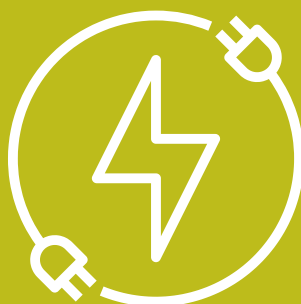
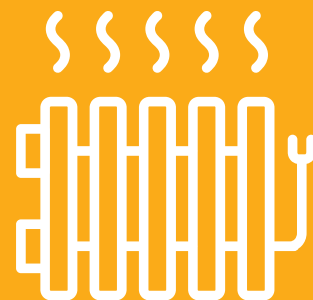
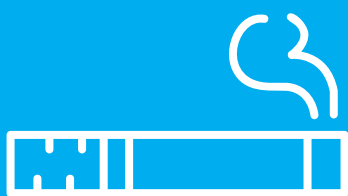


GUIDE DE PRÉVENTION INCENDIE *POUR ÂÎNÉS*

Ce guide vise à informer la population âgée des bons comportements à adopter en matière de sécurité incendie. Parmi les victimes d'incendie, **66 % sont âgées de plus de 60 ans**. Si vous êtes une personne âgée ou un proche d'une personne âgée, faites particulièrement preuve de vigilance. La connaissance et l'adoption de comportements sécuritaires aident à améliorer la sécurité de tous.



Avertisseur de fumée et monoxyde de carbone



Suivez ces conseils de sécurité pour vous assurer d'être averti rapidement en cas d'incendie :

- Installez un avertisseur de fumée à chaque étage de la maison, y compris le sous-sol.
- Installez un avertisseur de monoxyde de carbone près des chambres à coucher si vous avez un appareil à combustion ou un garage attaché à la maison.
- Optez pour des appareils ayant une pile au lithium intégrée de 10 ans.
- Suivez les directives d'installation du fabricant pour un niveau de sécurité assuré.
- Remplacez vos appareils selon la date de remplacement indiquée par le fabricant.
- Vérifiez le bon fonctionnement de vos avertisseurs deux fois par an ou lors des changements d'heure en appuyant sur le bouton d'essai.

Le saviez-vous ?

Plus de 30 % des bâtiments résidentiels incendiés annuellement n'ont pas de système de détection en bon état de fonctionnement.

Avoir un avertisseur de fumée, ce n'est pas une option, c'est une obligation !



Un avertisseur de fumée détecte la fumée dès qu'un incendie se déclenche, il vous permet de réagir rapidement et de sauver des vies. Il est recommandé d'installer des avertisseurs de fumée dans les chambres où l'on dort la porte fermée.

IMPORTANT

Consultez votre réglementation municipale pour connaître les exigences d'installation.

L'importance d'installer un avertisseur de monoxyde de carbone



L'avertisseur de monoxyde de carbone est obligatoire si vous avez un appareil à combustion (poêle à bois, foyer au gaz, etc.) ou un garage attaché à votre résidence. Ce gaz, aussi appelé CO, est incolore et inodore; il provient d'une mauvaise combustion. Il est souvent sous-estimé, mais en grande quantité, il peut causer la mort. Seul un avertisseur de monoxyde de carbone peut en détecter sa présence et vous permettre d'agir rapidement pour éviter une intoxication.

Avertisseur de fumée et monoxyde de carbone

Mégots de cigarettes et cendres chaudes



**Adopter des comportements responsables afin de prévenir les incendies.
Le premier responsable, c'est toi !**

Les mégots de cigarettes

- Ne laissez jamais une cigarette allumée sans surveillance.
- Utilisez un cendrier profond à large rebord et placez-le sur une surface stable.
- Installez un cendrier à l'extérieur pour y éteindre vos mégots ou ceux de vos invités.
- Éteignez les mégots de cigarettes avec de l'eau avant de les jeter.
- N'éteignez jamais une cigarette dans un pot de fleurs, un jardin ou une plate-bande.
- Ne fumez jamais à proximité d'un réservoir d'oxygène, qu'il soit utilisé ou entreposé.





LE SAVIEZ-VOUS ?

