

Guide de prévention des incendies

2025-2027



À CONSERVER PRÉCIEUSEMENT

C'est le temps
d'un **Sprint**

Dépanneur



La Sarre

516, 2e rue Est



Centre de Rénovation



Home
hardware

Roberge & Fils Inc.

45, 7^e Avenue Est, La Sarre

T. 819 333-5405 C. 819 333-8050

F. 819 333-1264

homehardware.ca



AVANTAGE

CHRYSLER JEEP DODGE RAM

VÉHICULES NEUFS ET D'OCCASION

François Audet Lafleur, Propriétaire

83, 8^e Avenue E., La Sarre | 819 333-2277

f.lafleur@avantage05.ca

www.avantagechrysler.ca



GRAFXDESIGN

**VOTRE PARTENAIRE POUR VOS PROJETS
DE DESIGN ET PERSONNALISATION**

François Audet Lafleur & David Grad, Propriétaires

65, 8^e Avenue E., La Sarre | 819 333-5269

info@graphfxdesign.ca

www.graphfxdesign.ca

MROY
électricien

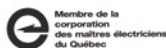
**Entrepreneur
électricien**

9179-2606 Québec inc.
Licence RBQ : 8346-1335

mario@mroyelectrique.com

641, 2^e rue Est, La Sarre

Tél.: 819 333-4509 • Cell.: 819 333-0779 • Téléc.: 819 333-4510



Tout le monde est le bienvenu!

La Maison St-André donne un coup
de main à la communauté **depuis 1991!**

- Aide à domicile
- Aide vestimentaire
- Aide alimentaire
- Aide communautaire

819 333-1133

440, Rue Principale
La Sarre (Québec) J9Z 1Z9
www.maisonstandreao.ca





Devenir pompière ou pompier

À TEMPS PARTIEL

**C'est se dépasser, relever des défis
et devenir un acteur important de la vie communautaire.**

Le service de sécurité incendie et sécurité civile de La Sarre est continuellement à la recherche de candidats souhaitant devenir pompières ou pompiers à temps partiel pour l'une de nos 7 casernes réparties dans les municipalités de La Sarre, Macamic, Poularies, Duparquet, Gallichan, Manébourg et Dupuy. La prévention incendie, sur l'ensemble du territoire de l'Abitibi-Ouest, relève du service de sécurité incendie et sécurité civile de La Sarre depuis le 1^{er} janvier 2025.

Répondre aux appels d'urgence en étant rémunéré. Travailler comme pompière ou pompier en vous voyant confier des tâches supplémentaires tout au long de votre formation.

Vous serez rémunéré pour suivre la formation de base de 260 heures.

Vous aimez le travail d'équipe dans un domaine stimulant? Vous êtes en bonne forme physique et aimeriez relever de nouveaux défis au service de votre communauté?

Pour devenir pompière ou pompier à temps partiel / sur appel au sein du regroupement incendie d'Abitibi-Ouest, vous n'avez qu'à remplir le formulaire d'application disponible au lasarre.ca/carrière ou nous envoyer votre CV au rh@ville.lasarre.qc.ca.

Restaurant **Léo PIZZA**

350, rue Principale
La Sarre (Québec) J9Z 1Z5

☎ 819 333-5806

Coiffure
Guylaine Provencher

Service de prothèses capillaires
personnalisé et discret

📍 LA SARRE 346, rue Principale
📍 ROUYN-NORANDA 66, rue Gamble O.

Prendre rendez-vous
819 333-2929
www.coiffureguylaineprovencher.ca

L'Accalmie
chez **Juliette**

819 279-3610
30, 4^e Avenue Ouest, La Sarre

CAFÉ | PÂTISSERIE | BOULANGERIE ARTISANALE
SALLE DE CONFÉRENCE | CHAMBRES (travailleurs/étudiants)

Clinique d'Orthothérapie
Mélanie Carreau

24, 6^e Avenue Est, La Sarre
819 333-7795

Reçus d'assurance | Membre RMPQ #18-5337

**REMORQUAGE
2000**

491, 2^e rue Est, La Sarre
(Québec) J9Z 2J2
mrouleau@remorquage2000.ca
819 339-2000




PATAGIUM
CONSULTANTS

RESSOURCES HUMAINES | SANTÉ & SÉCURITÉ
RELATIONS DE TRAVAIL | ÉQUITÉ SALARIALE

Éthan Leclerc **Antoine Bergeron**
MBA, CRIA CRHA
☎ 819 301-1675 ☎ 418 326-7025

Soyez prêt.



