

GUIDE SECOURS ET PRÉVENTION



Alimentation du Sablon

ÉPICERIE • FRUITS ET LÉGUMES • METS CUISINÉS • BIÈRES

231, rue Principale, St-Alban • 418 268-3228

marché
ami

AFILIÉ À METRO ROYAL INC.



Équipe ANNE BOUCHARD
COURTAGE RÉSIDENTIEL ADAPTÉ POUR ANIÉS

Au-delà d'une transaction, une transition sans souci !

Royal LePage Blanc & Noir
1291, Av. Jules-Verne #102
L'Ancienne Lorette
QC G2E 6L6



abouchard@royallepage.ca
581 777-3352

annebouchard.ca



Service de REMORQUAGE
Clément Faucher inc.

418 268-8364

95, ch. du Roy, Grondines



Assistance
nationale
24 heures



Remorquage 24 hrs / 7 jours
Transport local et longue distance

NETTOYEUR
Marc Gariépy
Depuis 1989

Spécialiste en Nettoyage • Vente • Location
VÊTEMENTS INDUSTRIELS

111, rue du Parc Industriel
Saint-Marc-des-Carrières
QC G0A 4B0

Bur.: 418 268-3371
Télé.: 418 268-3374
admin@nettoyourgariépy.com



Station
Service
E.G.R.

MARCHÉ
Express

Vente de cartouches d'encre
Service de fax et photocopies
Distributrice minute pizza
Dépanneur licencié
Loto-Québec



Ultramar St-Marc

Eric Tessier,
propriétaire

655, boul. Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carrières
418 268-3361



Service d'arbres Québec

418 283-2249

Abattage • Élagage
Taille de haies • Déboisement
Essouchage

Philippe Naud

services.darbres.quebec@gmail.com

Basé à Saint-Marc-des-Carrières

Mot des directeurs4
Application mobile Echo5

Sécurité civile

Trousse d'urgence 6-8
8 comportements sécuritaires à bien connaître...9
En cas de tempêtes violentes 10-11
Inondations, que faire ? 12-13
Dessinez votre plan d'évacuation 14-15
Chaleur extrême..... 16-18
Soyez branché sur votre sécurité..... 19-23
Intervention hors route. MRC de Portneuf.. 24-25

Sécurité incendie

Feux extérieurs - faites bon voisinage !26
Cendres chaudes.....27
Votre numéro civique est-il visible?.....28
Le monoxyde de carbone TUE! Protégez-vous..29
L'avertisseur de monoxyde de carbone..... 30-35
Avertisseurs de fumée 36-37
L'extincteur portatif..... 38-41
Les barbecues au propane 42-43
En cas d'incendie 44-45

Numéros d'urgence et de suivi.....44



Rédaction : XXXXX

Régie publicitaire : Éditions Média Plus Communication
Courriel : info@editionsmpc.ca • www.editionsmpc.ca

Impression : Imprimerie spéciale de la compagnie
Éditions Média Plus Communication

Dépôt légal :
Bibliothèque et
Archives nationales
du Québec 2023



LE MOT DES DIRECTEURS

C'est avec un immense plaisir que les services de Sécurité incendie de Deschambault-Grondines, St-Alban, St-Casimir, St-Marc-Des-Carières/St-Gilbert et St-Thuribe vous présentent le tout premier **Guide Secours et Prévention**.

Ce guide vous permettra d'avoir sous la main des informations importantes qui sont liées à la prévention des incendies, comme vous préparer en cas de catastrophe naturelle et les actions à poser lors d'un sinistre.

Nous vous invitons à conserver précieusement votre **Guide Secours et Prévention** et à le garder à portée de main. Ce document très précieux pourrait peut-être un jour vous sauver la vie ou celle d'un proche.

En terminant, nous tenons à remercier la participation des annonceurs sans qui ce guide n'aurait pu être édité et remis gratuitement à tous les citoyens.

Vos directeurs incendies.

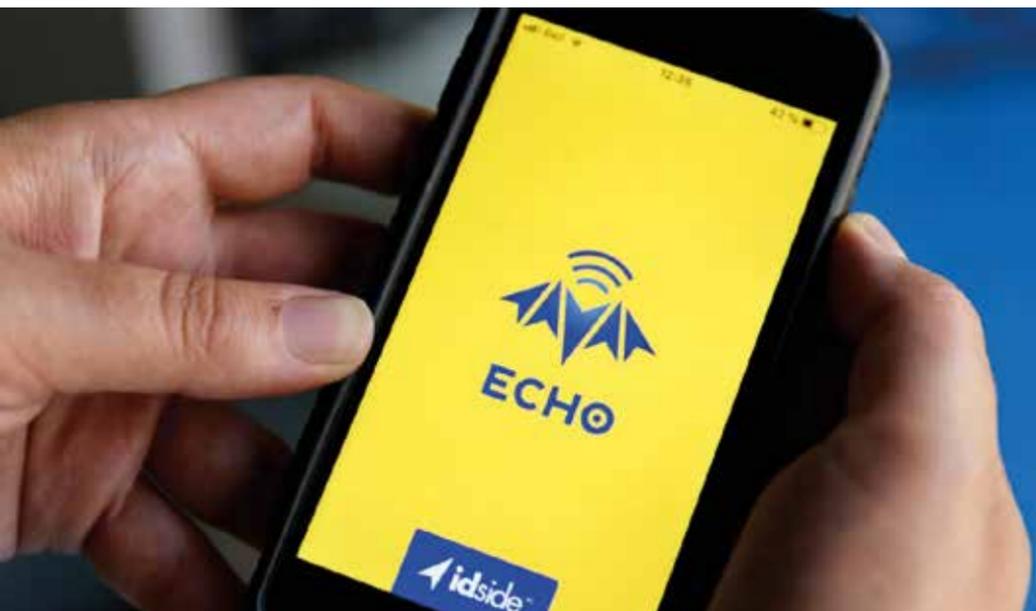


ABONNEZ-VOUS A L'APPLICATION MOBILE ECHO POUR ÊTRE AVISÉ !

L'application « IDSide - Echo » permet maintenant aux municipalités de rejoindre ses citoyens sur leur téléphone intelligent en cas de situations d'urgence, de sinistres ou pour transmettre une information importante concernant les services municipaux.

Comment s'inscrire?

- Téléchargez gratuitement l'application « IdSide - Echo » en vous rendant dans l'App Store ou Google Play.
- Ouvrez l'application et autorisez l'envoi de notifications pour vous permettre de recevoir les alertes.
- Sélectionnez votre municipalité dans la liste :
 - Pour St-Alban et St-Gilbert, sélectionnez St-Marc-Des-Carières
 - Pour St-Thuribe, sélectionnez St-Casimir.



Comment vous préparer?

1

Renseignez-vous sur les risques présents dans votre localité. L'endroit où vous habitez peut être exposé à des inondations, à des tremblements de terre, à des glissements de terrain ou à des accidents industriels.

Renseignez-vous à ce sujet auprès de votre municipalité ou faites vos recherches sur Internet.

2

Prévoyez les articles nécessaires pour vos besoins essentiels. En cas de situation d'urgence, vous et votre famille devrez peut-être subvenir à vos besoins de première nécessité dans l'attente des secours ou du rétablissement des services essentiels. Il est donc important de préparer une trousse d'urgence, c'est-à-dire d'avoir en tout temps chez vous les articles essentiels. Vous devrez peut-être vous débrouiller sans source d'énergie ni eau courante.

Préparez-vous à être autosuffisant pendant au moins 72 heures.

CONSEILS

Gardez un téléphone à fil à la maison, car la plupart des téléphones sans fil ne fonctionneront pas pendant une panne de courant.

Trousse d'urgence



À la maison

Ayez en tout temps à la maison les articles suivants :

- Eau potable – deux litres par personne par jour, pour au moins trois jours.
- Nourriture non périssable – provision pour au moins trois jours.
- Ouvre-boîte manuel.
- Radio à piles – piles de recharge.
- Lampe de poche – piles de recharge.
- Chandelles.
- Briquet ou allumettes.
- Trousse de premiers soins – bandages adhésifs, compresses de gaze stériles, ciseaux, pince à épiler, épingles, antiseptiques, analgésiques.



Pour encore plus de précaution :

- Sifflet – pour signaler votre présence aux secouristes.
- Masques antipoussières – pour filtrer l'air contaminé.



Articles à emporter si vous devez évacuer votre domicile en cas d'urgence

- Médicaments.
- Articles pour l'hygiène – brosses à dents, serviettes, savon, papier hygiénique, sacs à ordures.
- Vêtements de recharge.
- Couvertures.
- Argent comptant et monnaie.
- Clés de voiture et de maison.
- Papiers personnels importants – photocopies de vos pièces d'identité.
- Articles pour bébés – lait maternisé, couches jetables, biberons.
- Articles pour animaux domestiques – nourriture, médicaments, laisse.

CONSEILS

- ▶ Mettez à l'avance ces articles dans un sac à dos ou un bac.
- ▶ Si vous êtes une personne à mobilité réduite, n'oubliez pas votre canne, marchette ou fauteuil roulant.

