

GUIDE DE SÉCURITÉ **INCENDIE** POUR LES ÂÎNÉS ET LES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE



Ville de LORRAINE



Chers citoyens de Lorraine,

On ne le répètera jamais assez, la prévention est la meilleure façon d'éviter le déclenchement d'incendies, car ceux-ci sont généralement la conséquence d'une distraction ou d'une imprudence. Bien que le Service de sécurité incendie soit toujours prêt à intervenir si un feu se déclare, son objectif principal est de vous aider à réduire au maximum les risques qu'un tel événement se produise à votre domicile.

Le présent document contient donc de judicieux conseils qui guideront les choix et les actions des aînés et des gens à mobilité réduite au chapitre de la sécurité incendie. En le parcourant, vous découvrirez notamment les règles concernant l'installation d'un avertisseur de fumée, des conseils pour vous aider à faire votre plan d'évacuation, de l'information sur le programme RAPPID+OR ainsi que des rappels concernant les articles de fumeur et l'utilisation des appareils de chauffage d'appoint.

Prenez le temps de lire et d'assimiler ces directives. Les quelques minutes que vous y consacrerez pourraient sauver votre vie. Pour de plus amples renseignements, communiquez avec nous au 450 621-1460, poste 199.

Votre Service de sécurité incendie

En cas de différence entre les règlements adoptés par le conseil municipal et le présent guide, les premiers prévalent.

PROGRAMME RAPPID+OR

Vous êtes un résident de Lorraine âgé de 65 ans et plus et vous demeurez seul ou en couple à votre domicile ? Le programme RAPPID+OR s'adresse à vous ! Il s'agit d'un programme de prévention ayant pour but de favoriser la promotion d'un milieu de vie sain et sécuritaire auprès des aînés.

Après votre inscription, un bénévole du Centre d'Action Bénévole Solange-Beauchamp (CABSB) se rendra à votre domicile, accompagné d'un policier et d'un pompier. Ces intervenants feront le tour de votre maison, vous feront part de leurs recommandations pour la rendre encore plus sécuritaire, vous remettront ensuite une trousse et prendront le temps de répondre à toutes vos questions. Inscrivez-vous dès aujourd'hui en communiquant avec le CABSB au 450 430-5056. **C'est gratuit !**

CONTENU DE LA TROUSSE RAPPID+OR

La trousse contient des dépliants d'organismes et de ressources spécialisées, un accroche-porte sur lequel indiquer les renseignements médicaux qui vous concernent ainsi que des objets favorisant votre sécurité à domicile : avertisseur de fumée, veilleuse, brassard, etc.

**INSCRIVEZ-VOUS AU
450 430-5056
C'EST GRATUIT !**

Ce programme est issu d'un partenariat entre le CABSB, le Centre intégré de santé et de services sociaux de Thérèse-De Blainville, la Régie intermunicipale de police Thérèse-De Blainville et le Service de sécurité incendie de Bois-des-Filion et de Lorraine.

AUTOCOLLANTS ÉLECTROSTATIQUES

La Ville de Lorraine met à la disposition de ses citoyens trois autocollants électrostatiques pouvant être apposés aux fenêtres de leur résidence. Lorsque les pompiers arrivent sur le lieu d'un incendie, leur première action consiste à faire le tour de la maison. En notant la présence d'un autocollant électrostatique, ils peuvent donc savoir qui réside dans ce domicile :

- un aîné ou une personne à mobilité réduite ;
- un bébé ou un enfant ;
- un animal domestique.

Les autocollants pour personne à mobilité réduite et pour enfants sont à apposer préférentiellement à une fenêtre de chambre à coucher. Celui indiquant que vous possédez un animal domestique est à afficher à une fenêtre de porte extérieure ou du salon.



AVERTISSEUR DE FUMÉE

Installer un avertisseur de fumée dans votre maison constitue le meilleur moyen de sauver des vies, en plus d'être obligatoire en vertu de la réglementation municipale.

