

GUIDE DE PRÉVENTION

En sécurité publique



Service de Sécurité incendie de Saint-Adolphe-d'Howard



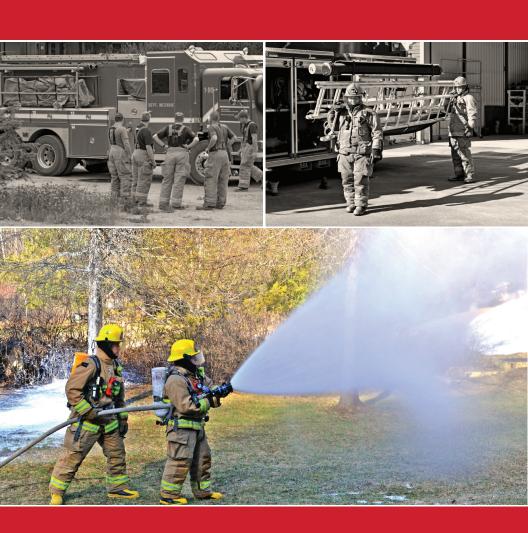


TABLE DES MATIÈRES

KESS	OURCES DISPUNIBLES	4
	Réactions normales lors d'un incendie Liste téléphonique utile en cas de sinistre Services municipaux Aide-mémoire après un sinistre Allez au-devant de l'imprévisible À la maison, voici quelques conseils à suivre	5 7 8 9 10 11
PLAI	N D'ÉVACUATION	12
	Avertis, prêts, sortez! Dessiner votre plan d'évacuation	12 13
LA S	ÉCURITÉ À LA MAISON, LA RESPONSABILITÉ DE TOUS !	14
	Les feux à ciel ouvert Barbecue au propane L'électricité et l'incendie	15 17 18
SÉCI	JRITÉ CIVILE	19

RESSOURCES DISPONIBLES



Réactions normales lors d'un incendie

Ces réactions varient en fonction de :

- La nature des dommages ;
- Le degré de menace à la vie, le nombre de décès ;
- La nécessité d'évacuation et de transfert ;
- Les variables médiatiques :
- L'attribution de la cause, du niveau de responsabilité;
- Les variables socioéconomiques et démographiques ;
- Les caractéristiques individuelles des sinistrés ;
- Les ressources disponibles, menacées ou disparues.

Caractéristiques des réactions à la suite d'un sinistre en fonction des groupes d'âge :

- L'enfant : Éprouve la peur
- L'adolescent: Veut être traité comme un adulte ou retourner à son rôle d'enfant
- Le jeune : Veut comprendre le comment et le pourquoi
- L'adulte : Vit un conflit entre ses responsabilités et ses propres besoins
- La personne âgée : Est capable de déterminer ses besoins et les services correspondants

Les réactions sont classées en quatre types

Les réactions observées chez les sinistrés à la suite d'un incendie sont normales et diminuent en intensité au fil des jours. Si l'intensité persiste au-delà de deux semaines, le sinistré peut communiquer avec son CLSC.

1. Physiques

Maux de tête Bouffées de chaleur Évanouissements Tremblements

Difficultés respiratoires Étourdissements Fatigue intense

Problèmes cardiovasculaires

Nausées Sudation

2. Émotionnelles

Choc, stupeur, torpeur Émotivité, colère Culpabilité et honte

Angoisse profonde

Irritabilité

Tension Impression que l'événement Sentiment d'impuissance se reproduira

Désolation, désespoir de fragilité, de vulnérabilité

3. Cognitives

Anxiété, peur Irritabilité

Rétrospective Difficultés de concentration Confusion

4. Comportementales

Fuite Fixation Actions héroïques Mesures de protection des proches

Agitation

Page 5

Réactions observées chez les enfants :

- Des difficultés de sommeil, des cauchemars ;
- Des régressions, par exemple : mouiller son lit, sucer son pouce, etc.