Lorsque le temps est chaud et que la pluie se fait rare, le paillis devient très sec, et il peut facilement s'enflammer à l'approche d'une source de chaleur. Il peut s'écouler jusqu'à **5 heures** entre le moment où une cigarette est écrasée dans une plate-bande ou dans un pot de fleurs et l'apparition de la première flamme.

Les cendres chaudes

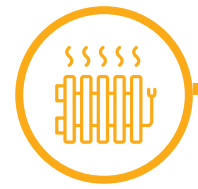
Vous utilisez un foyer ou un poêle à bois ? Suivez ces conseils de sécurité pour vous débarrasser de vos cendres de façon sécuritaire :

- Vider régulièrement les cendres du foyer à l'aide d'une pelle de métal.
- Mettre les cendres chaudes dans un contenant métallique à fond surélevé et muni d'un couvercle.
- Sortir le contenant métallique à l'extérieur à une distance d'au moins trois pieds (1 mètre) de la maison.
- Attendre 7 jours avant de transvider les cendres du contenant métallique dans un autre contenant (poubelle, bac de matières organiques).



Mégots de cigarettes et cendres chaudes

Chauffage d'appoint



**Vous utilisez des appareils de chauffage d'appoint à l'occasion ?
Voici quelques conseils pour les utiliser en toute sécurité :**

- Lisez le manuel du fabricant avant l'utilisation de l'appareil.
- Branchez l'appareil directement dans une prise de courant, sans rallonge électrique.
- Cessez l'utilisation de tout appareil brisé ou dont le cordon d'alimentation est endommagé.
- Assurez-vous d'avoir pris toutes les mesures de sécurité nécessaires avant de quitter votre domicile.
- Utilisez ce type de chauffage de façon occasionnelle seulement.



Gardez un espace dégagé autour de l'appareil et assurez-vous qu'il soit à au moins trois pieds (1 mètre) de tout matériau combustible, tel que la literie et les meubles.



L'importance de l'homologation !

Assurez-vous que vos appareils affichent un des symboles suivants :



Ces symboles indiquent que le produit a été testé et qu'il est certifié au point de vue de la sécurité.

Sac chauffant au micro-ondes

- Suivez les instructions du fabricant indiquées sur l'étiquette.
- Respectez le temps d'utilisation recommandé, qu'il soit de confection artisanale ou non.
- Ne le chauffez pas plus longtemps qu'indiqué sur l'étiquette, sinon il peut s'enflammer.

Couverture et coussin chauffants électriques

- Suivez les instructions du fabricant indiquées sur l'étiquette.
- Respectez le temps d'utilisation recommandé pour assurer votre sécurité.

IMPORTANT

Une mauvaise utilisation
ou un mauvais entretien de
vos appareils peut
représenter un risque
d'incendie et de brûlure.



Chauffage d'appoint

Batteries



Les batteries aux ions de lithium, de plus en plus utilisées dans les appareils électroniques et les moyens de transport, font partie des causes d'incendie en augmentation au Québec.

Elles se retrouvent dans plusieurs objets de votre quotidien :



Cellulaire



Tablette électronique



Vélo



Ordinateur portable



Trottinette



Triporteur

CONSEILS POUR UNE UTILISATION SÉCURITAIRE

Utilisation

Utilisez l'appareil selon le guide du fabricant.



Homologation

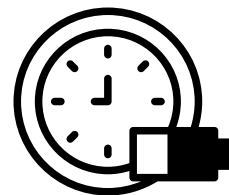
Assurez-vous que vos appareils affichent un des symboles suivants :



Ces symboles indiquent que le produit a été testé et qu'il est certifié au point de vue de la sécurité.

Recharge

Utilisez toujours le chargeur spécialement conçu pour l'appareil.





LE TRIO DES BONNES PRATIQUES !

1

Suivez les instructions du fabricant pour le temps de chargement. Ne laissez pas l'appareil sur la charge si ce n'est pas nécessaire.

2

Rangez et entreposez les vélos, trottinettes ou triporteurs munis de batteries aux ions de lithium le plus loin possible des sources de chaleur potentielles et de matériaux combustibles.

3

Déposez vos batteries aux ions de lithium à l'écocentre ou dans les différents points de dépôt officiels.