CONSEILS DE SÉCURITÉ

- Installez au moins un avertisseur de fumée par étage, **y compris au sous-sol** :
 - Dans le corridor, près des chambres ;
 - Dans chaque chambre où l'on dort la porte fermée ;
 - À proximité d'un escalier.
- Si chaque étage mesure plus de 10 m (35 pi), installez deux avertisseurs par étage, soit un près de chacune des extrémités.
- Vérifiez régulièrement le fonctionnement de vos avertisseurs de fumée, qu'ils soient à pile ou électriques. N'hésitez pas à demander de l'aide si vous avez de la difficulté.
- Remplacez périodiquement la pile de l'appareil ou, si possible, utilisez une pile longue durée comme une pile au lithium. Dans ce cas, prenez soin de vérifier régulièrement le bon fonctionnement de l'avertisseur de fumée.
- Ne retirez jamais la pile de l'avertisseur et ne le débranchez pas, même s'il se déclenche inutilement. Utilisez plutôt la touche de sourdine de l'appareil.
- Remplacez les avertisseurs selon les recommandations du fabricant, généralement aux 10 ans. La date de fabrication ou d'expiration est indiquée sur le boîtier. En l'absence d'une telle date, ne prenez aucun risque, remplacez immédiatement l'appareil.
- Si vous êtes malentendant, installez des avertisseurs de fumée avec lumières clignotantes. Ces appareils disposent d'une lampe spéciale haute densité qui peut réveiller une personne endormie.



Les avertisseurs de fumée doivent être installés au plafond, puisque la fumée y monte directement en cas d'incendie.

Inodore, incolore, insipide et non irritant, le monoxyde de carbone (CO) cause des centaines d'intoxications annuellement au Québec, dont une quinzaine sont mortelles.

Saviez-vous que le CO est un gaz que l'on retrouve dans la plupart des domiciles? Comme seul un avertisseur de CO peut le détecter, votre avertisseur de fumée ne vous protège pas contre ce gaz.

MONOXYDE DE CARBONE

QU'EST-CE QUI PRODUIT DU CO ?

Un véhicule ou un appareil qui fonctionne avec un combustible comme la gasoline, l'huile, le gaz, le kérosène, le propane ou le bois. Si votre maison comprend un garage ou si vous possédez un poêle à bois, un détecteur de CO vous est indispensable! En effet, les intoxications surviennent lorsque l'appareil ou le véhicule fonctionne mal ou lorsqu'il est utilisé dans un espace fermé ou mal ventilé.

SYMPTÔMES D'UNE INTOXICATION AU CO :

Maux de tête frontaux, persistants ou non, sensation de battements de cœur, nausées, fatigue, faiblesse, vertiges, étourdissements, somnolence, vomissements, pouls rapide, baisse de réflexes et de jugement, convulsions et coma pouvant mener jusqu'au décès.

Notez que les personnes âgées et les personnes atteintes de maladies respiratoires ou cardiaques sont plus sensibles aux effets du CO.

Même si une résidence est pourvue d'un avertisseur de CO, les appareils à combustible qui s'y trouvent doivent être entretenus et utilisés de façon adéquate.



PLAN D'ÉVACUATION EN CAS D'INCENDIE

Après le déclenchement d'un incendie, les occupants ont en moyenne trois minutes pour quitter leur domicile. Pour être prêt, dessinez le plan d'évacuation de votre maison.

CONSEILS POUR CRÉER VOTRE PLAN D'ÉVACUATION

- Sur votre plan, indiquez les portes qui peuvent servir de sortie de secours.
- Déterminez le lieu à l'extérieur où vous devrez attendre l'arrivée des secours. Choisissez un endroit accessible en toute saison, qui évite d'avoir à traverser la rue.
- Prévoyez un moyen de joindre le 9-1-1 une fois à l'extérieur de la maison.
- Placez le plan d'évacuation à la vue dans votre maison.



**EXERCEZ-VOUS
À ÉVACUER VOTRE
DOMICILE AU MOINS
UNE FOIS PAR ANNÉE!**

Profitez de la Grande évacuation, chaque année en octobre, pour pratiquer votre plan d'évacuation.

ARTICLES DE FUMEUR

Si vous êtes fumeur, la prudence est de mise, car les articles de fumeur sont la principale cause d'incendie mortel chez les personnes âgées.

- Ne laissez jamais une cigarette allumée sans surveillance dans un cendrier.
- Utilisez des cendriers grands et profonds.
- Ne déposez jamais un cendrier sur le bras d'un canapé ou d'une chaise.
- Éteignez les mégots de cigarettes avec de l'eau avant de les jeter.
- Ne fumez pas en position couchée ou au lit, car vous risquez de vous endormir avec une cigarette allumée.
- Ne fumez pas si vous avez pris des médicaments ou de l'alcool.