Pistes d'intervention auprès des enfants :

- Encourager les enfants dans l'expression de leur expérience ainsi que des sentiments vécus ;
- Utiliser les médiums du jeu et du dessin ;
- Dire la vérité aux enfants ;
- Répondre à leurs questions sans aller de l'avant. Ils iront jouer et reviendront plus tard pour poser d'autres questions;
- Augmenter leur sentiment de sécurité ;
- Les rassurer, leur dire qu'on les aime, que leurs réactions physiologiques et émotives sont des réactions normales à un événement anormal;
- Discuter avec les enfants des mesures de sécurité en cas d'incendie afin de leur donner du pouvoir sur la situation;
- Aviser l'école ou la garderie de l'incendie. Ces milieux sont des supports importants pour l'enfant

1-Inspiré de MALENFANT, Pierre-Paul, et al. (2008). L'intervention sociosanitaire en contexte de sécurité civile – Volet psychosocial, Module 4, Ministère de la Santé et des Services sociaux.

2- MALTAIS, D. et RHEAULT, M.-A. (2005). Intervention sociale en cas de catastrophe, Presses de l'Université du Québec.



Liste téléphonique utile en cas de sinistre

POUR TOUTE URGENCE - COMPOSEZ LE 911

État du réseau routier - composez le 511

Services communautaires, publics et parapublics à proximité - composez le 211

Info-Santé - 811

Pour toute question ou inquiétude liée à votre état de santé, pour avoir une opinion professionnelle et pour savoir où aller ou qui consulter, appelez Info-Santé. Une infirmière répond 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Société canadienne de la Croix-Rouge – 1 800 363-7305

Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale/centres locaux d'emploi - 1 877 767-8773

En cas d'incendie, le ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, par l'entremise de ses centres locaux d'emploi, apporte une aide financière de dernier recours aux gens les plus démunis.

Centre local d'emploi (CLE) de la MRC des Pays-d'en-Haut

CLE Sainte-Adèle

400, boulevard de Sainte-Adèle, Sainte-Adèle (Québec) J8B 2N2 Téléphone : 450 229-6560 ou 1 800 363-7011 | www.emploiquebec.ca Seuls les prestataires de la Sécurité du revenu sont admissibles à de l'assistance de dernier recours.

Compagnies de services

Bell: 1 866 310-2355 (BELL)

Hydro-Québec (Info panne) : 1 888 385-7252

Vidéotron : 1 888 433-6876 (service à la clientèle résidentielle)

Cogeco: 1 855 887-7774 / 1 877 730-7344

Compagnies de cartes de crédit

Visa Desjardins: 514 397-4415 / 1 800 363-3380

Visa TD: 1 800 983-8472 (carte perdue)

Visa CIBC : 1 800 465-4653Visa RBC : 1 800 769-2512

Mastercard Banque de Montréal : 1 800 361-3361 ou 1 800 263-2263

Mastercard Banque Nationale : 1 888 622-2783

American Express Canada: 1 800 869-3016 (carte perdue)

Services municipaux

Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard

Numéros de téléphone : 819 327-2044 ou 1 855 327-2044

Service des travaux publics : poste 234

Service de l'urbanisme : poste 227

Service de sécurité incendie : 819 327-5335

Services publics (identité, revenu, immigration)

Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

Téléphone : 1 800 361-7620 Site Web : www.saaq.gouv.qc.ca/

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)

Téléphone : 1 800 561-9749 Site Web : www.ramq.gouv.qc.ca/

Ressources humaines et Développement social Canada (assurance-emploi)

Téléphone: 1800529-3742

Trouvez le centre le plus près de chez vous : Site Web : www.servicecanada.gc.ca/

Commission de l'immigration et du statut de réfugié du Canada Montréal

(SI, SPR, SAI, CDR)

Téléphone : 1 866 626-8719 Site Web : www.irb-cisr.gc.ca/

Immigration et communautés culturelles Québec

Téléphone: 1800622-6232

Site Web: www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/index.asp

Revenu Québec

Téléphone : 1 800 267-6299 Site Web : www.revenuquebec.ca

 Agence du revenu du Canada Téléphone: 1 800 267-6999 Site Web: www.cra-arc.gc.ca/

Centres locaux d'emploi (assistance-emploi)

Téléphone: 1877767-8773

Site Web: http://emploiquebec.net/nous-joindre/pour-nous-joindre.asp

Passeport Canada

Téléphone: 1800567-6868

Site Web: www.cic.gc.ca/francais/passeport/

Services municipaux:

Service de sécurité incendie

819 327-5335 | prevention@stah.ca

Service des travaux publics

819 327-2244 | secretairetp@stah.ca

Service de l'urbanisme

819 327-2044 | info-urbanisme@stah.ca

Hôtel de ville

819 327-2044 | info@stah.ca

Aide-mémoire après un sinistre

Nettoyage et rénovations

Électricien Nom : Téléphone :
Peintre Nom:
Plâtrier Nom: Téléphone:
Plombier Nom:
Téléphone : Compagnie de nettoyage Nom :
Animaux – services de gestion animalière

- Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard | Site Web : www.stah.ca
- SPCA Laurentides-Labelle | Téléphone : 819 326-4059

Médical

•	Hôpital Laurentien 234, rue Saint-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts (Québec) J8C 2B8 Responsable :
	Téléphone : 1 855 766-6387
•	Hôpital régional de Saint-Jérôme 290, rue de Montigny, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5T3 Responsable :
	Téléphone : 1 866 963-2777
•	CLSC des Pays d'en-Haut 707, boulevard Sainte-Adèle, Sainte-Adèle (Québec) J8B 2N1 Téléphone : 1 800 363-2520 www.cssspdh.com
•	Info-Santé Responsable :
	Téléphone: 811

Allez au-devant de l'imprévisible

Conseils judicieux

- Faire la liste de vos biens, avec photos à l'appui. Remettre une copie de vos documents à un proche ou les conserver dans un coffret de sûreté ;
- Faire des photocopies de vos cartes de crédit et d'identité et en remettre une copie à un proche;
- Faire la liste de vos médicaments, la glisser dans votre portefeuille et en remettre une copie à un proche;
- Préparer une trousse d'urgence à apporter avec vous en cas d'évacuation.

Tenir à jour une liste téléphonique de base que vous pouvez glisser dans votre portefeuille.

•	Compagnie d'assurance Agent :
	Téléphone :
•	Institution financière Nom :
•	École Directeur :
•	Employeurs Nom:
•	Famille, amis ou voisins Nom:
•	Pharmacie Pharmacien:







À la maison, voici quelques conseils à suivre

Avertisseur de fumée

L'avertisseur de fumée est l'appareil de détection d'incendie le moins coûteux et le plus facile à installer et à entretenir. Cet outil est d'une importance capitale puisqu'il peut sauver des vies en alertant les occupants d'une résidence de la présence de fumée au début d'un incendie. L'absence d'un avertisseur de fumée fonctionnel dans un logement peut être fatale pour bon nombre de gens touchés par un incendie.



Ne soyez pas la prochaine victime : dotez votre logement d'avertisseurs de fumée en état de fonctionner et n'oubliez pas d'en changer la pile aux changements d'heure!

Avertisseur de monoxyde de carbone

Le monoxyde de carbone (CO) est un gaz inodore et incolore. Parce qu'on ne peut le voir, le sentir ni le goûter, le CO peut avoir un effet sur vous ou sur les membres de votre famille avant même que vous n'ayez détecté sa présence. Même une faible exposition au monoxyde de carbone peut causer des problèmes de santé graves. Le CO est aussi dangereux parce qu'il s'accumule rapidement dans le sang, réduisant la capacité de ce dernier à transporter l'oxygène dans l'organisme (Santé Canada, Directives d'exposition concernant la qualité de l'air des résidences, 1989.). Source : www.cmhc-schl.gc.ca





EN CAS D'URGENCE CHAQUE MINUTE COMPTE

La visibilité de votre adresse civique peut vous sembler anodine. Pourtant, le simple fait d'afficher votre numéro civique de manière claire et visible peut vous éviter bien des ennuis.

Pour un service d'urgence, chercher une adresse peut occasionner la perte de minutes précieuses. Le numéro civique est d'une importance capitale lors d'une situation d'urgence.

Assurez-vous que votre adresse soit **visible de la rue EN TOUT TEMPS**. Cela pourrait vous sauver la vie ou celle de vos proches.

Avertis, prêts, sortez! Préparer votre plan d'évacuation

Au son de l'avertisseur de fumée :

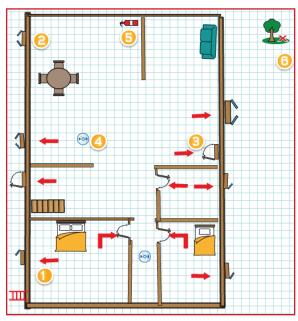
- Alertez sans délai les enfants et les autres occupants ;
- Sortez de la maison sans perdre de temps ;
- Rendez-vous au point de rassemblement et vérifiez que personne ne manque à l'appel;
- Appelez le 9-1-1 et attendez les pompiers au point de rassemblement ;
- Ne retournez jamais à l'intérieur, même pour sauver une personne, un animal ou pour récupérer vos effets personnels. Les pompiers sont équipés pour ça!