**Cessez immédiatement
l'utilisation de votre appareil
si vous remarquez une :**

- fuite ou des bruits étranges
- déformation de la batterie
- chaleur anormale
- odeur inhabituelle

Batteries

Électricité

Une mauvaise utilisation des appareils électriques ou un manque d'entretien de vos installations peuvent causer un incendie.

Voici quelques conseils de sécurité :

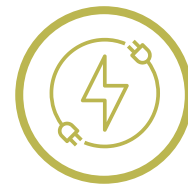
- Répartissez les appareils sur plusieurs prises de courant.
- Pour débrancher un appareil électrique, tirez sur la fiche, pas sur le fil.
- Débranchez le grille-pain avant de tenter de dégager une rôtie coincée.
- N'utilisez jamais un appareil électrique défectueux ou dont le cordon d'alimentation est endommagé.
- N'utilisez jamais une rallonge électrique endommagée.

L'importance de l'homologation !

Assurez-vous que vos appareils affichent un des symboles suivants :



Ces symboles indiquent que le produit a été testé et qu'il est certifié au point de vue de la sécurité.



AUCUN RISQUE À PRENDRE AVEC L'ÉLECTRICITÉ !

Communiquez avec un maître électricien si vous remarquez une baisse de courant anormale ou si vous percevez une odeur inhabituelle.

Barres d'alimentation multiprise

Assurez-vous d'y brancher uniquement des appareils à faible consommation comme une lampe ou une télévision.



Voici quelques solutions pour éviter une surcharge :

- N'utilisez pas de rallonges électriques de façon permanente. Faites plutôt installer des prises additionnelles par un maître électricien.
- Utilisez une barre d'alimentation avec un disjoncteur intégré qui coupera le courant en cas de surcharge.



En cas de panne électrique :

- Ménagez la batterie de votre téléphone intelligent afin de pouvoir vous en servir en cas d'urgence.
- Si votre santé ou celle d'un proche dépend d'un appareil fonctionnant à l'électricité, prévoyez en tout temps une source d'énergie de secours.
- Convenez, avec des membres de la famille ou des amis, de l'endroit où vous pourriez être hébergé en cas de panne de courant prolongée.
- Éclairez-vous à l'aide de lampes de poche plutôt que de chandelles traditionnelles.

ATTENTION AUX RISQUES

LES CHANDELLES

- Ayez toujours à l'œil les chandelles allumées.
- Placez-les sur une surface stable et loin de toute matière inflammable.
- Éteignez-les avant de quitter une pièce ou votre domicile.
- Gardez-les hors de la portée des enfants et des animaux.
- Privilégiez les bougies DEL pour une utilisation sans risque.



LE MONOXYDE DE CARBONE (CO)

À l'intérieur d'un bâtiment, n'utilisez jamais des appareils à combustion conçus pour l'extérieur; ces appareils présentent un risque d'asphyxie ou d'intoxication. Par exemple, un barbecue, une génératrice, un poêle portatif.

Électricité

Feux de cuisson



Chaque année, de nombreux incendies surviennent en raison de la négligence ou de l'inattention. Les accidents domestiques liés à la cuisine figurent parmi les principales causes d'incendies et de blessures à la maison.

Voici quelques conseils pour cuisiner en toute sécurité :

- Utilisez une minuterie.
- Utilisez des mitaines de cuisine.
- Supervisez en tout temps la cuisinière lorsque vous en faites l'utilisation.
- Tournez les poignées des casseroles vers l'arrière de la cuisinière.
- Évitez les distractions (cellulaire, télévision, ordinateur).
- Assurez-vous que les enfants restent loin de la cuisinière.
- Évitez de porter des vêtements amples lorsque vous cuisinez.
- Gardez tout ce qui peut brûler loin de la cuisinière et ne rangez pas d'objets dans le four ni sur le dessus de la cuisinière.



Quoi faire en cas de feu de cuisson ?

- Placez rapidement un couvercle de dimension appropriée sur le récipient en flammes.
- Si possible, fermez tous les éléments chauffants, le four et la hotte de cuisine.
- N'essayez jamais d'éteindre un feu d'huile avec de l'eau ! L'eau alimente et propage le feu.
- Ne déplacez jamais un récipient dont le contenu est en flammes.