Nicol
www.nicol-auto.com | 819 333-5467



Sommaire

Devenir pompière ou pompier	3
Mot du directeur	7
Restez informé grâce aux Alertes citoyennes de La Sarre.....	8
Soyez branchés sur votre sécurité.....	9
Dessinez votre plan d'évacuation	14
Choisir, installer et vérifier ses avertisseurs de fumée	16
Le monoxyde de carbone tue! Protégez-vous	18
L'avertisseur de monoxyde de carbone	20
Pas de mégots dans les pots	24
L'extincteur portatif	24
Le ramonage	29
Feux extérieurs	30
Attention aux cendres chaudes	30
Les feux de cuisson	31
Les barbecues au propane	34
Trousse d'urgence	36
Quoi faire en cas de...	
Contamination ou pénurie d'eau potable	40
Vents violents.....	41
Incendie de forêt	42
Tempête hivernale	45
Panne de courant	47

Publication et rédaction : Service de prévention des incendies de la Ville de La Sarre

Régie publicitaire : Éditions Média Plus Communication

info@editionsmpc.ca • editionsmpc.ca

Photos : Ville de La Sarre, Adobe Stock et Freepik.com

Impression : Design Grafx

Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec 2025



Hamster

Buro Concept

370, rue Principale, La Sarre
Tél.: 819 333-2406



R.B.Q. 5689-0452-01 pierre@constsbreton.ca

Fondation • Coffrage

624, 2e rue Est - La Sarre, QC J9Z 2S5

 **ÉQUIPEMENTS
GÉLINAS**
ROBUSTESSE ET PERFORMANCE

**AGRICOLE • INDUSTRIEL
MINIER • RÉSIDENTIEL**

819 333-2481
EQUIPEMENTSGELINAS.CA



Tenue de livre
Gestion de la paie
Soutien administratif
Déclaration de revenu
Remise de rapport divers

*Les comptables
flyées*

Geneviève Bedard et Estelle Pagé

☎ 819 520-2574
📧 Les Comptables Flyées
✉ lescomptablesflyees@outlook.com

▶▶ **CENTRE HI-FI**
La Sarre

▶▶ 31, 5^e AVENUE EST, LA SARRÉ
819 333-6710

LES ENTREPRISES
J.G. Marcil inc.



- EXCAVATION ET DÉMOLITION
- TERRASSEMENT, DÉBROUSSAILLAGE
- TRANSPORT DE BOIS PAR AUTOCHARGEUR
- TRANSPORT DE MACHINERIE LOURDE (FARDIER)
- GRAVIER, SABLE, CONCASSÉ, TERRE NOIRE TAMISÉE
- CONSTRUCTION DE CHEMINS FORESTIERS
- MISE EN FORME

RBQ: 2163-6576-82 **819 333-5690**
C.P. 122, La Sarre, QC J9Z 2X4 • entjgmarcil@hotmail.com

DLS
Dépanneur La Sarre

Josée Thérberge, Prop.

Lundi au samedi
7h30 - 22h00
Dimanche
8h00 - 22h00

BONBONS EN VRAC • BIÈRES DE MICROBRASSERIE
PROPANE • VERS ET MENÈS • LOTO-QUÉBEC
CARTES-CADEAUX • FEUX D'ARTIFICES

☎ 819 333-2548 📍 DepanneurLaSarre
📍 53, rue Principale, La Sarre, J9Z 1W7


**Boston
Pizza**

819 333-3313

**32, ROUTE 111 EST
LA SARRÉ**

BOSTONPIZZA.COM | f





Mot du directeur

Chers citoyens et citoyennes,

La sécurité incendie et celle de nos citoyens est au cœur des efforts quotidiens de notre service. Tant par les visites de prévention faites par nos techniciens en prévention incendie que par la mise en place d'un plan de sécurité civile qui nous prépare à faire face à des situations d'exception qui pourraient survenir sur notre territoire. Par contre, le citoyen demeure la première personne responsable de sa sécurité.

Chaque geste compte : de l'installation d'avertisseurs de fumée à l'élaboration d'un plan d'évacuation familial, ces actions simples peuvent faire toute la différence. En étant bien informés et mieux préparés, nous contribuons ensemble à la sécurité de nos municipalités.



Nous tenons également à souligner l'implication précieuse de nos entreprises locales, dont le soutien permet la production et la distribution gratuite de ce guide. Cet engagement collectif démontre que la prévention est l'affaire de tous.

Merci de prendre le temps de lire et d'appliquer ces conseils. Votre vigilance et votre préparation sont nos meilleurs alliés pour un milieu de vie plus sécuritaire.

Luc Goudreau

Directeur sécurité incendie et sécurité civile (SSISC).

Restez informé grâce aux **Alertes citoyennes de La Sarre**



Pour suivre l'évolution des urgences et des enjeux de sécurité publique, abonnez-vous aux Alertes citoyennes de la Ville de La Sarre. Ce service vous permet de recevoir des informations pertinentes selon vos intérêts, tout en renforçant les communications entre la municipalité et ses citoyens.

Grâce à une gestion centralisée, vous recevrez des avis d'urgence, des notifications spontanées, des rappels périodiques, directement sur votre téléphone (par SMS), dans votre boîte courriel ou via des messages automatisés.