Dessinez votre plan d'évacuation

- Dessinez le plan d'évacuation de votre maison en faisant participer vos enfants et tout autre occupant.
- Si vous êtes locataire, prenez connaissance de la procédure d'évacuation prévue par votre propriétaire. S'il n'y en a pas, avisez-le de l'importance d'en prévoir une.

Indiquez les éléments suivants sur votre plan :

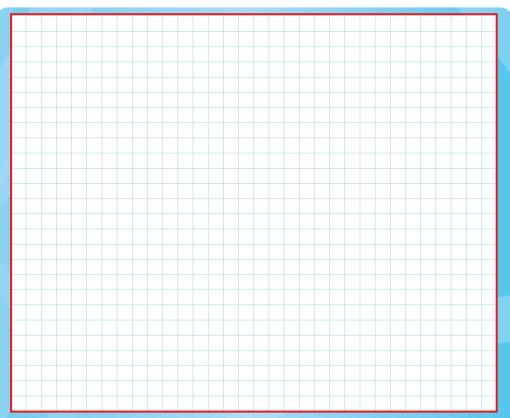
- Les sorties dans chaque pièce (2 si possible)
- Les portes et les fenêtres
- Les trajets pour sortir en sécurité (flèches)
- Les avertisseurs de fumée
- **5** Les extincteurs portatifs
- Le point de rassemblement à l'extérieur pour tous les occupants



À vous de jouer!



Pratiquez-vous avec votre famille!



Un plan quadrillé et des pictogrammes à découper sont accessibles à securitepublique.gouv.qc.ca.



LA SÉCURITÉ À LA MAISON C'EST LA RESPONSABILITÉ DE TOUS



Les feux à ciel ouvert

Règlements municipaux



Lorsque la SOPFEU émet une interdiction de brûler, cette interdiction prévaut sur toute réglementation municipale. En tout temps, vous pouvez vérifier le niveau de danger d'incendie pour votre municipalité en allant au : http://www.sopfeu.gc.ca



Pour obtenir plus de conseils sur la prévention des incendies, rendez-vous sur le site du ministère de Sécurité publique au :

http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-incendie/prevenir-incendie.html



Feu en plein air À L'INTÉRIEUR du périmètre urbain

Règles à suivre pour faire un feu en toute sécurité :

- 1. En périmètre urbain, tout feu en plein air doit être circonscrit dans un foyer et doit :
 - avoir un âtre d'un volume d'au plus 1 mètre carré et reposer sur une surface incombustible, à moins d'avoir obtenu une autorisation spéciale de l'autorité compétente;
 - à l'exception de la façade, être entièrement cloisonné par des matériaux incombustibles ou des pare-étincelles conformes pour les foyers;
 - être équipé à une distance de moins de cinq (5) mètres d'un boyau d'arrosage, d'une pompe relié à un plan d'eau ou d'une pelle mécanique servant à éteindre le feu;
 - être installé à au moins trois (3) mètres des bâtiments, à au moins trois (3) mètres de la limite séparative du terrain et à au moins trois (3) mètres des arbres, des haies ou de tout autre matériau combustible
- 2. Il est interdit d'alimenter ou de maintenir un feu avec un accélérant autre que les allume-feux spécialement conçus et vendus pour les barbecues.

- 3. Seul du bois sec ou des dérivés secs de bois, du charbon de bois, des briquettes, ou tout autre produit conçu et reconnu spécifiquement à des fins de produit de chauffage peuvent être utilisés dans un foyer extérieur.
- 4. L'autorité compétente peut, en tout temps, exiger l'extinction ou procéder elle-même à l'extinction de tout feu en plein air, lorsque les conditions énumérées ci-haut ne sont pas respectées ou lorsque, de l'avis de l'autorité compétente, le feu présente un risque pour la sécurité des personnes et des biens.

