

CONSEILS de sécurité- incendie pour les aînés

Chez les aînés les deux principales causes de décès et de blessures dans des incendies sont les articles de fumeur et la mauvaise utilisation des radiateurs indépendants portatifs.

D'après les statistiques, les gens de plus de 80 ans sont trois fois plus susceptibles de subir des blessures dans un incendie.

Les rapports d'incendie démontrent que des décès surviennent même si, dans 80 p. 100 des cas, les résidences étaient équipées de détecteurs de fumée en bon état.



Bureau du commissaire
aux incendies
et
Service
d'incendie local

Pourquoi les aînés sont-ils à risque?

Bon nombre d'aînés vivent seuls. Lorsqu'ils ont besoin d'aide, il n'y a peut-être personne à proximité.

Certaines personnes âgées ont des problèmes physiques ou prennent des médicaments qui affectent leur aptitude à prendre des décisions rapidement ou qui limitent leurs déplacements. Bon nombre de personnes âgées ne savent pas comment réagir en cas d'incendie.

Conseils à retenir!

- Si vous devez fumer, désignez une zone, par exemple votre table de cuisine ou une salle de fumeurs.
- Ne fumez jamais au lit, pendant que vous lisez. Vous pouvez facilement tomber endormi. Les journaux et le matériel imprimé sont très inflammables.
- Aérez bien les radiateurs indépendants et placez-les à au moins trois pieds du matériel inflammable. Si vous avez froid, il vaut mieux mettre un chandail ou vous envelopper dans une couverture.
- Les rallonges électriques sont pour utilisation temporaire uniquement.
- Ne passez jamais un cordon électrique sous un tapis ou une carpe. Il est préférable de ne pas utiliser une rallonge avec un radiateur indépendant ou une couverture électrique.
- N'utilisez jamais de linges à vaisselle comme poignées. Ceux-ci s'enflamment facilement si vous touchez un brûleur chaud.
- Lorsque vous faites la cuisine, n'oubliez pas de

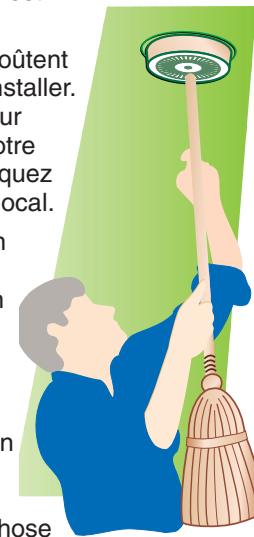


porter des vêtements sans manche ou ajustés. Les brûlures surviennent lorsque les vêtements touchent les brûleurs chauds ou s'accrochent aux poignées de casserole. Vous risquez de vous ébouillanter.

- Dormez avec votre porte de chambre fermée. En cas d'incendie, vous aurez ainsi le temps de fuir.

Les détecteurs de fumée peuvent vous sauver la vie!

- Un détecteur de fumée en bon état peut faire la différence entre la vie ou la mort dans un incendie, mais uniquement s'il est bien installé et bien entretenu.
- Les détecteurs de fumée ne coûtent pas cher et ils sont faciles à installer. Si vous avez besoin d'aide pour savoir où placer ou installer votre détecteur de fumée, communiquez avec votre service d'incendie local.
- Un détecteur de fumée en bon état devrait être installé à chaque étage de votre maison et à l'extérieur des chambres. Il est très important de vérifier votre détecteur de fumée pendant que vous dormez. Demandez à un parent ou à un ami de faire cet essai pour vous. Le détecteur de fumée ne vous servira pas à grand chose si vous ne l'entendez pas!



L'entretien de votre détecteur de fumée est tout aussi important.

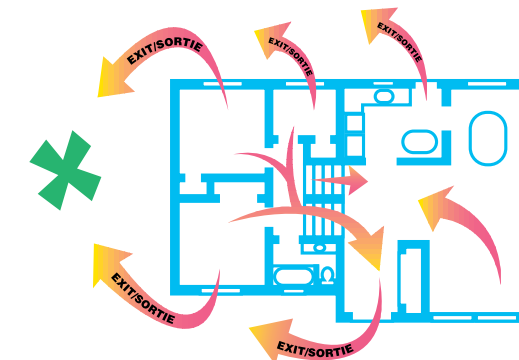
Communiquez avec votre service d'incendie local ou demandez à un ami ou à un parent d'effectuer les tâches suivantes :

- Une fois par mois, vérifiez la pile, en appuyant sur le bouton d'essai ou en dirigeant la fumée d'une chandelle éteinte vers l'alarme.

- Une fois par année, changez la pile. Vous pouvez toujours utiliser l'ancienne pile dans un objet non essentiel comme votre télécommande.
- Pour nettoyer votre détecteur de fumée, ouvrez le couvercle et aspirez légèrement l'unité avec la brosse de votre aspirateur.
- Remplacez votre détecteur de fumée s'il a plus de dix ans.
- Ne débranchez jamais votre détecteur de fumée pour quelle que raison que ce soit.

Dressez un plan d'évacuation et mettez-le à l'essai.

- Si un incendie se déclare dans votre maison, un plan d'évacuation préétabli et mis à l'essai réduira la panique et la confusion. Surtout, il pourrait vous sauver la vie.
- Déterminez deux façons de sortir de chaque pièce. En cas d'incendie, une sortie pourrait être bloquée par la fumée ou les flammes. Assurez-vous d'inclure tous les couloirs et les escaliers dans votre plan d'évacuation.
- Si vous êtes coincé, éloignez-vous du foyer d'incendie en gardant autant de portes fermées que possible entre vous et l'incendie.
- Assurez-vous de sceller toutes les fissures des portes et des fenêtres avec des serviettes ou des draps et téléphonez au service d'incendie ou attirez l'attention à partir d'une fenêtre.



- Assurez-vous de pouvoir débarrer toutes les portes et ouvrir toutes les fenêtres. Sachez comment fuir en toute sécurité de tous les étages de votre maison.

En cas d'incendie : sachez quand sortir : réagissez rapidement à l'incendie.

- **Sortez et éloignez-vous.** Si vous êtes à l'extérieur, ne rentrez jamais dans un bâtiment en flammes pour quoi que ce soit. Laissez le service d'incendie effectuer le travail de sauvetage.

Baissez-vous et rampez.

La fumée et la chaleur s'accumulent du plafond vers le bas. Rampez sur le plancher pour vous rendre à la sortie la plus près, en maintenant un contact avec le mur.



Vérifiez la porte.

Vous pouvez vérifier la porte avec le dos de la main. Si la porte ou la poignée est chaude, n'ouvrez pas la porte. Empruntez votre deuxième sortie. Si la porte et la poignée sont froides, demeurez par terre et, l'épaule contre la porte, ouvrez-la lentement. Soyez prêt à la refermer si la fumée et la chaleur pénètrent.

- **Arrêtez, abaissez-vous et roulez.** Si vos vêtements prennent feu, arrêtez. Laissez-vous tomber lentement au sol. Couvrez votre visage de vos mains et roulez pour éteindre les flammes.

- **Premiers soins en cas de brûlure.** Faites couler l'eau froide sur la brûlure, pendant 5 à 10 minutes. Vous éviterez d'endommager davantage la peau. Consultez votre médecin le plus tôt possible.