Trousse d'urgence pour votre automobile

Pour affronter l'hiver ou en cas de panne ou d'accident, vous trouverez utile d'avoir les articles suivants dans votre automobile :

- Pelle, grattoir et balai à neige.
- Sable ou sel.
- Bandes de traction.
- Lampe de poche – piles de recharge.
- Trousse et manuel de premiers soins.
- Ciseaux pour couper les ceintures de sécurité.
- Fusées éclairantes ou lanterne d'avertissement.
- Bouteilles d'eau et aliments non périssables.
- Câbles de survoltage.
- Allumettes et bougies dans une boîte de métal ou un sac de plastique – utiles pour se réchauffer, réchauffer une boisson ou s'éclairer.
- Couvertures.
- Vêtements chauds et bottes de rechange.
- Cartes routières.
- Constat amiable – commandez votre exemplaire auprès du Groupement des assureurs automobiles au 1 877 288-4321 (sans frais) ou au www.infoassurance.ca, section Documents.



Trousses préemballées

Vous pouvez vous procurer des trousse préassemblées à la Croix-Rouge et dans certains magasins à grande surface.

CONSEILS

Si vous soupçonnez que votre eau est contaminée, informez-vous auprès de votre municipalité ou des autorités locales pour obtenir des détails. En cas de doute, ne buvez pas l'eau.

Gardez-vous de l'argent comptant puisque les guichets automatiques et les réseaux bancaires pourraient ne pas fonctionner pendant une urgence ou une panne de courant. Vous pourriez avoir du mal à utiliser vos cartes de débit ou de crédit.

HUIT COMPORTEMENTS SÉCURITAIRES À BIEN CONNAÎTRE

Tiens-toi loin des objets chauds qui peuvent te faire mal!



Avertis un adulte si tu trouves un briquet ou des allumettes!



Arrête, tombe et roule si tes vêtements prennent feu!



Refroidis une brûlure avec de l'eau froide et avise une grande personne!



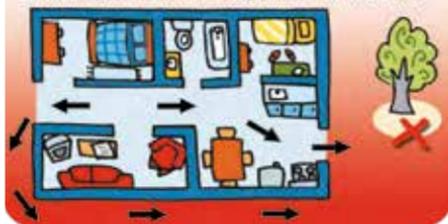
Marche à quatre pattes sous la fumée!



Reconnais bien le son d'un avertisseur de fumée et sors!



Exerce-toi à suivre un plan d'évacuation!



Considère le pompier et la pompière comme des amis!



EN CAS DE TEMPÊTE VIOLENTE

Les orages, les tempêtes d'hiver, les microrafales et les tornades se caractérisent par des vents violents qui peuvent causer des dégâts importants et même des décès. Voici ce que vous pouvez faire pour vous protéger.

Conseils pour se préparer à une tempête violente

- ▶ Coupez les branches mortes et les arbres morts environnants afin de diminuer le risque qu'ils tombent sur votre maison pendant une tempête. Si vous avez des arbres à proximité de fils électriques, communiquez avec Hydro-Québec.
- ▶ Nettoyez les gouttières, les drains et les tuyaux de descente des eaux pluviales.
- ▶ Assurez-vous que votre toit est en bonne condition.
- ▶ Préparez une trousse d'urgence.



À l'approche d'une tempête

- ▶ Lorsqu'une tempête violente se prépare, Environnement Canada émet des alertes météorologiques par l'entremise du site Internet meteo.gc.ca, de lignes téléphoniques automatisées et du service Radiométéo. Les stations de radio et de télévision émettent également les bulletins météorologiques d'Environnement Canada. Portez attention à ces informations.
- ▶ Consultez toujours les bulletins météorologiques avant une excursion nautique. Ne vous aventurez pas en bateau par temps orageux. Si vous êtes déjà sur l'eau et voyez le mauvais temps s'approcher, dirigez-vous immédiatement vers la rive. N'oubliez pas de confier votre plan de navigation à une personne responsable et de consulter souvent la diffusion à très haute fréquence des prévisions maritimes ou des bulletins de Radiométéo pendant votre excursion.
- ▶ Ancrez tout ce qui pourrait être emporté ou arraché par le vent, que ce soit dans la maison ou à l'extérieur. Lorsqu'ils sont emportés par les vents violents, les objets comme les poubelles, les meubles de jardin, les auvents ou l'abri temporaire pour l'auto peuvent non seulement blesser les gens, mais causer d'importants dommages matériels.
- ▶ Considérez la possibilité de vous réfugier dans l'endroit que votre famille et vous avez inscrit dans votre plan d'urgence.

Pendant une tempête

- ▶ Si vous êtes à l'intérieur, éloignez-vous des fenêtres, des portes et du foyer.
- ▶ Si les autorités locales vous demandent d'évacuer les lieux, faites-le. Tout retard peut rendre l'évacuation difficile, voire impossible. Apportez votre trousse d'urgence.
- ▶ L'utilisation d'un téléphone ordinaire pendant une tempête violente comporte des risques. Ayez recours à un téléphone cellulaire ou à un téléphone sans fil.
- ▶ Si vous êtes en voiture, immobilisez le véhicule loin des arbres et des fils électriques qui pourraient tomber sur vous. Évitez de vous arrêter au pied d'une pente raide ou instable ou encore dans des terres basses susceptibles d'être inondées. Restez dans la voiture.
- ▶ Si votre auto est immobilisée sur la route durant une tempête de neige, ne sortez pas de votre véhicule. Entrouvrez une fenêtre lorsque vous faites tourner le moteur afin d'éviter l'intoxication au monoxyde de carbone.

En cas de vents violents

Si vous êtes chez vous

- ▶ Réunissez les membres de votre famille en un lieu sûr, comme au sous-sol, et abritez-vous sous un meuble solide. Si votre domicile n'a pas de sous-sol, abritez-vous dans la salle de bain, un corridor, un garde-robe ou sous un meuble solide.
- ▶ Éloignez-vous des portes et des fenêtres.
- ▶ Évitez de prendre l'ascenseur si vous habitez un immeuble à logements.
- ▶ Évacuez votre maison mobile, car elle pourrait être emportée par le vent.

Si vous êtes dehors

- ▶ Réfugiez-vous dans un bâtiment sûr dont le toit semble solide pour résister à la force du vent et au poids de la neige.
- ▶ Si vous êtes dans un lieu découvert et qu'il n'y a pas d'abri à proximité, cherchez refuge sous un viaduc ou dans un fossé ou un repli de terrain. Couchez-vous face contre sol et protégez votre tête avec vos mains.

Lorsque les vents faiblissent

- ▶ Faites attention aux débris comme la tôle, le verre ou tout autre objet coupant.
- ▶ Ne touchez pas aux fils électriques par terre ou qui pendent, car ils peuvent être sous tension. Communiquez avec Hydro-Québec.
- ▶ N'entrez jamais dans un édifice endommagé par les vents.
- ▶ Soyez attentif à la qualité de l'eau potable, surtout après des pluies abondantes.

En cas de doute, renseignez-vous auprès de votre municipalité.

INNONDATIONS QUE-FAIRE ?

Les inondations peuvent se produire en toute saison. Elles surviennent habituellement à la fonte des neiges et lors de fortes pluies.

Certains dommages causés par l'eau peuvent être évités ou limités par un clapet antirefoulement. Il s'agit d'un dispositif qui empêche l'eau d'un branchement d'égout principal surchargé ou d'une fosse septique de refouler dans le sous-sol. Le clapet se ferme automatiquement lorsque l'eau d'égout refoule. Renseignez-vous auprès d'un spécialiste en plomberie.

À l'automne, nettoyez les gouttières et les drains, et enlevez les feuilles qui pourraient s'y trouver. Si la bouche d'égout refoule, communiquez avec votre municipalité.

Que faire en cas d'alerte d'inondation?

- ▶ Rangez en hauteur ou montez à l'étage supérieur les objets qui se trouvent au sous-sol ou au rez-de-chaussée.
- ▶ Bouchez le drain au sous-sol.
- ▶ Fermez le gaz et l'électricité. Si l'eau a commencé à monter, assurez-vous d'avoir les pieds sur une surface sèche et utilisez un bâton de bois pour couper le courant.
- ▶ Suivez l'évolution de la situation à la radio, à la télévision ou sur internet. Respectez les consignes de sécurité transmises.

Que faire pendant l'inondation?

- ▶ Quittez votre domicile si le niveau d'eau vous y oblige ou si les autorités vous le demandent.
- ▶ Emportez certains articles essentiels comme des vêtements chauds et, s'il pleut, des imperméables.
- ▶ Si vous utilisez un véhicule, conduisez prudemment et n'hésitez pas à l'abandonner si le moteur cale.
- ▶ Prévenez les autorités municipales du lieu où vous joindre si vous n'allez pas dans un centre d'hébergement de la municipalité.

Que faire après que l'eau s'est retirée?

Sécurité avec l'électricité

- ▶ Consultez un électricien avant de rebrancher le courant.
- ▶ Consultez un spécialiste avant de remettre en marche les appareils de chauffage.

Santé

- ▶ Communiquez avec la municipalité pour vous assurer que l'eau de l'aqueduc est potable. En cas de doute, faites-la bouillir cinq minutes. Si votre eau potable provient d'un puits, faites-la analyser avant de la consommer.
- ▶ Jetez tous les aliments, périssables ou non, et les médicaments qui ont été en contact avec l'eau.
- ▶ Stérilisez à l'eau bouillante les articles de cuisine contaminés.
- ▶ Évitez de porter vos mains ou vos gants au visage après avoir manipulé des objets souillés. Prenez soin de bien vous laver les mains.