Feu en plein air À L'EXTÉRIEUR du périmètre urbain

Règles à suivre pour faire un feu en toute sécurité :

- 1. Tout feu en plein air à l'extérieur du périmètre urbain doit :
 - Être circonscrit à l'intérieur d'une superficie d'au plus 1,5 mètres par 1,5 mètres et d'une hauteur d'au plus 1 mètre, à moins d'avoir obtenu une autorisation spéciale de l'autorité compétente;
 - être équipé à une distance de moins de cinq (5) mètres d'un boyau d'arrosage, d'une pompe reliée à un plan d'eau ou d'une pelle mécanique servant à éteindre le feu;
 - être situé à au moins cinq (5) mètres des bâtiments, à au moins cinq (5) mètres de la limite séparative du terrain et à au moins cinq (5) mètres des arbres, des haies ou de tout autre matériau combustible.
- 2. Il est interdit d'alimenter ou de maintenir un feu avec un accélérant autre que les allume-feux spécialement conçus et vendus pour les barbecues.
- 3. Il est interdit de quitter les lieux du feu, à moins de s'assurer d'avoir éteint le feu.
- 4. Il est interdit d'allumer un feu lorsque l'indice de feu de la SOPFEU est d'élevé à extrême.
- 5. Seuls le bois sec ou des dérivés de bois secs peuvent être utilisés pour faire un feu à ciel ouvert. Les matériaux de construction ou de démolition sont interdits, à moins d'avoir obtenu une autorisation spéciale de l'autorité compétente. Les matières toxiques, tels les pneus, les huiles et les peintures, sont interdites, en tout temps.
- **6.** L'autorité compétente peut, en tout temps, exiger l'extinction ou procéder elle-même à l'extinction de tout feu en plein air, lorsque les conditions énumérées ci-haut ne sont pas respectées ou lorsque, de l'avis de l'autorité compétente, le feu présente un risque pour la sécurité des personnes et des biens.

Règlement # 793

Service de la sécurité publique

Tél.: 819 327-5335 Téléc.: 819 327-1242 pompier@stah.ca

Caserne 1 : 1680, chemin du Village Caserne 2 : 1880, chemin Gémon

Service de l'urbanisme et de l'environnement

Tél.: 819 327-2044 poste 227 Sans frais : 855 327-2044 poste 227

Téléc.: 819 327-2282 urbanisme@stah.ca 1881, chemin du Village

Saint-Adolphe-d'Howard (Québec) JOT 2B0

www.stadolphedhoward.qc.ca

Barbecue au propane



Transport de la bonbonne en voiture

- Gardez la bonbonne bien immobilisée en position debout ;
- S'assurer que le robinet est bien fermé;
- Gardez une fenêtre ouverte ou le coffre entrouvert :
- Assurez-vous que les bonbonnes de 20 kg (45 lb) et moins sont munies d'un bouchon d'étanchéité.

Utilisation du barbecue

- Bien lire les instructions du fabricant :
- Avant chaque saison, procédez à une bonne inspection visuelle de toutes les composantes du barbecue et remplacez-les au besoin. Il est aussi important de procéder à une détection de fuites;
- Ne jamais utiliser un barbecue à l'intérieur ;
- Installez le barbecue à au moins 1m (3') des murs extérieurs du bâtiment ;
- Gardez un dégagement minimal de 60 cm (21") entre le barbecue et une ouverture du bâtiment (porte, fenêtre, ventilateur...);
- Surveillez en permanence un barbecue en fonction. Afin d'éviter les brûlures, ne laissez personne s'amuser autour et ne le déplacez pas lorsqu'il est allumé;

 Assurez-vous de ne pas obstruer les moyens d'évacuation en positionnant le BBQ (escalier).



ATTENTION

N'entreposez jamais une bouteille de propane à l'intérieur d'un bâtiment. Qu'elle soit pleine ou vide, elle devient une bombe à retardement en cas d'incendie.

L'électricité et l'incendie

Les plinthes électriques

- Dégagez les rideaux, les tentures et les meubles des plinthes électriques. Suivez les recommandations des fabricants des appareils;
- Inspectez périodiquement l'intérieur des plinthes et retirez-en tout objet (papier, petits jouets, etc.) qui aurait pu s'y glisser.

Éclairez-vous en toute sécurité

- Gardez tout objet inflammable loin des lampes à halogène. Celles-ci sont très puissantes et pourraient devenir particulièrement brûlantes;
- Ne déposez rien sur l'abat-jour d'un luminaire. La chaleur dégagée par l'ampoule de la lampe (jusqu'à 200°C) peut enflammer les tissus, papiers, etc.;
- Ne dépassez pas la puissance nominale des ampoules (exprimée en watts) indiquée sur le luminaire;
- À l'extérieur, faites installer un luminaire à l'épreuve des intempéries;
- Aussitôt la période des Fêtes terminée, rangez les lumières de Noël. À la belle saison, la chaleur et les rayons ultraviolets peuvent attaquer l'isolant des conducteurs, ce qui pourrait à la longue provoquer un incendie.