La plateforme vous permet également de rester à l'affût des dernières nouvelles concernant :

les services municipaux urgents, les travaux publics, la culture, les sports et loisirs.

Inscrivez-vous dès maintenant sur
citoyen.lasarre.ca



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 camoufflez 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.





Soyez branchés sur votre sécurité

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-matin.
- » 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.

Éclairez-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 chaufferettes portatives d'appoint

- » Placez la chaufferette loin des meubles, des rideaux et des autres tissus et matériaux combustibles.
- » Évitez de placer la chaufferette 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 chaufferette directement dans une prise de courant. N'utilisez pas de cordon de rallonge.
- » N'utilisez pas de chaufferette 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**





Dessinez votre plan d'évacuation

AVERTIS, PRÊTS, SORTEZ!

- » 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

- » 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, si c'est le cas, les jeunes enfants ainsi que 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, les vélos 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.

Vos sorties doivent être accessibles en tout temps!



Saviez-vous que les décès dans les incendies surviennent surtout la nuit pendant que tout le monde dort?

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.jeunesse.securitepublique.gouv.qc.ca/jeunes/.

Préparer un plan d'évacuation, c'est rassurant!



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.





Ils ne sont pas... éternels

UN AVERTISSEUR QUI FONCTIONNE, ÇA SONNE!

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!



Le monoxyde de carbone tue!

PROTÉGEZ-VOUS

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 provient 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.

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.

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.

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.

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

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 carbone, de gaz naturel et de propane). Les prix varient généralement de 25 \$ à 70 \$.

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).



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.



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.

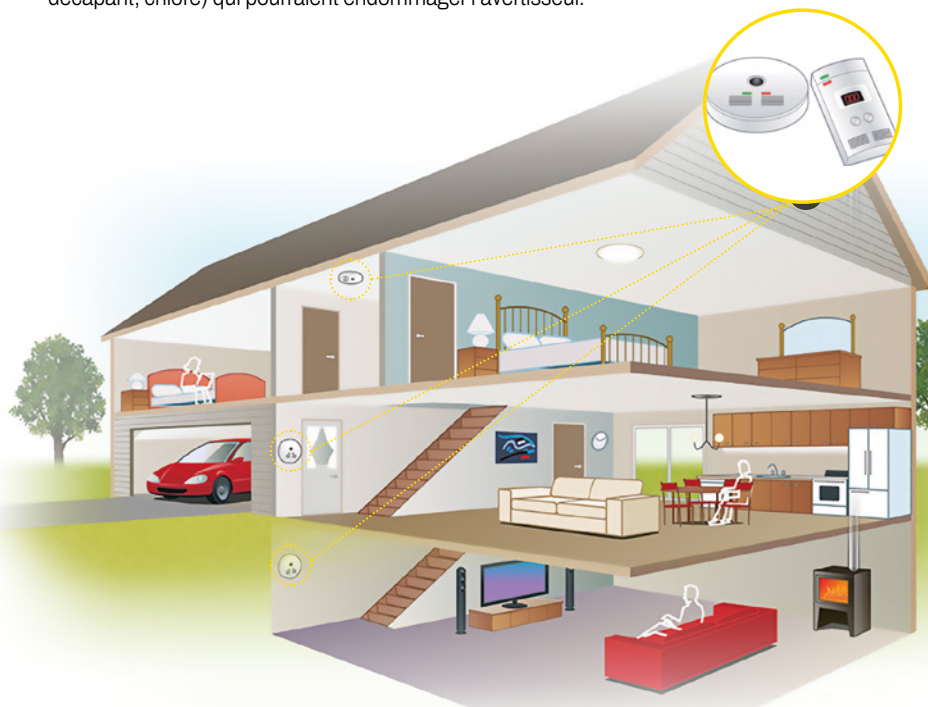
L'avertisseur de monoxyde de carbone

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.





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.

Pas de mégots dans les pots

DANS LES POTS

La saison estivale est synonyme de verdissement et d'embellissement pour de nombreux citoyens et commerçants. En ce sens, plusieurs en profiteront pour aménager leurs espaces de vie en y ajoutant des fleurs et des plantes afin de les rendre plus conviviaux.

Mais saviez-vous que la terre noire, le paillis ou toute autre matière similaire sont composés de tourbe, de mousse et de copeaux qui sont des sources potentielles d'incendie lorsqu'elles sont en contact avec une source de chaleur? La campagne *Pas de mégots dans nos pots* vise à sensibiliser la population sur les risques d'éteindre ses cigarettes dans les pots de fleurs. Chaque année, plusieurs incidents sont liés à des mégots éteints dans ces terreaux, causant des dommages importants.

Savez-vous qu'il peut s'écouler jusqu'à 4 ou 5 heures entre le moment où une cigarette y est écrasée et l'apparition d'une première flamme? C'est pourquoi le Service de prévention des incendies de La Sarre vous rappellent de faire preuve de vigilance lorsque vous éteignez vos cigarettes. De tels incidents peuvent toutefois facilement être évités. Si vous devez éteindre un mégot à l'extérieur, utilisez un cendrier protégé du vent et déposé sur une surface stable.