Pour éliminer les débris laissés par la crue des eaux

Les inondations causent des dommages importants à plusieurs cours d'eau. Pour effectuer des travaux visant à régulariser la situation, vous devrez préalablement obtenir une autorisation auprès de votre municipalité.

La crue des eaux apporte son lot de débris, tels que des déchets solides et autres matières. Les déchets solides doivent être déposés dans un lieu d'enfouissement sanitaire. Quant aux autres types de déchets (pneus, matières dangereuses, etc.), ils doivent être déposés dans un lieu autorisé à les recevoir.

Dans la maison

- ▶ Nettoyez les pièces contaminées par l'inondation : retirez l'eau et jetez tous les matériaux absorbants, comme le placo-plâtre, la laine minérale, les tapis, le bois pressé, etc.

Si vous conservez des objets ou des matériaux souillés, vous courez le risque, à plus long terme, d'aggraver la contamination de la maison et d'occasionner des problèmes de santé aux occupants.

Quoi jeter?

- ▶ Tous les aliments, les médicaments, les articles de toilette et les produits de beauté ayant été en contact direct avec l'eau de l'inondation.
- ▶ Les matelas, les sommiers, les oreillers et les meubles dont le rembourrage a été trempé.
- ▶ Les tapis et les moquettes
- ▶ Tous les matériaux trempés, dès que possible, car ils favorisent la croissance de moisissures qui peuvent occasionner de graves problèmes de santé.
- ▶ La laine isolante mouillée, car elle ne constituera plus jamais un bon isolant et pourra favoriser la croissance de moisissures. Vérifiez les murs jusqu'à 50 centimètres (20 pouces) au-dessus du niveau atteint par l'eau. Ouvrez les murs qui ont absorbé de l'eau.

DESSINEZ VOTRE PLAN D'ÉVACUATION



- ▶ Dessinez le plan d'évacuation de votre maison en faisant participer vos enfants et tous autres occupants.
- ▶ 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 un.

Indiquez les éléments suivants sur votre plan

- ▶ Pour chaque pièce, deux sorties accessibles, si possible, comme une porte et une fenêtre.
- ▶ L'emplacement de tous les avertisseurs de fumée.
- ▶ L'emplacement des extincteurs portatifs.
- ▶ En pointillé, tous les trajets à partir de chaque pièce pour vous rendre dehors.
- ▶ Le point de rassemblement à l'extérieur généralement à l'avant de votre maison ou de votre immeuble.

Prévoyez aussi

- ▶ Comment évacuer des jeunes enfants et, s'il y a lieu, les personnes âgées ou handicapées.
- ▶ Comment joindre le 9-1-1 une fois à l'extérieur de votre maison, par exemple en vous rendant chez un voisin.

Assurez-vous que

- ▶ Les sorties indiquées sur votre plan (portes, fenêtres, corridors, balcons, galeries ou cages d'escalier) sont dégagées en tout temps. Portez une attention spéciale :
 - aux objets encombrants dans les sorties, comme les jouets, le vélo et le barbecue;
 - à l'accumulation de neige qui peut obstruer certaines sorties.
- ▶ Les fenêtres qui peuvent servir de sorties :
 - ne sont pas obstruées, tant à l'extérieur qu'à l'intérieur;
 - sont déneigées et déglacées en hiver;
 - sont à une hauteur accessible pour un jeune enfant et que celui-ci connaît la façon de les ouvrir;
 - sont équipées d'un moyen sécuritaire pour atteindre le sol à partir d'un étage supérieur, comme une échelle de secours.

LE SAVIEZ-VOUS?

Les décès dans les incendies surviennent surtout la nuit pendant que tout le monde dort?

AVERTIS, PRÊTS, SORTEZ!

Vos sorties doivent être accessibles en tout temps!

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 ou un animal, ou pour récupérer vos effets personnels. Les pompiers sont équipés pour ça.

Mais

Si la porte de la pièce où vous vous trouvez est chaude au toucher :

- ▶ Ne l'ouvrez pas.
- ▶ Bloquez le passage de la fumée au pied de la porte avec un linge ou un vêtement.
- ▶ Signalez votre présence à la fenêtre.

S'il y a beaucoup de fumée :

- ▶ Marchez à quatre pattes pour respirer le moins possible de fumée toxique et mieux voir où vous allez.
- ▶ Dirigez-vous rapidement vers la sortie la plus proche.

Souvenez-vous que, lors d'un incendie, chaque seconde compte. Exercez-vous!

Note : Du matériel d'éducation en prévention des incendies à l'intention des jeunes est disponible sur le site Internet de la Sécurité publique au :

www.securitepublique.gouv.qc.ca, section Sécurité incendie.

**PRÉPARER
UN PLAN
D'ÉVACUATION,
C'EST
RASSURANT!**





Au Canada, des avertissements de chaleur sont diffusés par Environnement Canada lorsque l'on prévoit que l'une des conditions suivantes durera pendant au moins une heure :

- ▶ une température de 30 °C ou plus et un indice humidex de 40 ou plus;
- ▶ une température de 40 °C ou plus.
- ▶ La définition de chaleur extrême varie selon les régions. En moyenne, la température doit se situer entre 31 et 33 °C le jour et entre 16 et 20 °C la nuit, et ce, pendant trois journées consécutives.

Que faire avant une vague de chaleur

- ▶ Préparez une trousse d'urgence pour la maison.
- ▶ Renseignez-vous sur les alertes météorologiques. Cet hyperlien s'ouvrira dans une nouvelle fenêtre. en vigueur dans votre région. Tenez compte de ces alertes pour planifier vos activités.
- ▶ Renseignez-vous sur les mesures de précaution recommandées pour prévenir les coups de chaleur. Cet hyperlien s'ouvrira dans une nouvelle fenêtre. dans les milieux de travail.

Comment prévenir les effets de la chaleur

Chez les adultes

Lors d'une vague de chaleur, votre état de santé peut se détériorer rapidement. Vous pouvez prendre certaines précautions pour améliorer votre confort et diminuer les risques pour votre santé ou celle de vos proches.

- ▶ **Hydratez-vous suffisamment :**
 - buvez beaucoup d'eau sans attendre d'avoir soif.
 - Évitez de consommer des boissons alcoolisées, car l'alcool peut aggraver la déshydratation.

- ▶ **Rafraîchissez-vous souvent :**
 - prenez une douche, un bain frais ou baignez-vous dans une piscine, si cela est possible;
 - Appliquez des linges humides froids sur votre visage, vos bras et votre cou, et vaporisez de l'eau froide sur votre visage plusieurs fois par jour;
 - passez quelques heures par jour dans un endroit climatisé ou ombragé.
- ▶ **Protégez-vous de la chaleur :**
 - réduisez vos efforts physiques;
 - portez des vêtements légers, amples et de couleur pâle. Portez un chapeau à large bord fabriqué à partir d'un tissu respirant;
 - planifiez vos activités physiques pendant les périodes les moins chaudes de la journée (par exemple, avant 11 h ou après 18 h).
 - Fermez les fenêtres, les rideaux ou les stores lorsque le soleil brille. Ventilez si possible votre résidence lorsque la nuit est fraîche.
 - Utilisez au minimum les appareils qui dégagent de la chaleur (cuisinière, four, sècheuse, télévision, luminaires, etc.).
- ▶ **Donnez des nouvelles à vos proches et n'hésitez pas à demander de l'aide à votre entourage pendant les périodes de fortes chaleurs :**
 - les personnes plus vulnérables devraient inviter régulièrement leurs proches (familles, voisins, amis);
 - les proches des personnes âgées, en perte d'autonomie ou vivant seules devraient régulièrement leur rendre visite.
- ▶ **Surveillez la diffusion d'avertissements de chaleur et suivez les recommandations d'Environnement Canada ou de la direction de santé publique de votre région.**
- ▶ **Si votre état de santé ou celui d'un proche s'aggrave ou si vous ou un proche êtes vulnérables à la chaleur, communiquez avec Info-Santé 811 pour obtenir une évaluation et des recommandations. Appelez le 911 ou allez au centre hospitalier le plus proche, s'il y a urgence médicale.**

Chez les bébés et les enfants

En période de chaleur, l'état de santé des bébés et des enfants peut se détériorer rapidement. Vous pouvez prendre certaines précautions pour améliorer leur confort et diminuer les risques pour leur santé.

- ▶ **Hydratez vos enfants suffisamment :**
 - faites-leur boire de l'eau régulièrement et, si possible, fournissez-leur une gourde;
 - pour le bébé allaité, offrez le sein à la demande. Il est tout à fait normal qu'il tète plus souvent;
 - pour le bébé nourri aux préparations commerciales pour nourrisson, offrez-en plus souvent.
 - pour le bébé de plus de six mois, offrez de l'eau en petites quantités après ou entre les boires.
- ▶ **Rafraîchissez les enfants souvent, par exemple :**
 - faites-leur prendre un bain ou une douche tiède aussi souvent que nécessaire;
 - humectez leur peau avec une serviette mouillée plusieurs fois par jour.

- ▶ **Protégez-les de la chaleur :**
 - habillez-les avec des vêtements légers;
 - couvrez leur tête d'un chapeau à large bord;
 - ne les laissez jamais seuls dans une pièce mal ventilée;
 - ne les laissez jamais seuls dans une voiture, même si les fenêtres sont entrouvertes.
- ▶ **Limitez leur exposition à la chaleur :**
 - limitez leurs activités extérieures, comme les compétitions sportives d'endurance;
 - planifiez ces activités avant 10 h et après 16 h, alors que la chaleur est moins intense;
- ▶ **limitez ou interrompez les activités physiques des enfants souffrant d'une maladie aiguë ou chronique.**

Restez informé

Renseignez-vous auprès de votre municipalité pour connaître les mesures mises en place pour atténuer les conséquences d'un épisode de chaleur extrême, comme l'ouverture ou la prolongation des heures d'ouverture de certains services municipaux (ex. : piscines, jeux d'eau, lieux climatisés, etc.).

