

Fire Safety TIPS for Older Adults

The two leading causes of fire deaths and injuries in older adults are smoking material and the misuse of portable space heaters.

Statistics show that people over the age of 80 are three times more likely to be injured in a fire.

Fire reports show that fatalities occur even though in 80% of these cases the residence had a working smoke alarm.



www.firecomm.gov.mb.ca

If you smoke, smoke outside.

- Provide smokers with large, deep, sturdy ashtrays. Wet cigarette butts before throwing them out or bury them in sand. Never smoke in bed or if oxygen is used in the home.

Give space heaters space.

- Keep them at least 3 feet (1 meter) away from anything that can burn—including you. Shut off heaters when you leave or go to bed.



Stay in the kitchen when frying food.

- Never leave cooking unattended. Wear form-fitting or short sleeves when cooking. If a pan of food catches fire, slide a lid over it and turn off the burner. Don't cook if you are drowsy from alcohol or medication.



Stop, drop, and roll.

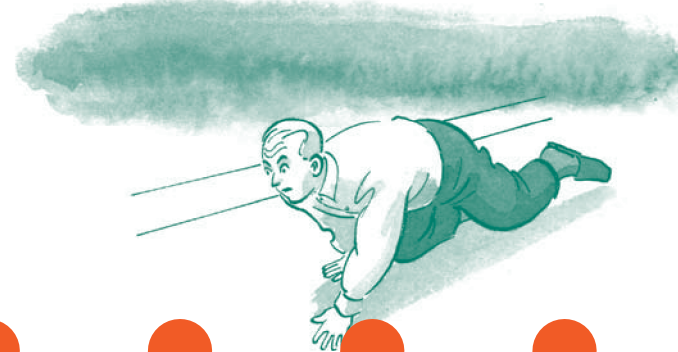
- If your clothes catch on fire stop (don't run), drop gently to the ground, and cover your face with your hands. Roll over and over to put out the fire. If burned, use cool water for 3–5 minutes to cool the burn. Get medical help.

Smoke alarms save lives.

- Have smoke alarms installed on every level of your home, inside each bedroom, and outside each sleeping area. For the best protection, use interconnected alarms. Make sure everyone in your home can hear the smoke alarms. Test the alarms monthly.

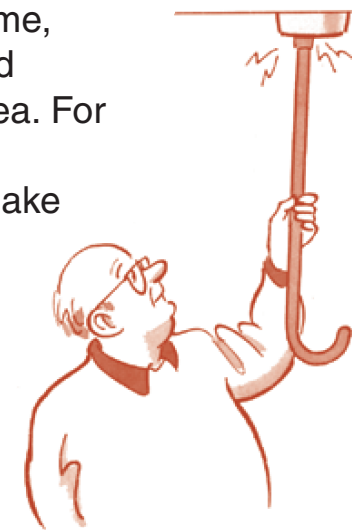
Plan and practice your escape from fire and smoke.

- Know two ways out of every room. Make sure you can open all windows and doors in the plan. In a fire, get outside quickly. If there is smoke, stay low and go. Once outside, call the fire department. Wait for help outside.



Know your local emergency number.

- Ask if it is 9-1-1 or a different number. Have a telephone near your bed in case you are trapped by smoke and fire.



Plan your escape around your abilities.

- Determine if anyone in the home will need assistance to get out safely. Practice the plan twice a year both during the day and night. Have necessary items near your bed, such as glasses, your walker, or your cane.



CONSEILS de sécurité- incendie pour les aînés

Les deux principales causes de blessures et de morts par le feu chez les aînés sont les produits du tabac et les mauvaises utilisations d'appareils de chauffage portatifs.

Les statistiques indiquent que les personnes âgées de plus de 80 ans sont trois fois plus susceptibles d'être blessées dans un incendie.

Les rapports d'incendie indiquent que des personnes perdent leur vie même si dans 80 % de ces cas les résidences sont équipées d'un détecteur de fumée en état de marche.