IMPORTANT

Appelez les pompiers, même si le feu semble éteint. Le feu pourrait s'être infiltré dans le conduit de la hotte.

ATTENTION AUX RISQUES

BARBECUE (gaz, charbon, bois, granules)

- Placez-le à l'extérieur, dans un endroit bien aéré.
- Installez-le sur une surface solide et stable.
- Gardez-le à une distance sécuritaire de tout objet ou matière combustible.
- Renseignez-vous sur l'utilisation de l'appareil en consultant son guide d'utilisation.



FRITEUSE

- N'utilisez jamais une casserole remplie d'huile pour frire vos aliments.
- Privilégiez l'utilisation d'une friteuse homologuée CSA ou ULC munie d'un thermostat.
- Lisez les instructions du fabricant avant de l'utiliser.
- Ne laissez jamais une huile fumer ! Elle peut surchauffer rapidement et s'enflammer.

RÉCHAUD À FONDUE

- Dégagez l'espace autour du réchaud.
- Déposez le réchaud sur une surface stable et qui supporte la chaleur.
- Ne remplissez jamais un brûleur chaud; vous pourriez enflammer le combustible au contact du métal chaud. Préparez-vous plutôt un deuxième brûleur.

IMPORTANT : Pensez à utiliser un modèle électrique plutôt qu'un modèle à brûleur.



Feux de cuisson

PRÉPARATION À L'ÉVACUATION



**Les conséquences d'une situation d'urgence peuvent être importantes.
En accomplissant des gestes simples, vous pouvez vous y préparer.**

COMMENT VOUS Y PRÉPARER :

- Prévoyez un éclairage d'appoint (ex : veilleuse) qui vous permettra une évacuation plus sécuritaire.
- Laissez lunettes, appareils auditifs, clés et téléphone à proximité de votre lit, prêts à être utilisés.
- Si vous habitez dans un lieu où des services sont offerts, renseignez-vous auprès de votre responsable sur les mesures d'urgence de votre bâtiment.
- Si vous avez une incapacité auditive ou visuelle, installez des avertisseurs de fumée à signaux clignotants ou munis d'un système à vibration pour attirer votre attention quand une alarme se déclenche. Renseignez-vous auprès des centres spécialisés sur les services offerts.



RAPPEL

Assurez-vous que les portes de sortie, les fenêtres et les escaliers sont libres de tout obstacle et déneigés **en tout temps**.



TROUSSE D'URGENCE



Voici les 7 articles essentiels à avoir dans votre trousse d'urgence :

- Eau potable (2 litres par personne par jour).
- Nourriture non périssable (pour au moins 3 jours).
- Ouvre-boîte manuel.
- Radio à piles et piles de rechange.
- Lampe frontale, de poche ou à manivelle et piles de rechange.
- Briquet ou allumettes et chandelles.
- Trousse de premiers soins.



Placez ces articles dans un endroit pratique et facile d'accès.

SOYEZ PRÊT !

Ayez en tout temps, dans votre domicile, ces articles essentiels pour subsister pendant au moins les **3 premiers jours** d'un sinistre.



Préparation

LORS D'UNE ÉVACUATION



En cas d'urgence, chaque seconde compte !

Une évacuation rapide et sécuritaire peut vous sauver la vie.

Vous devez évacuer si :

- vous sentez que votre sécurité est compromise.
- vous entendez un avertisseur de fumée ou une alarme incendie.
- les autorités vous le demandent.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ À SUIVRE :

- Commencez à évacuer immédiatement.
- Ne perdez pas de temps à chercher vos effets personnels.
- Dirigez-vous vers la porte de sortie ou la cage d'escalier la plus près ou la plus sécuritaire.
- Dirigez-vous au point de rassemblement.
- Allez trouver la personne responsable sur place ou composez le 9-1-1 une fois à l'extérieur.
- Ne retournez jamais à l'intérieur, même pour sauver une personne ou un animal ou pour récupérer des effets personnels, les intervenants d'urgence s'en occuperont !

IMPORTANT

Si vous habitez dans un lieu où des services sont offerts, renseignez-vous auprès de votre responsable sur les consignes de sécurité à suivre en cas d'alarme incendie.