Protégez vos animaux

Protégez vos animaux 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.

Respectez les consignes lors de vos activités en forêt

Observez les restrictions quant à l'accès à la forêt ainsi qu'à la circulation, aux travaux ou au brûlage en forêt en période de grande chaleur. Méfiez-vous de la sécheresse de la végétation, y compris dans votre jardin. Respectez les interdictions de faire des feux à ciel ouvert et renseignez-vous sur les conseils et consignes de sécurité à prendre lors d'un incendie de forêt.

Respectez les restrictions d'arrosage en période de sécheresse

En période de sécheresse, des restrictions d'arrosage peuvent être émises par les municipalités afin de permettre l'approvisionnement en eau potable pour l'ensemble de la population.



SOYEZ BRANCHÉS SUR VOTRE SÉCURITÉ

Savez-vous reconnaître les dangers d'incendie?

Conseils pratiques pour votre installation ou vos appareils électriques

Les incendies liés à l'électricité sont souvent évitables. Pourquoi prendre des risques avec une rallonge surchargée ou une installation électrique mal entretenue?



**MAUVAISE
UTILISATION**



**MAUVAISE
INSTALLATION**



**DANGER
D'INCENDIE!**

Branchez sans danger!

► Les cordons de rallonge, les fils et les câbles :

- Utilisez la rallonge électrique de façon occasionnelle pour de courtes périodes. Pour une utilisation permanente ou pour une longue période ex. : tous les hivers, faites faire des travaux d'électricité par un maître électricien.
- Ne dénudez jamais les fils électriques.
- Ne camouflez jamais une rallonge sous un tapis.
- N'utilisez jamais un appareil ou une rallonge dont le cordon d'alimentation est endommagé, craquelé ou qui dégage une chaleur excessive.
- Ne fixez pas un fil électrique ou une rallonge avec des clous ou toute autre fixation inadéquate. Utilisez des attaches conçues à cette fin.
- Assurez-vous de la stabilité de vos appareils électriques de manière à éviter qu'ils chutent ou basculent et se retrouvent suspendus par leur cordon.
- Évitez de passer une rallonge par une porte ou une fenêtre.





Les fiches et les prises de courant

- ▶ Ne coupez jamais la broche ronde conçue pour la mise à la terre et située sous les deux lames standards de la fiche, car elle est nécessaire pour votre sécurité si l'appareil devient sous tension.
- ▶ Assurez-vous que le cordon d'alimentation électrique n'est pas coincé ou écrasé.
- ▶ Réservez les prises multiples aux appareils à faible consommation comme les lampes de table, les radios ou les réveille-matins.
- ▶ Vérifiez annuellement le bon fonctionnement d'une prise électrique extérieure en appuyant sur le bouton « test » situé sur le disjoncteur ou sur la prise elle-même.
- ▶ Si une prise multiple est nécessaire en permanence, faites installer des prises additionnelles par un maître électricien.

Ne tombez pas dans le panneau!

Dégagement

- ▶ Assurez-vous que le panneau électrique ou tout autre équipement de branchement est accessible en tout temps. Laissez une distance de dégagement d'un mètre.

Remplacement d'un fusible ou réenclenchement d'un disjoncteur

- ▶ Le panneau électrique contient des fusibles ou des disjoncteurs nécessaires à votre sécurité, car ceux-ci interviennent en cas de surcharge et peuvent prévenir un incendie.
- ▶ Lorsqu'un fusible saute ou qu'un disjoncteur se déclenche, c'est souvent parce qu'il y a surcharge : trop d'appareils sont branchés sur la même prise. Dans ce cas, débranchez des appareils.
- ▶ Si vous remplacez un fusible, utilisez-en toujours un ayant les mêmes caractéristiques (type, nombre d'ampères).
- ▶ Lorsque vous emménagez dans une nouvelle résidence, n'hésitez pas à faire vérifier l'installation électrique par un maître électricien.

Éclairiez-vous en toute sécurité...

À l'intérieur comme à l'extérieur!

- ▶ Gardez les tentures, les vêtements et tout objet inflammable loin des lampes à halogène. Celles qu'on utilise dans les luminaires sur pied (torchères), parce qu'elles sont très puissantes, deviennent 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, le papier, 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.



Chauffez en toute sûreté

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.

Les chauffeuses portatives d'appoint

- ▶ Placez la chauffeuse loin des meubles, des rideaux et des autres tissus et matériaux combustibles.
- ▶ Évitez de placer la chauffeuse à un endroit où elle pourrait nuire à la circulation et se renverser.
- ▶ Assurez-vous qu'elle possède un dispositif de sécurité intégré qui l'arrête automatiquement si elle se renverse ou surchauffe.
- ▶ Branchez la chauffeuse directement dans une prise de courant. N'utilisez pas de cordon de rallonge.
- ▶ N'utilisez pas de chauffeuse portative de façon continue; faites installer un système de chauffage permanent conforme par une personne qualifiée.



En cas de panne de courant en hiver

Les pannes d'électricité sont normalement de courte durée. Si elles se prolongent quelques jours, surtout en hiver, les inconvénients sont plus graves, notamment pour votre santé et votre sécurité.

Se préparer à une panne de courant

- ▶ Gardez chez vous, dans un endroit sûr :
 - Une lampe de poche et des piles de rechange.
 - Une radio à piles.
 - Des chandelles ou une lampe à l'huile et le combustible recommandé.
 - Un réchaud à fondue et le combustible recommandé.
 - Un briquet ou des allumettes.

Si vous possédez un poêle à bois ou un foyer, approvisionnez-vous en combustible. Installez un avertisseur de monoxyde de carbone et vérifiez régulièrement son bon fonctionnement.

Pendant la panne

- ▶ Écoutez les nouvelles à la radio.
- ▶ Baissez les thermostats au minimum.
- ▶ Débranchez tous les appareils électriques et électroniques, sauf une lampe par étage, afin d'éviter une surtension des appareils au retour du courant.
- ▶ N'ouvrez pas inutilement la porte du réfrigérateur ou du congélateur. Les aliments se conserveront ainsi durant 24 à 48 heures.
- ▶ Sauf avis contraire de votre municipalité, laissez couler un filet d'eau et actionnez la chasse d'eau à quelques reprises dans la journée afin de prévenir le gel des tuyaux.
- ▶ Si vous disposez d'un appareil de chauffage auxiliaire, allumez-le avant que votre domicile soit trop froid. Si vous devez le raccorder au conduit de cheminée utilisé pour l'appareil de chauffage habituel, fermez-le avant d'effectuer le raccordement.

N'utilisez jamais à l'intérieur des appareils de chauffage, d'éclairage ou des poêles conçus pour l'extérieur ou pour le camping, comme les barbecues au charbon de bois ou au propane, les chaufferettes de camping ou les poêles au propane. Ces appareils augmentent le risque d'incendie et dégagent du monoxyde de carbone, un gaz inodore, incolore et potentiellement mortel.

Si vous utilisez une génératrice, observez les règles de sécurité suivantes :

- ▶ Suivez les instructions du fabricant.
- ▶ Fermez l'interrupteur principal de courant avant de la débrancher.
- ▶ Installez-la à l'extérieur, sur une base surélevée et non par terre, à l'abri des intempéries.
- ▶ Vérifiez que les câbles ne touchent pas l'eau et que les pinces de débranchement sont fixées aux bornes de la boîte à fusibles. Dans le doute, consultez votre fournisseur et faites un essai avant une panne.
- ▶ Assurez-vous que les gaz d'échappement ne reviennent pas dans votre domicile par une fenêtre ou un soupirail.
- ▶ Respectez la capacité de courant de l'appareil.
- ▶ Arrêtez la génératrice et laissez-la refroidir avant de refaire le plein.

Autres conseils d'usage avec toutes les installations électriques

- ▶ Faites remplacer toute installation électrique endommagée.
- ▶ N'appliquez aucune peinture ou autre produit sur votre installation ou vos appareils électriques.
- ▶ Faites remplacer les plaques murales des prises de courant et des interrupteurs si elles sont endommagées.
- ▶ Utilisez toujours des appareils électriques portant le sceau d'un organisme de certification accrédité par le Conseil canadien des normes.

POUR LA LISTE À JOUR, CONSULTEZ LE RBQ.GOUV.QC.CA





Intervention hors route MRC DE PORTNEUF



Je dis où je vais

« On sait où me trouver en tout temps. »



Je sais où je suis

« Je peux m'orienter et diriger les secours vers moi. »



Je garde le contact

« Je suis accompagné ou j'ai l'équipement nécessaire pour communiquer sans mon cellulaire en l'absence de réseau. »



Je compte d'abord sur moi

« J'emporte une trousse de premiers soins, car je sais que les secours mettront du temps pour arriver. »



En nature, ma **sécurité**,
c'est ma **responsabilité**

Québec 

La MRC de Portneuf dispose d'un vaste territoire dont plus de la moitié est situé en milieu forestier ou éloigné d'accès routiers praticables par un service ambulancier. Une randonnée pédestre, à vélo, en VTT ou en motoneige peut donc vite tourner en situation d'urgence ou situation précaire.