Rendez-vous au www.lasarre.ca/services-aux-residents/securite-civile-et-prevention/ pour des conseils de prévention pouvant vous permettre de réduire les risques d'incendie à la maison.



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 négliger : 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).

L'extincteur doit avoir une capacité minimum de 2A10BC, l'équivalent d'un format de 4 ou 5 livres (selon le manufacturier).

Choisissez un extincteur à poudre polyvalente :

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



Matières combustibles	Bois, tissus, papier, plastique et caoutchouc
Liquides inflammables et gaz	Gaz inflammables, propane, solvants, huiles et alcool
Appareils électriques	Ordinateur et télécopieur
Métaux combustibles	Magnésium, titane, sodium, lithium et potassium
Huile de cuisson	Huiles, graisses végétale et animale

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.





**Votre forêt,
notre fierté.**

SYLVICULTURE EN FORÊT PRIVÉE



**GROUPEMENT FORESTIER
COOPÉRATIF ABITIBI**

GFCABITIBI.CA • 819 339-2083



**Service
PROPANE**



**Si c'est au Propane,
on s'en occupe!**



**819 333-8311
servicepropane.ca**



**GRANULES DE BOIS
PRODUITS MANUFACTURIERS**



**Gestion Forestière
Abitibi inc.**

Présent dans vos
foyers pour vous
tenir au chaud



Scannez moi

f 819-333-5566



**NOTRE MISSION:
VOTRE ENTIÈRE
SATISFACTION!**

**SERVICE
PROFESSIONNEL DE
COURTAGE IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL**



**Daniel Richard • 819 339-1971
Courtier immobilier agréé DA
Daniel Richard courtier inc.**

**Marie-Claude Dumont • 819 339-1858
Courtier immobilier résidentiel**



**REMAX
HARRICANA**

BUREAU DE LA SARRE

📍 99 5e avenue Est
La Sarre, J9Z 3A8

☎ 819-301-5454

🌐 remax-harricana.com




West Fraser

**Mieux construire
avec des produits
de bois renouvelable**

819 333-5464 • westfraser.com

TRACTION

**PLUS DE 500 000 PIÈCES
DISPONIBLES POUR
CAMION ET REMORQUE**

Traction La Sarre
18 9 Ave E. La Sarre
Quebec J9Z 1P2
819-333-2211

www.traction.com

ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ

CONSTRUCTION | RÉNOVATION •
TOITURE •
REVÊTEMENT EXTÉRIEUR •
PORTES ET FENÊTRES •
FINITION EXTÉRIEURE •

**P-L
LAROUCHE
CONSTRUCTION INC.**

PIERRE-LUC
LAROUCHE
PROP.

819 333-6667 • pllaroucheconstruction@gmail.com

Si c'était facile de voir la violence
conjugale quand elle s'installe,
tout le monde la verrait.
#ÇaSuffitÇaAussi

On est là pour en parler.
1 800 363-9010
438 601-1211 (texto)

SOS
VIOLENCE
CONJUGALE

SERVICES 24/7
GRATUITS
BILINGUES
ANONYMES
CONFIDENTIELS

**LECLERC
denturologiste**

VALÉRIANE LECLERC, D.D.
Denturologiste

☎ 819 333-6332
📍 12, 6^e Avenue Est
La Sarre, QC J9Z 1L6
🌐 www.leclercdenturologiste.com
📱 /LeclercDenturo

Desjardins
Caisse de l'Abitibi-Ouest

Parents Amis
ASSOCIATION
PANDA
ABITIBI-OUEST

📍 257, rue Principale
C.P. 231, La Sarre, J9Z 2X5

TDAH
ÉCLAIRER
OUTILLER
PROPULSER

INTERVENANTS

pandaabitibiouest.com 819 333-8190 Association PANDA Abitibi-Ouest

L'extincteur portatif

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

Le ramonage



Plus de 1 000 feux* de cheminée surviennent en moyenne chaque année au Québec.

Ils représentent une source potentielle d'incendie de bâtiment qui pourrait causer d'importantes pertes matérielles et humaines. Par conséquent, il est important de confier l'installation d'un nouvel appareil de chauffage à un professionnel du domaine. **Il faut également s'assurer d'un entretien régulier de l'appareil et de ses composantes.**

Le ramonage contribue à prévenir les incendies. Il permet aussi :

De prévenir les intoxications au monoxyde de carbone en permettant une meilleure évacuation de la fumée et des gaz toxiques ou nocifs;

- » D'éliminer la suie et les dépôts inflammables (créosote) qui se sont accumulés dans la cheminée;
- » D'optimiser l'efficacité de l'appareil de chauffage et de permettre une économie de combustible;
- » Au professionnel du ramonage de détecter la présence de bris ou de détérioration du système de chauffage et de ses composantes.