Retenez les services d'un maître électricien certifié pour tout branchement ou travaux électriques. (Exemple: remplacement d'un thermostat)



ATTENTION

Utilisez toujours des appareils électriques portant le sceau d'un organisme de certification accrédité par le Conseil canadien des normes.

Pour obtenir la liste à jour de ces organismes, consultez le site de la Régie du bâtiment à **rbq.gouv.qc.ca**







SÉCURITÉ CIVILE



Paliers d'alerte et pictogrammes

PHASE 0 - Normal



Aucune mobilisation

PHASE 1 - Veille



Un évènement qui évolue et qui est contrôlé par les acteurs à l'interne.

Aucune activation du plan municipal de sécurité civile n'est nécessaire.

Le coordonnateur municipal est informé.

Surveillance active.

PHASE 2 - Pré-alerte



Par rapport à la situation précédente, si la situation se détériore de manière significative, il peut être nécessaire de mettre en œuvre un plan d'urgence et d'ouvrir un centre de coordination.

MOBILISATION PARTIELLE DES MEMBRES DE L'OMSC ET SUIVI DU DÉVELOPPEMENT DES AUTRES MISSIONS.

PHASE 3 - Alerte



Situation catastrophique nécessitant l'activation du plan municipal de sécurité civile et l'ouverture du centre de coordination. Des conditions sévères, imprévisibles et immédiates ont gravement affecté la municipalité.

MOBILISATION GÉNÉRALE DES MEMBRES DE L'OMSC LE CENTRE DES OPÉRATIONS GOUVERNEMENTALES EST AVISÉ

PHASE 4 - Rétablissement



Situation sous contrôle, préparation au retour à la vie normale.

Chaque aléa est représenté par un **pictogramme** qui sera associé aux différents pictogrammes des seuils d'alerte. Référez-vous au plan municipal de sécurité civile pour être prêt en cas d'évènement. Vous êtes les premiers responsables de votre sécurité! Aidez-nous à vous aider.



Contamination ou pénurie d'eau potable



Fuite de matière dangereuse



Feu de forêt



Glissement de terrain



Inondation



Rupture de barrage



Tempête hivernale et verglas



Orage violent



Séisme



Vent violent et tornade



Avis d'évacuation



Avis de confinement



Chaleur accablante ou extrême



Panne de courant

Conseils et prévention

Orages violents



Si vous êtes à l'intérieur

- Éloignez-vous des portes et des fenêtres. Réfugiez-vous plutôt dans une pièce située au centre du bâtiment, car la foudre peut traverser les murs extérieurs, les fenêtres et les portes;
- Tenez-vous loin des objets qui conduisent l'électricité, comme les appareils électroménagers, les éviers, les baignoires, les radiateurs et les tuyaux en métal;
- Attendez une trentaine de minutes après le dernier grondement de tonnerre avant de sortir.

Si vous êtes à bord d'un véhicule

- Évitez de rouler pendant un orage ;
- Tenez-vous loin des lignes électriques. Si une ligne électrique tombe sur votre véhicule, demeurez à l'intérieur et attendez du secours
 - *Une voiture avec un toit rigide (non décapotable) peut jouer le rôle d'abri et vous protéger de la foudre.

Si vous êtes à l'extérieur

- Éloignez-vous des arbres, des poteaux téléphoniques, des fils électriques, des objets conducteurs d'électricité (motocyclette, tondeuse à gazon, bâton de golf, parapluie), de l'eau et de tout endroit élevé dans un secteur découvert :
- Réfugiez-vous dans l'endroit le plus bas que vous pouvez trouver, par exemple un fossé
 En forêt, cherchez à vous protéger sous un couvert dense composé d'arbres de petite taille ou d'arbustes;
- Si vous êtes dans une embarcation, regagnez la rive immédiatement.



Pour connaître la distance qui vous sépare de l'orage, comptez le nombre de secondes qui s'écoulent entre un éclair et un coup de tonnerre. Une seconde équivaut à environ 300 mètres. Par exemple, si 5 secondes séparent l'éclair du tonnerre, l'orage est situé à environ 1 500 mètres (1,5 kilomètre) du lieu où vous êtes. Lorsque l'orage est situé à moins de 10 kilomètres, vous devriez vous abriter.