PERSONNE À MOBILITÉ RÉDUITE



Il est important de planifier son évacuation selon ses capacités. Si vous avez besoin d'aide pour évacuer, assurez-vous d'en informer le personnel de votre résidence ou de vous inscrire au programme *Secours adaptés* de votre municipalité.

QUOI FAIRE EN CAS D'ALARME INCENDIE ?

- Dirigez-vous à la cage d'escalier la plus près et restez-y sans nuire au passage.
- Si possible, tentez de descendre tranquillement. Si vous êtes dans l'incapacité de descendre, demeurez sur le palier de votre étage, dans la cage d'escalier, et signalez votre présence aux autres occupants qui vous croiseront. Si vous avez un cellulaire, appelez le 9-1-1 pour signaler votre présence.

PROGRAMME SECOURS ADAPTÉS

En cas d'urgence ou de sinistre, le Centre de traitement des appels d'urgence (911) avisera les pompiers et les policiers de la présence d'une personne avec une condition particulière à une adresse donnée. Les services d'urgence seront ainsi en mesure d'intervenir plus efficacement et rapidement.

QUI PEUT S'INSCRIRE ?

Toute personne habitant dans un domicile autre qu'une résidence pour personnes âgées (RPA) et ayant une condition particulière qui limite sa capacité à évacuer peut s'inscrire.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Informez-vous auprès de votre municipalité pour savoir si vous êtes éligible et pour connaître la procédure d'inscription.

RAPPELEZ-VOUS !

Voici les règles à suivre pour vous assurer une évacuation sécuritaire et pour faciliter l'intervention des services d'urgence (pompiers, policiers, ambulanciers) :

- Ne prenez jamais l'ascenseur et évacuez toujours par la porte de sortie ou la cage d'escalier la plus près.
- Éloignez-vous du bâtiment en vous rendant au point de rassemblement. Assurez-vous de ne pas rester dans la voie d'accès; les services d'urgence devront avoir un accès rapide au bâtiment.
- Assurez-vous de garder les portes, fenêtres et escaliers libres de toute obstruction. Le niveau d'encombrement peut être un enjeu crucial pour votre évacuation et pour l'intervention des services d'urgence.



LE TROUBLE D'ACCUMULATION ET D'ENCOMBREMENT, UN DANGER POUR TOUS !

L'accumulation d'une quantité excessive d'objets représente un véritable risque pour vous et les équipes d'intervention d'urgence comme les pompiers qui pourraient avoir besoin d'entrer pour sauver une vie ou éteindre un incendie.

Pour plus d'information ou pour demander du soutien, contactez votre CISSS.

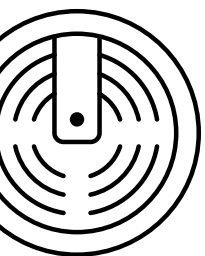


Scannez-moi !





LA PRÉVENTION INCENDIE, ÇA N'A PAS D'ÂGE.



Un avertisseur ne doit jamais être modifié.

Si votre avertisseur a été peint ou est endommagé, remplacez-le immédiatement.

OÙ JETER SON AVERTISSEUR ?

Les avertisseurs peuvent être jetés en toute sécurité à la poubelle, mais pas dans le bac de recyclage.

Les piles 9 volts de l'avertisseur peuvent être déposées dans un des nombreux points de dépôt.

LES FEUX DE CUISSON

On ne le dira jamais assez, en cuisine, il est primordial de garder un œil attentif sur ce que l'on fait chauffer, particulièrement lors de l'utilisation d'huiles ou de graisses.

Lorsqu'une huile atteint une température trop élevée, de la fumée apparaît. Continuer de chauffer une huile qui fume peut augmenter la température suffisamment pour que des flammes apparaissent.

Voici ce qu'il faut retenir :

- Il est important de lire les étiquettes et de se renseigner sur l'utilisation de chacune des huiles.
- Seulement quelques huiles peuvent supporter de hautes températures;
- Une huile qui fume commence à se dégrader.
- Il est recommandé de diminuer la température d'une huile qui fume afin d'éviter l'apparition de flammes.