Un ramoneur professionnel devrait détenir les connaissances et l'expertise pour détecter des problèmes liés aux installations. Il devrait être en mesure de vous conseiller quant à l'utilisation et à l'entretien propres à chaque appareil en plus de posséder l'équipement, les outils et les vêtements de protection nécessaires pour effectuer un ramonage efficace en toute sécurité. Le registre des détenteurs de licence de la Régie du bâtiment du Québec peut être consulté afin de trouver ou de vérifier certaines informations sur un entrepreneur. Vous pouvez également vous informer auprès des différentes associations de l'industrie du chauffage.

Qu'est-ce que la créosote?

La créosote est un dépôt formé par la fumée résultant d'une combustion incomplète ou d'une mauvaise combustion du bois. Elle s'agrippe aux parois de la cheminée et est très inflammable. Seul un ramoneur professionnel peut l'éliminer efficacement.

Comment prévenir la formation de la créosote?

Il est impossible d'empêcher complètement la formation de créosote lorsqu'on brûle du bois. **Cependant, il est possible de limiter sa formation en adoptant ces quelques bonnes habitudes :**

- » Débutez votre attisée par des flammes ardentes (chaleur vive);
- » Brûlez du bois sec;
- » Utilisez des bûches de petite taille. Elles brûleront plus proprement, formant ainsi moins de créosote.

** Source : ministère de la Sécurité Publique. Faits saillants sur les statistiques incendies déclarés de 2016 à 2018*

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 l'éteindre 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 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 mètre 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.



Les feux de cuisson

Voici quelques points à aborder au sujet des feux de cuisson.

Généralités

- » Toujours surveiller les aliments qui cuisent;
- » Utiliser une minuterie;
- » Si l'on doit quitter la cuisine ou son domicile, fermer les appareils de cuisson;
- » Éviter de cuisiner si l'on a consommé trop d'alcool, de médicaments ou de drogues;
- » Ne pas ranger d'objets dans le four ni sur le dessus de la cuisinière;
- » Garder un extincteur portatif à l'entrée de la cuisine et apprendre à l'utiliser.

Prévenir les feux de cuisson

- » Ne jamais chauffer d'huile dans un chaudron pour faire de la friture, peu importe le type de chaudron. Utiliser plutôt une friteuse thermostatique;
- » Pour cuire les aliments, utiliser un récipient dont le diamètre est plus grand ou égal à l'élément chauffant sur la cuisinière. Un débordement de nourriture sur l'élément pourrait provoquer un incendie;
- » Avoir un couvercle à portée de la main. Si ce n'est pas celui du récipient, s'assurer qu'il peut le couvrir en totalité;
- » Conserver les articles en papier ou en plastique et les tissus loin des éléments chauffants;
- » Garder les mitaines de four à portée de main, mais à une certaine distance des éléments chauffants;
- » Nettoyer régulièrement les appareils de cuisson et la hotte de cuisine. Une accumulation de graisse représente un danger d'incendie.

Prévenir les brûlures

- » Éloigner les enfants et les animaux des appareils de cuisson lorsqu'ils sont allumés;
- » Porter des vêtements ajustés. Éviter les manches longues et amples qui peuvent prendre feu;
- » Orienter les poignées des chaudrons ou des casseroles vers l'intérieur de la cuisinière;
- » Utiliser les mitaines pour sortir les plats du four;
- » Poser les plats très chauds loin du bord du comptoir de cuisine ou de la cuisinière pour éviter qu'ils soient renversés accidentellement;
- » Faire attention de ne pas trébucher lors du transport des plats chauds. Éviter les carpettes et les tapis qui n'adhèrent pas bien au plancher.

Réchaud à fondue

- » Poser le réchaud à fondue sur une surface incombustible. Éviter les nappes et les napperons;
- » Dégager quelques centimètres autour du réchaud;
- » Si un réchaud à fondue électrique est utilisé, attacher le cordon d'alimentation à une patte de la table. Garder le cordon hors de portée des enfants;
- » Éloigner le cordon ou la fiche de l'eau ou de tout autre liquide;
- » S'assurer que le brûleur est bien refroidi avant de le remplir. Ne jamais le faire lorsqu'il est chaud. Idéalement, utiliser un second brûleur;
- » Remplir le brûleur du combustible recommandé. Utiliser les capsules de gel combustible seulement dans un brûleur prévu à cette fin;
- » Utiliser un couvercle en métal pour éteindre le brûleur;
- » Laisser brûler complètement le combustible liquide. Éviter de déplacer le brûleur qui contient encore du combustible liquide, même éteint;
- » Attendre que le contenu de la casserole à fondue ait refroidi avant de le déplacer;
- » Remplacer la casserole si elle présente des signes d'usure.