La MRC de Portneuf s'est dotée d'un service d'urgence pour les accidents hors route, celui-ci comprend:

- Un protocole local d'urgence en milieu isolé
- Une cellule régionale prête à intervenir sur tout le territoire
- Des pompiers spécialement formés
- Des équipements spécialisés (VTT, motoneiges snowbulances, GPS, téléphones satellites, etc...)

Le mandat de la cellule régionale d'intervention d'urgence hors route est d'assurer le transport des techniciens paramédicaux et le rapatriement des victimes dans le respect du protocole mis en place qui a été adopté regionalement.

Bien que tout soit mis en place pour accroître la sécurité des usager des milieux hors route de la région, les usagers demeurent responsable de s'assurer de leur sécurité.

Vous êtes en situation d'urgence en milieu isolé?

- 1 Pensez à votre sécurité**
- 2 Sécurisez la victime**
- 3 Trouvez un moyen de communication**
- 4 Contactez le 911**



Pour en savoir plus :

www.interventionhorsroute.com

FEUX EXTÉRIEURS, FAITES BON VOISINAGE !



Les feux à ciel ouvert sont interdits sur l'ensemble du territoire.

Il est possible de faire des feux extérieurs dans des foyers conformes pour brûler du bois. Il est interdit de brûler des matériaux de construction.

Le foyer extérieur ne peut être utilisé qu'aux conditions suivantes :

- ▶ Seul le bois peut être utilisé comme matière combustible;
- ▶ Les matières combustibles ne peuvent excéder la hauteur de l'âtre du foyer;
- ▶ Tout allumage de feu ou tout feu doit être constamment sous la surveillance d'une personne adulte;
- ▶ Toute personne qui allume ou qui permet que soit allumé un feu de foyer doit s'assurer qu'il y ait, sur place, un moyen pour éteindre le feu rapidement, notamment un seau d'eau, un tuyau d'arrosage, un extincteur ou tout autre dispositif semblable.

Un bon voisinage, commence par le respect en n'incommodant pas les voisins avec la fumée des feux extérieurs.

Pensez-y, la fumée voyage et entre dans les maisons.

À titre d'information, voici un foyer conforme 



CENDRES CHAUDES



Un mauvais entreposage des cendres chaudes peut causer un incendie et des intoxications au monoxyde de carbone. Pour vous débarrasser de vos cendres de façon sécuritaire, vous devez :

- ▶ vider régulièrement les cendres du foyer, jamais à l'aide d'un aspirateur, mais à l'aide d'une pelle de métal;
- ▶ mettre les cendres chaudes dans un contenant métallique à fond surélevé et muni d'un couvercle métallique;
- ▶ sortir le contenant métallique à l'extérieur, car les cendres chaudes dégagent du monoxyde de carbone;
- ▶ l'installer sur une surface non combustible, à une distance d'au moins 1 m de tout objet;
- ▶ attendre au moins 7 jours avant de transvider les cendres du contenant métallique dans un autre contenant (poubelle, bac de matières organiques) et brasser les cendres pour vous assurer qu'elles sont parfaitement refroidies. Si vous le pouvez, conservez les cendres dehors durant tout l'hiver et jetez-les seulement au printemps.

VOTRE NUMÉRO CIVIQUE EST-IL VISIBLE?



Quelle est l'importance de bien identifier nos bâtiments?

Le numéro civique est d'une importance capitale lors d'une situation d'urgence.

Les chiffres doivent être d'une dimension minimale de 77 mm (3 po) de hauteur et de 10 mm (1/2 po) de largeur sur un fond contrastant. De plus, la plaque devra être installée en permanence en façade du bâtiment et être visible de la voie publique.

Exemple :

Un membre de votre famille est victime d'un arrêt cardio-respiratoire, si la personne ne reçoit pas une défibrillation dans les huit (8) minutes suivant l'arrêt celle-ci a beaucoup moins de chance de s'en sortir. Donc, toutes les secondes sont importantes, si les services d'urgence doivent chercher le numéro civique parce qu'il est mal situé, trop petit, numéro incomplet ou pas éclairé, pour toutes ces raisons cela peut faire la différence entre un membre de votre famille décédé ou en vie. RÉFLÉCHISSEZ!!!!!!

Nous comptons sur votre collaboration afin de nous aider à vous localiser le plus rapidement possible. **« Un simple geste peut vous sauver la vie ».**

PROTÉGEZ-VOUS

LE MONOXYDE DE CARBONE TUE!



Qu'est-ce que le monoxyde de carbone (CO)?

Le monoxyde de carbone est un gaz responsable de plusieurs intoxications chaque année. L'intoxication au monoxyde de carbone peut entraîner des séquelles irréversibles ou la mort. Contrairement à de nombreux gaz, le monoxyde de carbone est invisible et inodore. Il n'irrite pas non plus les yeux ou les voies respiratoires.

Seul un avertisseur de monoxyde de carbone peut vous alerter de sa présence.

D'où vient le monoxyde de carbone?

Les appareils et les véhicules qui brûlent un combustible tel que l'essence, le diesel, le bois, le propane, le gaz naturel, le mazout (huile à chauffage), le naphte, le kérosène ou le charbon peuvent produire du monoxyde de carbone. Lorsque ces appareils et ces véhicules fonctionnent mal, sont mal utilisés (dans un endroit insuffisamment ventilé) ou sont mal entretenus, la quantité de monoxyde de carbone produite peut être dangereuse pour la vie ou la santé.

Voici quelques exemples d'appareils et de véhicules à combustible :

- ▶ **Tout système de chauffage non électrique : fournaise, chaufferette, poêle, foyer.**
- ▶ **Des véhicules motorisés : voiture, moto, VTT, motoneige, etc.**
- ▶ **Des génératrices.**
- ▶ **De petits outils à moteur : scie à chaîne, compresseur, tondeuse, souffleuse, etc.**
- ▶ **Des électroménagers au gaz ou au propane : cuisinière, réfrigérateur, sècheuse, chauffe-eau.**
- ▶ **Des appareils de plein air : barbecue, lampe, réchaud, etc.**

Qu'est-ce qu'une intoxication au monoxyde de carbone?

Lorsqu'il est respiré en grande quantité, le monoxyde de carbone remplace l'oxygène dans le sang ce qui empêche les organes et les tissus du corps de fonctionner normalement. Les systèmes cardio-vasculaire et nerveux sont principalement atteints

La gravité d'une intoxication dépend de plusieurs éléments :

- ▶ **La concentration de monoxyde de carbone dans l'air.**
- ▶ **Le temps d'exposition.**
- ▶ **La sensibilité de la personne aux effets de ce gaz et son état de santé en général.**

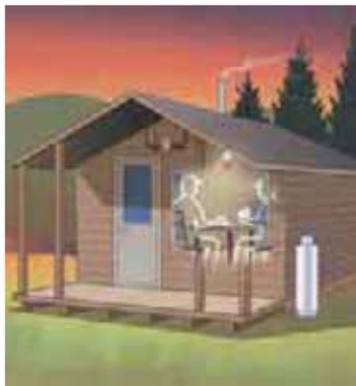
L'AVERTISSEUR DE MONOXYDE DE CARBONE

Comment reconnaître les signes et les symptômes d'une intoxication?

Une intoxication légère ou modérée provoque des symptômes ressemblant, surtout chez l'enfant, à ceux d'une grippe ou d'une gastroentérite, tels que des nausées, un mal de tête ou de la fatigue. Une intoxication plus grave conduit à une perte de conscience et éventuellement à la mort en quelques minutes seulement.

Une intoxication au monoxyde de carbone se produit plus rapidement chez certaines personnes dont :

- ▶ Les femmes enceintes et leur fœtus.
- ▶ Les nouveaux-nés et les enfants.
- ▶ Les personnes âgées.
- ▶ Les personnes souffrant de problèmes pulmonaires, respiratoires ou cardio-vasculaires.
- ▶ Les personnes anémiques.
- ▶ Les fumeurs.
- ▶ Les personnes pratiquant une activité intense dans un milieu contaminé au monoxyde de carbone et mal ventilé.



LE SAVIEZ-VOUS?

Le meilleur moyen de vous protéger du monoxyde de carbone est de vous assurer périodiquement du bon état de vos appareils fonctionnant au combustible et de respecter les règles d'entretien et de sécurité inscrites dans les manuels d'utilisation. Faites toujours appel à du personnel qualifié.

Pour votre appareil de chauffage, suivez les recommandations du guide de vérification du système de chauffage qui se trouve à l'adresse suivante :

www.msss.gouv.qc.ca/monoxyde-de-carbone.

Les personnes endormies ou ayant consommé de l'alcool risquent de décéder par empoisonnement au monoxyde de carbone avant même d'en ressentir les symptômes. Évitez cette situation en installant un avertisseur de monoxyde de carbone dans votre maison, près des chambres à coucher.

L'avertisseur de monoxyde de carbone est conçu pour déclencher une alarme avant que la concentration de ce gaz dans l'air intérieur soit dangereuse pour la vie ou la santé. Ainsi, les personnes exposées peuvent se protéger à temps. L'avertisseur de monoxyde de carbone est le seul moyen existant pour signaler la présence de ce gaz dans une résidence.