LE RAMONAGE DE VOTRE CHEMINÉE

Un feu de cheminée peut causer rapidement des dommages majeurs à un bâtiment, d'où l'importance d'effectuer au moins une fois par année le ramonage de votre cheminée.

Il est conseillé de faire ramoner votre cheminée par un professionnel membre de l'Association des professionnels du chauffage (APC).

OÙ SE DÉPARTIR DES PILES ET BATTERIES ?

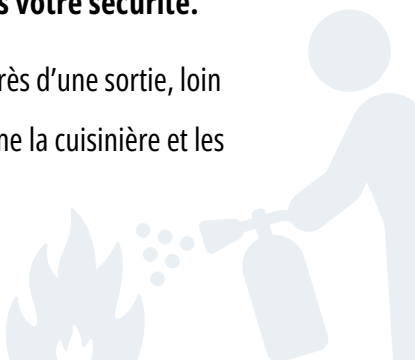
Pour trouver un point de dépôt officiel

recyclezvosbatteries.ca

LES EXTINCTEURS PORTATIFS

RAPPEL : Un extincteur d'incendie sert à éteindre un feu naissant qui ne menace pas votre sécurité.

- Placez l'extincteur portatif bien en vue, près d'une sortie, loin des sources potentielles d'incendie comme la cuisinière et les appareils de chauffage.
- Informez-vous sur la manière de l'utiliser afin de pouvoir intervenir rapidement.



LES BOUTEILLES DE GAZ PROPANE

Il est interdit d'entreposer des bouteilles de gaz propane à l'intérieur.

La présence d'une bonbonne à l'intérieur d'un espace fermé, tel qu'une maison, un garage ou une remise, constitue un risque d'incendie et d'explosion.

LISTE DE VÉRIFICATION

ÊTES-VOUS PRÊT ?

Utilisez cette liste de vérification pour assurer votre sécurité dans votre domicile. Si vous cochez NON à l'une des questions, corrigez la situation afin de réduire le risque d'incendie et d'améliorer votre préparation en cas d'urgence.

OUI	NON	
☐	☐	Avez-vous au moins un avertisseur de fumée fonctionnel par étage ?
☐	☐	Si vous avez des appareils à combustion ou un garage attaché à votre résidence, avez-vous au moins un avertisseur de monoxyde de carbone fonctionnel près des chambres ?
☐	☐	Est-ce que toutes vos portes de sortie sont accessibles et libres de tout objet ?
☐	☐	Est-ce que vos appareils de chauffage d'appoint sont branchés directement dans une prise de courant ?
☐	☐	Est-ce que tous vos appareils électriques sont homologués ?
☐	☐	Avez-vous une source d'éclairage d'appoint tel qu'une veilleuse ou une lampe de poche à utiliser en cas de panne électrique ?
☐	☐	Avez-vous repéré au moins deux sorties de secours qui pourraient servir en cas d'évacuation ?
☐	☐	Avez-vous besoin d'aide en cas d'évacuation ? Si oui, le personnel de votre résidence est-il informé de vos besoins ou avez-vous adhéré au programme <i>Secours adaptés</i> ?
☐	☐	Avez-vous une trousse d'urgence prête à être utilisée en cas de sinistre ?
☐	☐	Avez-vous un point de rassemblement en cas d'évacuation ?

Apprenez-en plus !

REMERCIEMENTS

Nous tenons d'abord à souligner le travail des équipes ayant contribué à la version précédente de ce guide, qui a servi de fondement à cette mise à jour.

Cette nouvelle édition actualisée est le fruit d'un véritable effort collectif. Merci à l'ensemble des services de la Sécurité incendie de l'Entraide des Basses-Laurentides pour leur contribution remarquable, ainsi qu'à nos partenaires, le Service de la sécurité incendie de la Ville de Terrebonne et celui de la Ville de Repentigny, pour leur précieuse collaboration.

Services de la Sécurité incendie de l'Entraide des Basses-Laurentides



Nos partenaires



Enfin, nous remercions le ministère de la Sécurité publique, dont les informations accessibles ont grandement contribué à l'élaboration de cette nouvelle édition.

EN ADOPTANT LES BONS GESTES DÈS AUJOURD'HUI,

VOUS PROTÉGEZ VOTRE VIE ET CELLE DE VOS PROCHES.