Friteuse

- » Utiliser une friteuse certifiée CSA ou ULC munie d'un thermostat. Ne jamais utiliser un chaudron, quel qu'il soit;
- » Lire les instructions avant de l'utiliser et de la ranger;
- » Chauffer l'huile lentement;
- » Éteindre immédiatement une fois la cuisson terminée.

Friteuse à air chaud

Les bonnes pratiques reste de mise. Assez populaires, les friteuses à air chaud «air fryers» sont pratiques sur bien des aspects. Par contre, l'utilisation de cet appareil n'est pas exempte de risques d'incendie ou de brûlure. En tout temps, lorsque vous cuisinez, il est fortement recommandé de :

- » S'assurer que la surface de cuisson n'est pas en fonction si la friteuse à air chaud est déposée sur celle-ci;
- » Garder l'aire de cuisson propre;
- » Essuyer les appareils et les surfaces de cuisson afin d'éviter l'accumulation de graisse;
- » Éviter les vêtements amples lorsque vous cuisinez;
- » Être conscient des objets inflammables qui se trouvent à proximité.



Micro-ondes

- » Ne pas faire cuire les aliments trop longtemps. Éviter la cuisson à grande friture. Surveiller l'appareil si des plats en papier, en plastique ou en toute autre matière combustible sont placés dans le four pour faciliter la cuisson;
- » Ne pas faire chauffer un sac magique plus longtemps qu'indiqué sur l'étiquette, sinon il peut prendre feu. Se méfier particulièrement des sacs de confection artisanale;
- » Éviter d'utiliser du papier aluminium et des composantes métalliques comme les attaches métalliques pour les sacs. Un incendie est susceptible de se produire à l'intérieur de l'appareil.

Poêle à raclette, plaque chauffante, gaufrier, four de comptoir

- » Si l'appareil est placé sur la table de cuisine, attacher le cordon d'alimentation à une patte de la table. Garder le cordon hors de portée des enfants;
- » Éloigner le cordon ou la fiche de l'eau ou de tout autre liquide;
- » Laisser refroidir l'appareil avant de le déplacer.

Que faire en cas de feu de cuisson

Sur la cuisinière

- » Ne jamais déplacer un récipient dont le contenu est en flammes;
- » Placer un couvercle de dimension appropriée sur le récipient pour éteindre le feu. Si possible, utiliser une mitaine de four afin d'éviter les brûlures;
- » Ne jamais éteindre un feu de cuisson avec de l'eau;
- » Si possible, fermer les éléments chauffants, même ceux du four;
- » Fermer la hotte de cuisine;
- » Appeler les pompiers, même si le feu semble éteint;
- » Faire inspecter la cuisinière avant de la réutiliser.

Dans un appareil électrique comme un four de comptoir ou un micro-ondes

- » Annuler la commande de cuisson;
- » Laisser la porte de l'appareil fermée;
- » Débrancher l'appareil si le cordon d'alimentation est accessible;
- » Appeler les pompiers, même si le feu semble éteint;
- » Faire inspecter l'appareil avant de le réutiliser.

Si le feu de cuisson ne se propage pas, mais qu'il y a de la fumée

- » Ouvrir les fenêtres et les portes pour ventiler;
- » Évacuer car la fumée est toxique;
- » Appeler les pompiers.

Si le feu de cuisson se propage

- » Évacuer tous les occupants du bâtiment;
- » Fermer les portes et les fenêtres en se dirigeant vers la sortie;
- » Appeler les pompiers.



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 bonbonne en voiture

- » Gardez la bonbonne 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 bonbonnes 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 bonbonnes 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. Fermer le gaz et recommencer les instructions de démarrage;

Fiche d'information : Le barbecue au propane

Conseils de prévention : Un brasier dans la cuisine, Printemps... rime avec prudent!, Passez l'été... bien protégé

Dépliant : Calculez le Q.I. de votre logis Collaboration Service de sécurité incendie et civile des Régies.



- » 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 bonbonne 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 le panneau de contrôles.

Quoi faire si le barbecue prend feu

- » Fermez le robinet de la bonbonne, 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 bonbonne prend feu

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

Entreposage du barbecue

- » Entrez le barbecue à l'intérieur, comme dans le cabanon, mais sans sa bonbonne;
- » Rangez la bonbonne dehors en position debout dans un endroit qui est hors de la portée des enfants. N'entrez jamais la bonbonne à l'intérieur.



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.

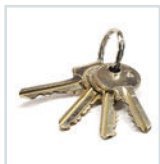
2

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.
- » 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





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 rechange.
- Lampe de poche – piles de rechange.
- 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 rechange.
- » 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.

Nathalie Gingras
ngingras@cgnotaires.com

Lyne Carreau
lcarreau@cgnotaires.com

Audrey-Anne Mercier
aamercier@cgnotaires.com

Krystina Couture
kcouture@cgnotaires.com



Carreau
& Gingras
notaires inc.