Vous pouvez vous procurer un avertisseur de monoxyde de carbone dans les quincailleries et les grandes surfaces. Les modèles proposés peuvent être simples (avertisseur de monoxyde de carbone) ou combinés (avertisseur de monoxyde de carbone et de fumée ou avertisseur de monoxyde de carbone, de gaz naturel et de propane). Les prix varient généralement de 25 \$ à 70 \$.



LE SAVIEZ-VOUS?

Même si une résidence est pourvue d'un avertisseur de monoxyde de carbone, les appareils à combustible qui s'y trouvent doivent être entretenus et utilisés de façon adéquate. L'avertisseur de monoxyde de carbone doit être considéré comme un outil de protection additionnel efficace pour éviter les intoxications et les décès.

Un avertisseur de fumée ne détecte pas le monoxyde de carbone.

Votre avertisseur de monoxyde de carbone doit présenter les caractéristiques suivantes :

- ▶ Un logo de certification.
- ▶ Une pile qui assure le fonctionnement de l'avertisseur en cas de panne électrique.
- ▶ Un avertisseur de pile faible.
- ▶ Un signal lumineux qui indique le bon fonctionnement de l'avertisseur.
- ▶ Un signal d'alarme lumineux et un signal d'alarme sonore si l'appareil détecte des quantités importantes de monoxyde de carbone.
- ▶ Un bouton test pour vérifier le bon fonctionnement de l'appareil.
- ▶ Un afficheur numérique de concentration de monoxyde de carbone, si votre résidence abrite une source permanente de ce gaz (ex. : appareil de chauffage à combustible).

L'AVERTISSEUR DE MONOXYDE DE CARBONE

Logo de certification

Assurez-vous de trouver sur l'avertisseur ou son emballage l'un des trois logos suivants :



Le logo de l'Association canadienne de normalisation (CSA) avec la mention CSA 6.19-01.



Le logo de la CSA montrant que l'avertisseur répond aux exigences de sécurité électrique (choc et incendie).



Le logo des Laboratoires des assureurs du Canada (ulc). Vous pouvez également trouver ce logo avec la mention ul2034 sur certains avertisseurs de marques américaines.

Dangers explosifs!

La seule circonstance où du monoxyde de carbone est produit sans qu'il y ait de combustion c'est lors de travaux d'excavation à l'explosif. Si de tels travaux sont réalisés près de chez vous, le monoxyde de carbone risquera de s'infiltrer dans votre résidence par la partie souterraine, à tout moment, même plusieurs jours après les travaux.

Pour éviter une intoxication au monoxyde de carbone lors de travaux d'excavation à l'explosif :

- ▶ Ayez un avertisseur de monoxyde de carbone fonctionnel placé au sous-sol de votre domicile. Assurez-vous d'entendre l'alarme de n'importe quelle pièce de votre domicile lors d'un test préalable.
- ▶ Ventilez bien votre maison (deux fenêtres ouvertes pour créer un courant d'air) le jour des travaux d'excavation à l'explosif. Si vous avez un échangeur d'air, il devra être en mode « échange d'air » et en fonctionnement continu à un régime maximum pour au moins 48 heures.





Son installation

Installez votre avertisseur de monoxyde de carbone près des chambres à coucher afin d'entendre l'alarme dans votre sommeil.

Il est nécessaire d'installer un avertisseur à chaque étage de la maison où il y a des chambres.

Vous pouvez aussi installer un avertisseur dans d'autres lieux d'utilisation ou de mise en marche d'appareils, de petits outils ou de véhicules à combustible (atelier, cabanon, chalet, roulotte).



Évitez toutefois les emplacements suivants :

- ▶ À l'intérieur du garage. Les avertisseurs de monoxyde de carbone actuellement offerts sur le marché sont trop sensibles et les concentrations de monoxyde de carbone augmentent trop rapidement dans un garage même si la porte de celui-ci est ouverte.
- ▶ Dans une pièce non aérée où sont entreposés des produits chimiques (solvant à peinture, décapant, chlore) qui pourraient endommager l'avertisseur.

0-5 ans

Garderie L'ENVOL

1078, Avenue Principale
Saint-Marc-des-Carrières
QC, G0A 4B0

418 268-5669
lenvolgarderie@gmail.com

CHAMPAGNE ET MATTE
ARPENTEURS/GÉOMÈTRES
arpentagemc.com

Saint-Marc-des-Carrières
418 268-5669
info@arpentagemc.com

UN SERVICE PROFESSIONNEL
À LA HAUTEUR DE VOS ATTENTES
arpentagemc.com

Résidentiel • Commercial • Industriel

PLOMBERIE DURIVAGE inc.

418 284-2408
info@plomberiedurivage.com

plomberiedurivage.com
DESCHAMBAULT
R.B.Q. : 5677-9432-01

CMMTQ

La fabuleuse trilogie
L'homme de Griffintown
disponible aux formats papier, audio, numérique.

L'homme de Griffintown
C'est la surprise du G7

L'homme de Griffintown
Le maître des circonstances

L'homme de Griffintown
L'entre deux mondes

Auteur : MARKUS Éditeur : La Plume D'or

LÀ pour veiller sur ce qui vous est cher

Pour votre sécurité et celle de vos proches, redoublez toujours de vigilance.

PROMUTUEL
ASSURANCE
HABITATION

1 888 888-1229 promutuelassurance.ca

L'AVERTISSEUR DE MONOXYDE DE CARBONE

Son entretien

Lisez bien le manuel d'utilisation de votre avertisseur de monoxyde de carbone pour connaître les règles concernant son entretien.

Généralement, les fabricants conseillent de :

- ▶ Nettoyer les avertisseurs de monoxyde de carbone tous les six mois. Il s'agit de passer doucement l'aspirateur, muni d'une brosse souple, dans les orifices du détecteur. Il ne faut pas toucher les capteurs avec l'embout en plastique de l'aspirateur.
- ▶ Vérifier régulièrement l'alimentation électrique ou la pile en mettant l'appareil à l'essai une fois par mois.
- ▶ Remplacer la pile de l'avertisseur aux changements d'heures, au printemps et à l'automne.

Les avertisseurs ont une durée de vie limitée et peuvent alors ne plus fonctionner convenablement en présence du gaz. Certains avertisseurs actuellement en vente sur le marché québécois ont une garantie de cinq ans et une date de remplacement, suggérée par le fabricant, de sept ans après l'installation.

Pour votre sécurité, respectez les dates de changement de pile et de remplacement de l'avertisseur.

Le déclenchement de l'alarme

Lorsque l'avertisseur sonne, même par intermittence, il s'agit d'une urgence. Cela signifie que du monoxyde de carbone est en quantité suffisante pour constituer un risque d'intoxication.

Des gestes à poser en cas d'urgence

Il s'agit d'une urgence quand :

- ▶ L'avertisseur de monoxyde de carbone sonne, même par intermittence.
- ▶ Des personnes présentent des signes ou des symptômes d'intoxication : maux de tête, nausées, étourdissements, faiblesse ou chute inattendue et évanouissement.
- ▶ En présence de signes ou de symptômes, évacuez immédiatement les lieux et demandez une assistance médicale. En l'absence de signes ou de symptômes, fermez l'alimentation en combustible, ouvrez les portes et les fenêtres, puis évacuez les lieux.

Composez le 9-1-1 ou appelez le Centre antipoison du Québec au 1 800 463-5060.

Ne retournez pas à l'intérieur sans l'autorisation d'un pompier et des autorités de santé publique, même pour quelques minutes.



Pour obtenir plus d'informations, visitez le www.msss.gouv.qc.ca/monoxyde-de-carbone.

CHOISIR, INSTALLER ET VÉRIFIER SES AVERTISSEURS DE FUMÉE

Quel avertisseur choisir?

À pile

- ▶ Optez pour un avertisseur à pile longue durée.

Électrique

- ▶ Choisissez un modèle avec une pile d'appoint en cas de panne de courant.
- ▶ Des avertisseurs interconnectés font gagner de précieuses secondes au moment d'évacuer. Peu importe où se trouve le feu, ils sonnent tous en même temps!

L'avertisseur de fumée ne détecte pas le monoxyde de carbone (CO), un gaz potentiellement mortel. Si votre domicile dispose d'appareils fixes à combustion (ex. : poêle à bois, fournaise au mazout) ou d'un garage adjacent, procurez-vous les deux types d'avertisseurs ou un avertisseur qui détecte à la fois fumée et monoxyde de carbone.

Recherchez ces logos!

Avertisseur de fumée



Avertisseur de monoxyde de carbone



Ces logos garantissent que vos avertisseurs répondent aux toutes dernières normes de sécurité canadiennes.

Où les installer?



Installez des avertisseurs de fumée à chaque étage de la maison (corridors et aires communes), y compris au sous-sol.

Placez vos avertisseurs loin des appareils de cuisson, des bouches d'aération ou des salles de bain.



Pour les personnes malentendantes, installez des avertisseurs de fumée avec une lumière stroboscopique. Il existe aussi des appareils d'alarme à vibration destinés à être placés sous l'oreiller ou le lit.

Comment les vérifier?

Une fois par mois

- ▶ Vérifiez la pile en appuyant sur le bouton d'essai; un signal sonore doit se faire entendre. Si ce signal est muet, changez la pile ou remplacez votre avertisseur s'il est défectueux.

Une fois par année

- ▶ Qu'il soit à pile ou électrique, vérifiez la capacité de votre avertisseur à détecter la fumée en éteignant une chandelle près de lui. S'il ne sonne pas, remplacez-le.