Bureau du commissaire
aux incendies
et
Service
d'incendie local

www.firecomm.gov.mb.ca

Si vous fumez, fumez dehors.

- Fournissez aux fumeurs des gros cendriers profonds et robustes. Mouillez les mégots avant de les jeter, ou enterrez-les dans du sable. Ne fumez jamais au lit ou si de l'oxygène est utilisé dans la résidence.

Faites de la place autour des radiateurs électriques portatifs.

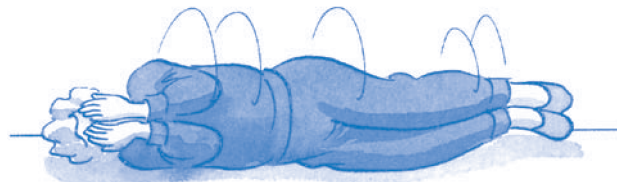
- Gardez les à au moins 3 pieds (1 mètre) de tout ce qui peut brûler – y compris vous. Éteignez-les quand vous partez ou quand vous allez au lit.



Restez dans la cuisine lorsque vous faites frire de la nourriture.

- Ne laissez jamais de la nourriture en train de cuire sans

surveillance. Portez des vêtements aux manches moulantes ou courtes lorsque vous cuisinez. Si une poêle prend feu, glissez un couvercle dessus et éteignez le brûleur. Ne cuisinez pas si vous êtes étourdi après avoir pris de l'alcool ou des médicaments.



Arrêtez-vous, jetez-vous par terre et roulez.

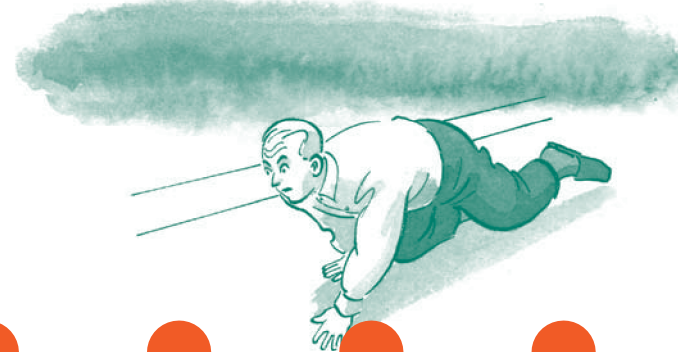
- Si vos vêtements prennent feu, arrêtez-vous (ne courez pas), mettez-vous doucement par terre, et couvrez-vous le visage avec vos mains. Roulez et roulez encore pour éteindre le feu. Si vous vous brûlez, passez la brûlure sous l'eau froide pendant 3 à 5 minutes pour l'apaiser. Consultez un médecin.

Les détecteurs de fumée sauvent des vies.

- Installez des détecteurs de fumée à tous les étages de votre résidence, dans chaque chambre à coucher et à l'extérieur de celles-ci. Pour une protection optimale, utilisez des détecteurs interconnectés. Assurez-vous que tout le monde chez vous peut entendre les détecteurs de fumée. Testez-les tous les mois.

Planifiez et répétez votre plan d'évacuation en cas de feu ou de fumée.

- Soyez au courant de deux moyens de sortir de chaque pièce. Assurez-vous que vous pouvez ouvrir toutes les fenêtres et portes dans le plan. En cas



d'incendie, allez rapidement dehors. En cas de fumée, déplacez-vous près du sol et sortez. Une fois dehors, appelez les pompiers. Attendez dehors que l'aide arrive.

Connaissez votre numéro d'urgence local.

- Demandez si c'est le 9-1-1 ou un numéro différent. Lorsque vous êtes au lit, ayez un téléphone près de vous au cas où vous seriez piégé par un feu ou de la fumée.

Planifiez votre plan d'évacuation en fonction de vos capacités.

- Déterminez si quelqu'un dans votre résidence aura besoin d'aide pour sortir en toute sécurité. Répétez le plan deux fois par an pendant la journée et pendant la nuit. Ayez ce dont vous avez besoin près de votre lit, comme vos lunettes, votre déambulateur ou votre canne.