Notaires

☎ 819 333-5579

299, 2^e rue Est, La Sarre, J9Z 2H1



**FROMAGERIE
NORDIQUE**

604, 2^e rue Est
La Sarre (Québec) J9Z 2S5

819 333-1121
vacheamaillotte.com

C'EST PAS PARCE QUE
ÇA NE PARAÎT PAS
QUE ÇA N'EXISTE PAS.



SOS

**VIOLENCE
CONJUGALE
1800 363-9010**

Les immeubles
EXCELL

☎ 819 333-2348

✉ gael@immeublesexcell.com

📍 122, 5^e avenue Est
La Sarre (Québec) J9Z 2Y1

www.immeublesexcell.com

Parce qu'on travaille **POUR VOUS** avant tout!

**Un seul arrêt pour
tous vos besoins**

Carburant
Lubrifiant
FED
Propane

Antigel
Liquide lave-glace
Solvant

1800 363-2712
harnoisenergies.com

Harnois
Énergies

Harnois





Trousse d'urgence



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 rechange.
- » 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 trousses 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.



SÉCURITÉ CIVILE

Quoi faire en cas de...

CONTAMINATION OU PÉNURIE D'EAU POTABLE

Vous n'êtes pas à l'abri d'une contamination ou d'une pénurie d'eau potable dans votre municipalité. Une contamination peut survenir à la suite de bris d'aqueduc, d'inondations, de déversements de produits chimiques ou de la présence d'algues bleu-vert dans un plan d'eau servant de réservoir d'eau potable.

Une pénurie d'eau potable peut être causée par une panne d'électricité prolongée ou par une importante sécheresse.

Que faire lors d'un avis de contamination diffusé dans votre municipalité?

- » Suivez les directives transmises par les autorités, en particulier celle concernant l'ébullition de l'eau. Dans certains cas de contamination, vous devez boire uniquement de l'eau embouteillée.
- » Faites analyser l'eau de votre puits (si vous en avez un) et assurez-vous qu'il est désinfecté.

Des doutes sur la qualité de l'eau de votre robinet?

Téléphonez à votre municipalité. Sachez qu'elle prélève des échantillons dans son réseau d'aqueduc afin de s'assurer que l'eau est sans risque pour votre santé.

Que faire lors d'une pénurie d'eau potable?

Suivez les directives de la municipalité ou des autorités de santé publique. Elles vous renseigneront sur l'état de la situation et sur la façon de vous procurer de l'eau potable.



Quoi faire en cas de...

VENTS VIOLENTS

Les orages, les tempêtes et les tornades se caractérisent par des vents violents qui peuvent causer des dégâts importants et même des décès. Soyez prévoyants et limitez les dangers de ces phénomènes météorologiques!

En cas d'alerte météorologique de vents violents, **suivez les messages d'alerte météorologique à la radio, à la télévision ou sur Internet**. Vous pouvez remiser et attacher solidement tout ce que le vent pourrait emporter :

- » meubles de jardin;
- » barbecue;
- » boîtes à ordures;
- » antenne parabolique.

Ayez votre trousse d'urgence prête.

- » Coupez et ramassez régulièrement les branches d'arbre mortes sur votre terrain. Si vous avez des arbres à proximité de fils électriques, communiquez avec Hydro-Québec ou votre entreprise locale de distribution électrique.

Que faire 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, une garde-robe ou sous un meuble solide.
- » Éloignez-vous des portes et des fenêtres.
- » Évitez de prendre l'ascenseur si vous habitez un immeuble d'appartements.
- » Évacuez votre maison mobile, car elle pourrait être emportée par le vent.

Que faire si vous êtes dehors?

- » Cherchez à vous réfugier 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, dans un fossé ou un repli de terrain. Couchez-vous face contre le sol et protégez votre tête avec vos mains.

Que faire si 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 ou votre entreprise locale de distribution électrique.
- » N'entrez jamais dans un édifice endommagé par les vents.
- » Soyez attentif à la qualité de l'eau potable, surtout après des pluies abondantes.



SÉCURITÉ CIVILE

Quoi faire en cas de...

INCENDIE DE FORÊT

Que vous soyez amateur de plein air en forêt ou que vous habitiez dans une zone boisée, vous devez faire attention aux incendies de forêt. Ceux-ci peuvent causer des pertes matérielles considérables et même des décès. Vous pouvez prévenir les incendies de forêt en suivant les règles de sécurité suivantes.

Vous allumez un feu en forêt...

Avant d'allumer, informez-vous du danger d'incendie et des mesures préventives auprès des médias, de la Société de protection des forêts contre le feu ou sur les panneaux d'inflammabilité à l'entrée des parcs et des zones d'exploitation contrôlée (Zec).

Observez les trois règles de sécurité suivantes pour prévenir un incendie de forêt :

1 Préparez adéquatement l'emplacement du feu

- » Choisissez un site dégagé, loin des arbres et de préférence près de l'eau.
- » Nettoyez le sol jusqu'à la terre franche.
- » Faites un feu de petite dimension et évitez de l'allumer par temps venteux.
- » Ayez, à proximité, le bois servant à l'alimenter.