La plupart des compagnies qui offrent un service d'avertisseurs reliés à une centrale font l'entretien et la vérification annuelle sur demande. Informez-vous!

IMPORTANT

- ▶ Un avertisseur de fumée a une durée de vie de 10 ans.
- ▶ Un avertisseur de monoxyde de carbone a une durée de vie de 5 à 10 ans à partir de son activation. Consultez les directives du fabricant.



Vérifiez la date de fabrication de vos avertisseurs de fumée : si cette date est absente, remplacez-les dès aujourd'hui!

ATTENTION!

- ▶ Ne retirez jamais la pile d'un avertisseur et ne le débranchez pas, même s'il se déclenche inutilement. Utilisez plutôt la touche sourdine de l'appareil.
- ▶ N'appliquez jamais de peinture sur l'avertisseur de fumée. S'il est peint, remplacez-le.

Responsabilités des propriétaires et des locataires

Les propriétaires doivent fournir des avertisseurs de fumée en bon état de marche et les locataires doivent les vérifier, les entretenir et remplacer les piles, s'il y a lieu.



PAS D'AVERTISSEUR, C'EST MORTEL!

*Un avertisseur qui
fonctionne, ça sonne!*



L'EXTINCTEUR PORTATIF

Si l'avertisseur de fumée est le moyen le plus efficace pour vous sauver la vie, l'extincteur n'est pas à dédaigner : il peut s'avérer utile dans certaines situations. Si votre extincteur portatif date d'avant 1985, vous devez vous en débarrasser. Donc, si vous devez vous en procurer un, lisez ce qui suit...

Comment le choisir

Achetez un extincteur portatif portant le sceau d'homologation d'un organisme reconnu comme l'**ULC** (Laboratoires des assureurs du Canada).



Choisissez un extincteur à poudre polyvalente



Choisissez un extincteur à poudre polyvalente :

Ce type d'appareil peut éteindre des feux tels que :



de matériaux inflammables comme le bois, le papier et le tissu;



de liquides ou de gaz inflammables comme l'huile, l'essence, les solvants, la graisse et le beurre;



d'appareils électriques sous tension comme le câblage, le panneau électrique et les moteurs électriques.

Optez pour un extincteur dont la cote minimale est de 2A 10B C.

Cette cote, inscrite sur l'étiquette, indique que l'extincteur a la capacité d'éteindre

Un feu de 0,06 m³ (2 pi³) de papier ou de bois. (2A)



Un feu de 0,9 m² (10 pi²) d'essence ou d'huile. (10B)



L'agent extincteur est non conducteur d'électricité. (C)



Lisez les instructions du fabricant.

Assurez-vous de pouvoir manipuler l'extincteur. Certains peuvent être lourds.

Comment l'installer

Avant de l'installer, lisez bien les instructions. N'attendez pas une situation d'urgence pour apprendre comment l'utiliser.

- ▶ Vérifiez que le sceau et l'indicateur de manipulation ne sont ni brisés ni absents.
- ▶ Placez l'extincteur bien en vue et près d'une sortie. Toutefois, il ne doit pas être trop près d'une source potentielle d'incendie comme la cuisinière et les appareils de chauffage.
- ▶ Assurez-vous que les directives de fonctionnement sur la plaque signalétique de l'appareil sont bien visibles.
- ▶ Installez-le à portée de main, mais hors de portée des enfants.
- ▶ Ne le déposez jamais au sol.
- ▶ Installez-le sur un support prévu à cette fin, à au moins 10 centimètres (4 pouces) du sol et à un maximum de 1,5 mètre (5 pieds).
- ▶ N'y suspendez pas de vêtements ou autres objets.
- ▶ Ne retirez pas l'étiquette indiquant la date de la dernière inspection ou du dernier entretien.

Comment l'entretenir

Tous les mois, les extincteurs doivent être soumis à une inspection visuelle.

- ▶ Vérifiez s'il est toujours à l'endroit désigné.
- ▶ Assurez-vous qu'il est bien visible et que son accès est bien dégagé.
- ▶ Vérifiez que les directives de fonctionnement sur la plaque signalétique de l'extincteur sont lisibles.
- ▶ Pesez ou soupesez-le afin de déterminer s'il est plein.
- ▶ Vérifiez si l'appareil porte des traces de rouille ou s'il est endommagé. S'il présente des signes de dégradation, de corrosion ou de fuite, ou encore d'obstruction des diffuseurs, vous devez vous en débarrasser (voir à la page 41 les consignes pour le jeter).
- ▶ Vérifiez la pression de l'extincteur : l'aiguille doit être dans le vert.
- ▶ Tous les ans, faites-le vérifier par une personne qualifiée.

N'appliquez pas de peinture ou tout autre produit sur l'extincteur portatif.

S'il est rechargeable, faites-le remplir tous les six ans et dès qu'il a été utilisé, ne serait-ce que quelques secondes. Si l'extincteur n'est pas rechargeable (usage unique), jetez-le après usage.





Comment l'utiliser

S'il y a un feu, faites d'abord évacuer le domicile, puis composez le 9-1-1.

Utilisez-le seulement sur un petit feu ou un feu naissant, si la pièce n'est pas remplie de fumée.

Assurez-vous d'abord d'être en sécurité.

- ▶ Retirez l'extincteur de son support.
- ▶ Soupez l'extincteur pour vous assurer qu'il est plein et vérifiez si l'aiguille du manomètre est dans le vert.
- ▶ Placez-vous entre le feu et une sortie, près de celle-ci.
- ▶ Approchez-vous à 2 ou 3 mètres (7 à 10 pieds) du feu. Évitez d'être trop près de celui-ci. Si le feu est à l'extérieur, placez vous dos au vent.
- ▶ Tirez la goupille en tournant et dégagez-la de son scellé au besoin.
- ▶ Décollez le boyau du cylindre, s'il y en a un, et orientez-le vers la base des flammes en appuyant à fond sur le levier.
- ▶ Faites des mouvements de gauche à droite à la base des flammes en couvrant la largeur du feu.
- ▶ Ne vous arrêtez que lorsque les flammes sont toutes éteintes ou que l'extincteur est vide.
- ▶ Évacuez les lieux si le feu ne s'éteint pas ou si la pièce se remplit de fumée.
- ▶ Composez le 9-1-1 si personne ne l'a fait et attendez l'arrivée des pompiers.

Saviez-vous qu'un feu double de volume toutes les minutes?

Appelez les pompiers, même si le feu semble éteint. Il pourrait s'être propagé dans les murs ou dans la hotte de la cuisinière.

Comment le jeter

Appareil jetable à poudre chimique :

- ▶ Videz-le à l'extérieur. Assurez-vous cependant de le faire lors d'une journée sans vent. C'est une occasion en or de vous pratiquer.
- ▶ Allez le porter dans un écocentre, où il sera recyclé.

Appareil jetable au halon :

- ▶ Retournez-le au fabricant ou au fournisseur de services.

Appareil rechargeable de plus de 12 ans ou endommagé :

- ▶ NE VIDEZ PAS l'appareil.
- ▶ Apportez-le au fournisseur de services, qui en fera l'inspection. Si l'extincteur n'est pas réutilisable, le fournisseur indiquera sur l'appareil, au poinçon, qu'il est irréparable.
- ▶ Le fournisseur de services devra obtenir votre autorisation pour le détruire. Vous pourrez aussi le retourner vous-même au fabricant.
- ▶ Les extincteurs portatifs ne doivent être utilisés que pour des feux naissants.

**N'OUBLIEZ PAS QU'EN CAS
D'INCENDIE, VOUS N'AVEZ QUE
TROIS MINUTES POUR SORTIR AVANT
D'ÊTRE ASPHYXIÉ PAR LA FUMÉE!**



LES BARBECUES AU PROPANE

L'utilisation du barbecue au propane comporte des risques importants de blessure, d'explosion et d'incendie. Il faut donc savoir comment l'utiliser, l'entretenir et l'entreposer en toute sécurité.



Transport de la bombonne en voiture

- ▶ Gardez la bombonne bien immobilisée en position debout.
- ▶ Assurez-vous que la valve de sécurité est bien fermée.
- ▶ Gardez une fenêtre ouverte ou le coffre entrouvert.
- ▶ Assurez-vous que les bombonnes de 20 kg (45 lb) sont munies d'un bouchon d'étanchéité.

Vérification du barbecue avant le premier usage de la saison

- ▶ Retirez toutes les pièces mobiles.
- ▶ Nettoyez l'intérieur et l'extérieur de l'appareil ainsi que les pièces mobiles.
- ▶ Aspergez les raccords d'eau savonneuse afin de déceler la présence de fuites.
- ▶ Faites remplacer les pièces défectueuses si des bulles se forment lors de l'ouverture du gaz : ces bulles confirment qu'il y a une fuite.
- ▶ Remplacez les bombonnes défectueuses ou âgées de plus de 10 ans en les remettant au distributeur de propane. Ne les jetez jamais au rebut, car elles pourraient exploser.