Vous avez reçu la visite de fumeurs ?

Avant d'aller au lit ou de quitter la maison, assurez-vous qu'il n'y ait pas de mégots de cigarettes sous les meubles rembourrés et les coussins, par exemple.



FEUX DE CUISSON

Au Québec, près du tiers des incendies résidentiels débutent dans la cuisine.

CONSEILS DE SÉCURITÉ

- Gardez le four, le dessus de la cuisinière et la hotte propres.
- Ne laissez jamais d'aliments sans surveillance sur la cuisinière.
- Utilisez une friteuse à contrôle thermostatique pour faire de la friture.
- Placez toujours un récipient sous la grille du four pour recueillir la graisse.
- N'utilisez jamais de papier d'aluminium puisque la graisse qui s'y accumule peut s'enflammer.
- Ayez des mitaines pour le four à proximité.
- Ne laissez pas des objets qui pourraient facilement prendre feu (essuie-tout, poignées, rideaux et linges à vaisselle) sur la surface de travail autour de la cuisinière.
- Les vêtements amples représentant un grave danger de brûlure, portez des vêtements ajustés lorsque vous cuisinez.

SI UN FEU SE DÉCLENCHE DANS LE FOUR

- Éteignez l'appareil, si possible.
- Couvrez les flammes avec un couvercle.
- Gardez la porte du four fermée.
- Ne sortez jamais la casserole à l'extérieur.
- Utilisez un extincteur d'incendie uniquement s'il convient et si vous savez l'utiliser.

N'utilisez jamais

une cuisinière comme appareil de chauffage.



COUVERTURES ÉLECTRIQUES

Saviez-vous que, chaque année, les couvertures électriques sont la cause d'incendies ? Voici quelques conseils qui vous permettront de dormir sur vos deux oreilles.

- N'utilisez jamais votre couverture électrique si elle est brisée, humide, sale, froissée ou si son cordon d'alimentation est effiloché.
- Évitez de placer d'autres couvertures par-dessus la couverture chauffante lorsque celle-ci est branchée.
- Prenez l'habitude de chauffer votre lit, puis d'éteindre la couverture électrique avant de vous coucher. Vous bénéficierez de la chaleur, tout en réduisant les risques d'incendie.
- N'insérez jamais une couverture électrique dans les côtés du lit.
- Lors de l'achat, assurez-vous que la couverture chauffante est homologuée par un organisme reconnu (CSA/ULC), donc qu'elle est sécuritaire.

Attention !

Laver de manière répétée une couverture chauffante peut endommager son circuit électrique... un risque d'incendie important. Assurez-vous de bien respecter les consignes du fabricant.



APPAREILS DE CHAUFFAGE PORTATIFS

Par temps froid, on apprécie un petit coup de pouce pour réchauffer une pièce et nos orteils. Comme pour tout appareil chauffant, il faut cependant respecter quelques consignes de sécurité.

- Placez la chaufferette à au moins 1 m des meubles, des rideaux et de toute matière inflammable.
- Installez-la sur le plancher à un endroit stable où personne ne risque de la renverser.
- Branchez l'appareil directement dans une prise, et non à un cordon de rallonge.
- Fermez et débranchez la chaufferette chaque fois que vous quittez la pièce et avant d'aller dormir.
- Lors de l'achat d'un appareil, vérifiez qu'il est muni d'une fonction d'arrêt automatique et qu'il est homologué par un organisme reconnu (CSA/ULC), donc qu'il est sécuritaire.

Il est normal que le cordon d'alimentation soit un peu chaud lorsque l'appareil est en fonction. Toutefois, si le cordon devient brûlant, cessez immédiatement d'utiliser votre chaufferette.



L'ÉLECTRICITÉ, ÊTES-VOUS AU COURANT ?

NE VOUS IMPROVISEZ PAS ÉLECTRICIEN, À CHACUN SON MÉTIER!