Chaleur accablante ou extrême



- Hvdratez-vous suffisamment :
- Évitez de consommer des boissons alcoolisées, car l'alcool peut aggraver la déshydratation;
- Rafraîchissez-vous souvent :
- Protégez-vous de la chaleur ;
- Fermez les rideaux ou les stores lorsque le soleil brille. Ventiler si possible votre résidence lorsque la nuit est fraîche.

Surveillez les symptômes liés aux effets de la chaleur accablante ou extrême sur la santé. Portez une attention particulière aux bébés et aux enfants car, en période de grande chaleur, leur état de santé peut se détériorer rapidement. Assurez-vous de ne jamais les laisser seuls dans une voiture ou une pièce mal aérée, même quelques minutes.

Offrez de l'aide à vos proches qui sont en perte d'autonomie ou qui sont vulnérables à la chaleur, surtout s'ils habitent seuls.

Si votre état ou celui d'un proche s'aggravent ou si vous ou un proche êtes vulnérables à la chaleur, communiquez avec Info-Santé 811 pour obtenir un avis médical. Appelez le 911 ou allez au centre hospitalier le plus proche, s'il y a urgence médicale.

Soyez attentif à vos animaux de compagnie, car ils peuvent aussi souffrir de la chaleur. Ne les laissez pas au soleil et donnez-leur de l'eau pour qu'ils puissent s'hydrater. Assurez-vous de ne jamais les laisser seuls dans une voiture, même pour quelques minutes.

TROUSSE D'URGENCE



La trousse d'urgence doit être dans un endroit connu de tous les membres de la famille

Documents et autres

- Copie des papiers d'assurance
- Carte d'assurance maladie
- Carnet de santé
- Liste de médicaments
- Liste des comptes bancaires et des cartes de crédit
- Copie du certificat de naissance
- Passeport, carte d'assurance sociale
- Argent comptant avec de la monnaie (pour téléphoner); environ 200 \$
- Autres documents (testaments, actes notariés, actions, ...)

Des objets qui pourraient être d'un grand secours

- Outils de base (pince, couteau de poche,...)
- Petite pelle
- Ruban adhésif
- Trousse de premiers soins
- Corde
- Sifflet
- Lampe de poche et piles de rechange
- Chandelles, chandeliers et allumettes
- Clés additionnelles de la maison et de la voiture
- Radio à manivelle ou à piles (avec piles)
- Sacs à ordures et attaches

Bébé

- Nourriture, lait maternisé
- Couches
- Lingettes
- Suces

Profitez-en en même vérification de votre



Vêtements et literie

- Vêtements de rechange
- Pyjama
- Souliers
- Couverture ou sac de couchage

Sources:

C'est important de la vérifier à tous les 6 mois



temps pour faire la avertisseur de fumée!



Animaux

- Nourriture
- Laisse et cage
- Sacs pour ses besoins

Des aliments

- Des denrées non-périssables comme de la nourriture en boîte
- Ouvre-boîte manuel
- Jus en boîte
- Barres tendres sans arachides
- Compote de pomme
- Fruits séchés
- Biscuits santé
- Sachets de sucre, de sel et de poivre.
- Bouteilles d'eau (2 litres par jour par personne)
- Des ustensiles et des assiettes

Des jeux et jouets

- Toutou
- Jeux sans piles (cartes, dés, ...)
- Livres d'histoire et à colorier
- Doudou
- Feuilles et crayons
- Photos

Produits hygiéniques personnels

- Serviettes, débarbouillettes
- Déodorant
- Savon, shampooing
- Brosse à dents, dentifrice
- Brosse à cheveux et élastiques
- Papier de toilette, mouchoirs
- Rasoir
- Essuie-tout
- Protège-dessous
- Prothèse

URGENCE - COMPOSEZ LE 911

ÉTAT DES ROUTES - COMPOSEZ LE 511 SERVICES COMMUNAUTAIRES, PUBLICS ET PARAPUBLICS À PROXIMITÉ - COMPOSEZ LE 211







Composez le

819 327-5335

pour obtenir de plus amples renseignements au sujet de la prévention des incendies

ou visitez le

www.stadolphedhoward.qc.ca

sous l'onglet «sécurité publique»