Utilisation du barbecue

- ▶ Lisez bien les instructions du fabricant.
- ▶ N'utilisez jamais un barbecue à l'intérieur.
- ▶ Laissez un mètre (trois pieds) entre le barbecue et la structure ou le mur.
- ▶ Pour démarrer le barbecue : ouvrez le couvercle, ensuite le gaz, puis un des boutons de contrôle et actionnez le bouton de démarrage.
- ▶ N'actionnez jamais le bouton de démarrage plus de deux fois.
- ▶ 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.
- ▶ Éteignez l'appareil en fermant d'abord le robinet de la bombonne et, ensuite, une fois la flamme éteinte, les boutons de contrôle.
- ▶ Après son utilisation, placez le barbecue loin d'une porte ou d'une fenêtre afin d'éviter l'infiltration de gaz dans la maison en cas de fuite.
- ▶ Ne laissez pas le barbecue dans un endroit frais et humide propice aux toiles d'araignée qui représentent un risque d'incendie dans les contrôles.
- ▶ N'entreposez jamais la bombonne à l'intérieur.

QUESTIONS SUGGÉRÉES POUR DISCUSSION

Connaissez-vous les risques associés à l'usage du barbecue?

Comment transportez-vous la bouteille de propane?

Avez-vous déjà utilisé le barbecue à l'intérieur de la maison?

Avez-vous des avertisseurs de monoxyde de carbone?



Quoi faire si le barbecue prend feu

- ▶ Fermez le robinet de la bombonne, si possible.
- ▶ Fermez le couvercle pour étouffer le feu.
- ▶ Composez le 9-1-1.
- ▶ Ne tentez pas d'éteindre le feu avec de l'eau. Utilisez un extincteur portatif approprié, comme celui à poudre de type ABC.
- ▶ Faites inspecter le barbecue par un professionnel avant de le réutiliser.

Quoi faire si la bombonne prend feu

- ▶ Si le feu se situe à la sortie du robinet de la bombonne, éloignez-vous rapidement et composez le 9-1-1. Ne tentez pas d'éteindre le feu.

Entreposage du barbecue

- ▶ Entrepochez le barbecue à l'intérieur, comme dans le cabanon, mais sans sa bombonne.
- ▶ Rangez la bombonne dehors en position debout dans un endroit qui est hors de la portée des enfants.

EN CAS D' INCENDIE



La négligence et l'imprudence sont les principales causes des incendies à la maison. L'avertisseur de fumée est le moyen le plus fiable pour vous alerter du feu.

Se protéger contre les incendies

- ▶ Installez un avertisseur de fumée à chaque étage.
- ▶ Assurez-vous de son bon fonctionnement une fois par mois et, au besoin, remplacez la pile.
- ▶ Remplacez vos avertisseurs tous les 10 ans ou avant s'ils sont défectueux.
- ▶ Installez un extincteur portatif, de préférence de type ABC, dans la cuisine.
- ▶ Dessinez un plan d'évacuation de votre domicile et prévoyez des façons d'évacuer, selon le cas, avec vos enfants ou des personnes à mobilité réduite ou si le feu survient la nuit.
- ▶ Exercez-vous, une fois par année, à évacuer votre domicile avec votre famille.

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'ouvrez pas une porte si elle est chaude au toucher.
- ▶ Faites sortir calmement et rapidement tous les occupants du domicile. Marchez à quatre pattes sous la fumée pour respirer moins de fumée toxique.
- ▶ Si le feu se déclare la nuit, enveloppez-vous de couvertures plutôt que de chercher vos vêtements.
- ▶ Rendez-vous à votre point de rassemblement. Ne retournez à l'intérieur en aucun cas.
- ▶ Verrouillez les portes de votre domicile.
- ▶ Empruntez le parcours indiqué par les autorités pour vous rendre au centre de services aux sinistrés.

- ▶ Enregistrez-vous à l'accueil du centre. Vos proches pourront ainsi vous joindre plus facilement.
- ▶ Si vous décidez de vous rendre chez des amis ou des proches, informez les autorités du centre de l'endroit où vous joindre.

En cas d'évacuation, comment se retrouver?

Lors de l'évacuation de votre domicile, il se peut que des membres de votre famille ne soient pas avec vous. Vous les retrouverez plus facilement si :

- ▶ Vous avez pris connaissance des directives en cas d'urgence de l'école et de la garderie de vos enfants. Vous saurez ainsi qui appeler pour savoir où ils sont.
- ▶ Vous avez convenu d'un lieu de rassemblement dans le cas où vos enfants ne seraient pas à l'école.

Si on vous demande de rester chez vous

À la maison, vous devez avoir suffisamment d'eau et de nourriture pour subsister pendant les trois premiers jours d'une situation d'urgence.

- ▶ Suivez les directives des autorités.
- ▶ Suivez les nouvelles à la radio, à la télévision ou sur Internet.

Si la situation l'exige :

- ▶ Calfeutrez les portes et les fenêtres avec du ruban adhésif plastifié.
- ▶ Éteignez tous les systèmes avec prise d'air extérieur (échangeur d'air, climatiseur, thermopompe, hotte de la cuisinière, sècheuse, etc.).
- ▶ Bouchez les prises d'air extérieures de ces systèmes avec des chiffons ou des linges humides pour empêcher les gaz toxiques de pénétrer dans votre domicile.



NUMÉROS D'URGENCE ET DE SUIVI

NUMÉROS D'URGENCE :

Urgence : **911**

Info Santé / Info social : **811**

Hydro-Québec : 1-800-790-2424

Croix-Rouge : 1-877-362-2433



VOS CONTACTS RAPIDE :

Deschambault-Grondines :

✉ incendie@deschambault-grondines.com

🌐 <https://deschambault-grondines.com/fr/services-aux-citoyens/securete-publique/securete-incendie>

St-Alban

✉ r.thibault@st-alban.qc.ca

🌐 <https://st-alban.qc.ca/fr/citoyens/securete-incendie>

St-Casimir

✉ patrick.auger@saint-casimir.com

🌐 <https://www.saint-casimir.com/fr/services-aux-citoyens/securete-incendie>

St-Marc-Des-Carières / St-Gilbert

✉ incendie@villestmarc.com

🌐 <https://st-marc-des-carrieres.qc.ca/fr/citoyens/securete-incendie>

St-Thuribe

✉ ssi@st-thuribe.net

🌐 <https://municipalites-du-quebec.ca/st-thuribe/securete-incendie.php>

Autres :

Sopfeu

🌐 <https://sopfeu.qc.ca>

Sécurité civile du Québec

🌐 <https://www.quebec.ca/securete-situations-urgence/securete-civile>

Hydro-Québec, bilan des pannes

🌐 <http://pannes.hydroquebec.com/pannes/bilan-interruptions-service/#bis>

480, rue Notre-Dame, Saint-Casimir | 418 339-3069
www.sportsplusst-casimir.com

pjsmecanique@hotmail.com

Alignement
 Air climatisé
 Diagnostic

650, boul. de la Montagne
 St-Casimir G3A 3L0
 418 339-2194

Rénovation
PETIT et MATTE inc.

Estimation gratuite
 MEMBRE DE RBQ : 5623-4537-01

TOITURES • REVÊTEMENT EXTÉRIEUR
RÉNOVATION DE TOUS GENRES

Denis Matte
 C. 418 284-9844
 courriel : renopetitmatte@outlook.com
 19, rue des Chutes, Saint-Alban, QC G0A 3B0

Daniel Petit
 C. 418 284-1730

EXTINCTEURS
ST-MARC INC.

Depuis plus de
25 ans

Vente
Rechargement
Inspection

Denis Matte **Daniel Petit**
 418 268-6741 418 284-1730

215, St-Dominique, St-Marc-des-Carières, QC G0A 4B0

Les Excursions de l'Ouest
 Rafting Familial

lesexcursionsdelouest.com
418 339-3410

Julie Moisan, Chantal Robitaille
et Joëlle Mailhot
 Pharmaciennes propriétaires affiliées à Brunet

T. 418 339-3456
 F. 418 339-2405
 C. b5514laboratoire@brunet.ca

415, boul. de la Montagne, St-Casimir

Centre du Mécano S.M. inc.

Mécanique générale
 • Mise au point • Alignement
 • Vente de pneus • Antirouille

Mécanique de motos
 • Harley Davidson • Performance
 • Modification esthétique

1790, BOUL. BONA-DUSSAULT, SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES • 418 268-6030
CENTREMECANOSM@TELUS.NET



Centre Mécanique AGH inc

131, rue du Parc Industriel, St-Marc-des-Carières
www.mecaniqueagh.ca

PATRICK AUGER,
propriétaire

pauger@mecaniqueagh.com

T. 418 268-5999

C. 418 283-4800



PIERRE DE TAILLE
PIERRE ABRASIVE
PIERRE PULVÉRISÉE
PIERRE À MURET
CHAUX AGRICOLE

SACS DE CALCO MAINTENANT
DISPONIBLES EN 20 KG

EMPLOIS :
Banque de
candidatures

- Opérateurs
- Mécaniciens
- Électriciens

Envoyez votre CV à :
infoportneuf@graymont.com

GRAYMONT (PORTNEUF)
100, rue Gauthier,
Saint-Marc-des-Carières,
Qc G0A 4B0
Tél.: 418 268-3584
www.graymont.com



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE LA RIVE NORD

Nos bureaux
595, boul. Bona-Dussault, Saint-Marc-des-Carières
211, avenue Saint-Jacques, Saint-Raymond
112, rue de l'Église, Donnacona

Nos salons
Donnacona, Notre-Dame-de-Montauban,
Notre-Dame-de-Portneuf, Saint-Marc-des-Carières, Saint-Raymond



www.cooprivenord.com

418 268-3575
info@cooprivenord.com