- Faites remplacer les appareillages trop vieux, endommagés ou non conformes.
- N'employez jamais des cordons de rallonge de façon permanente. Débranchez-les après usage.
- Éloignez les rideaux et les meubles des plinthes électriques d'au moins 10 cm.
- N'utilisez jamais un appareil électrique dont le cordon d'alimentation est endommagé ou dénudé.
- Ne déposez pas de tissu sur un abat-jour. La chaleur de l'ampoule pourrait l'enflammer.
- Ne cachez pas les cordons de rallonge sous les tapis ou derrière les meubles, et ne les faites pas passer à travers un mur ou sous une porte.
- Si un fusible saute, vérifiez s'il n'y a pas trop d'appareils branchés sur ce circuit. Si le problème survient de nouveau, ne remplacez pas ce fusible par un autre de calibre supérieur. Communiquez plutôt avec un maître électricien.
- Tirez sur la fiche pour débrancher un appareil et non sur le câble.
- Utilisez des appareils électriques portant le sceau d'un organisme d'homologation reconnu comme CSA ou ULC.



Saviez-vous qu'une ampoule électrique peut dégager jusqu'à 200 degrés Celsius ?

Assurez-vous d'utiliser des ampoules
du calibre indiqué sur la lampe.

AMÉNAGER SA CHAMBRE À COUCHER

Quelques précautions simples concernant l'aménagement de votre chambre à coucher peuvent faciliter votre évacuation de manière importante dans l'éventualité où un incendie surviendrait durant la nuit.

- Si vous êtes une personne à mobilité réduite, aménagez de préférence votre chambre au rez-de-chaussée, près d'une sortie.
- Ayez un téléphone à proximité de votre lit, et assurez-vous qu'il soit facile d'accès.
- Soyez en mesure d'éclairer rapidement votre chambre en ayant une lampe de chevet ou accès à un autre dispositif d'éclairage près de votre lit.
- Laissez vos lunettes et vos appareils auditifs sur votre table de chevet, prêts à être utilisés.
- Si le feu se déclare, enveloppez-vous d'une couverture plutôt que de chercher vos vêtements.

Si le feu se déclare dans votre maison, vous avez **environ 3 minutes** pour évacuer le lieu. Il est donc important d'aménager votre environnement de manière à faciliter votre sortie.



DÉGAGEMENT DES SORTIES SECONDAIRES

En cas d'incendie, il est essentiel que vous puissiez quitter votre résidence rapidement. En tout temps, maintenez les issues et les balcons libres, y compris le chemin qui mène à ceux-ci.

CONSEILS DE SÉCURITÉ

- À l'intérieur de votre domicile, assurez-vous que les voies de sortie (corridors, escaliers, etc.) sont toujours libres d'objets encombrants.
- Assurez-vous que les fenêtres pouvant servir de sorties de secours restent accessibles de l'intérieur.
- Après chaque chute de neige, déneigez ou faites déneiger vos issues, vos balcons et votre terrasse.



QUE FAIRE SI LE FEU SE DÉCLARE?

APPELEZ LE 9-1-1

- Utilisez un extincteur seulement s'il s'agit d'un début d'incendie. Placez-vous dos à une sortie et visez la base des flammes.
- Fermez les portes et les fenêtres de la pièce où le feu s'est déclaré afin d'éviter sa propagation.
- N'entrez pas dans une pièce si la porte est chaude au toucher.
- Sortez calmement et rapidement. Si vous êtes en mesure de le faire, marchez à quatre pattes sous la fumée pour éviter d'inhaler des gaz nocifs.
- Rendez-vous à votre lieu extérieur prédéterminé ou chez un voisin. **EN AUCUN CAS, NE RETOURNEZ À L'INTÉRIEUR.**
- Si vous êtes incapable de sortir ou si vous êtes pris au 2^e étage, fermez la porte de la pièce où vous vous trouvez. Colmatez-la avec des linges humides et arrosez-la si possible.
- Allongez-vous sur le sol, placez un linge humide sur votre bouche, réfugiez-vous près des fenêtres et signalez votre présence à l'arrivée des secours.



LA PRÉVENTION, LA MEILLEURE SOLUTION

Pour plus d'information

**SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE DE BOIS-DES-FILION
CASERNE INCENDIE**

111, montée Gagnon

Bois-des-Filion (Québec) J6Z 4T5

Téléphone : 450 621-1460, poste 199

ville.lorraine.qc.ca



Ville de LORRAINE