2 Surveillez le feu minutieusement

- » Assurez une surveillance constante. Désigner une personne responsable constitue un excellent moyen.
- » Ayez de l'eau et des outils manuels à proximité, pour intervenir au besoin.

3 Éteignez le feu convenablement

- » Arrosez généreusement.
- » Brassez les braises, ce qui favorisera la pénétration de l'eau.
- » Attendez quelques minutes et répétez l'opération.
- » Finalement, recouvrez les cendres de sable ou de terre.

Vous habitez une zone boisée... En période de sécheresse :

- » Respectez les avis d'interdiction de feu à ciel ouvert ou la réglementation municipale.
- » Nettoyez les abords de la maison en éliminant ou en éloignant tout ce qui peut brûler et propager le feu : bois de chauffage, herbes sèches, buissons, jouets, etc.
- » Grillagez la cheminée et tous les conduits de fumée.
- » Branchez un tuyau d'arrosage.
- » S'il n'y a pas d'aqueduc, faites une provision d'eau dans une citerne.
- » Établissez un plan d'évacuation avec tous les membres de votre famille et prévoyez un lieu de rassemblement.
- » Informez-vous auprès des autorités municipales ou du service de sécurité incendie de votre localité sur la marche à suivre en cas d'incendies de forêt ou d'évacuation.
- » Entendez-vous avec vos voisins pour vous entraider en cas d'urgence.
- » Suivez les bulletins météo et l'indice d'inflammabilité à la radio, à la télévision ou, s'il est accessible, sur Internet.
- » Préparez-vous lorsque le risque d'incendie de forêt se précise.

En cas d'évacuation

- » Si vous avez le temps, arrosez abondamment le terrain autour de votre maison, de même que le toit, au moyen d'un tuyau ou de gicleurs.
- » Débranchez les entrées de gaz propane ou de gaz naturel.
- » Coupez l'alimentation électrique.
- » Rassemblez tous les membres de votre famille et rendez-vous à l'endroit prévu dans votre plan d'évacuation.
- » Si vous décidez de vous rendre chez des amis ou des parents à l'extérieur de la zone menacée, informez les autorités municipales de l'endroit où vous joindre.

Comment respirer si les vents poussent une épaisse fumée dans votre direction?

- » Respirez à travers un linge mouillé. Montrez aux enfants à tenir le linge devant leur bouche et leur nez pour éviter d'inhaler la fumée.
- » Si vous avez des problèmes de santé, particulièrement des maladies cardiaques ou respiratoires, rendez-vous à un centre d'hébergement dès l'apparition de la fumée.

Pour en savoir plus ou pour avoir des directives bien adaptées à votre région, informez-vous auprès de votre service de sécurité incendie ou de la Société de protection des forêts contre le feu (SOPFEU).



Quoi faire en cas de...



Comment protéger votre habitation des incendies de forêt?

INCENDIE DE FORÊT

- » Faites une zone coupe-feu de 10 m autour de votre chalet en retirant les matières inflammables.
- » Laissez 5 m entre vos arbres et élaguez-les de 2 m à partir du sol.
- » Pour les murs de votre chalet, privilégiez la tôle ou la brique.
- » Munissez votre cheminée ou votre poêle d'un pare-étincelles.
- » Pour le toit de votre chalet, privilégiez le métal ou la fibre de verre.
- » Avant de faire un feu, choisissez un endroit dégagé, à l'abri du vent et près de l'eau.
- » Assurez une surveillance constante de votre feu, sans quitter les lieux.
- » Au moment d'éteindre votre feu, arrosez deux fois plutôt qu'une et recouvrez les cendres de sable.
- » Si vous faites un feu de camp ou un brûlage, gardez pelle, seau d'eau ou râteau à proximité.
- » Consultez le danger d'incendie pour l'endroit où vous vous rendez, la situation peut changer rapidement
- » Si vous souhaitez faire le ménage de votre terrain, privilégiez le compostage.
- » Avant de faire un brûlage, attendez en fin de journée et assurez-vous qu'il n'y ait pas de vent.
- » Les combustibles légers tels que les feuilles mortes et brindilles peuvent se transporter rapidement sur une grande distance.
- » Avant de faire un brûlage, renseignez-vous auprès de votre municipalité, elle exige peut-être un permis.
- » Si vous fumez en forêt, choisissez un endroit dégagé et éteignez votre mégot sur une roche ou en l'enfouissant dans le sol.
- » **Pour signaler un incendie de forêt, composez le 1 800 463-3389 (FEUX).**

Près de 500 incendies sont dus à l'activité humaine annuellement. À cet égard, les statistiques montrent qu'environ 70 % des incendies sont causés par l'humain.

Le danger d'incendie est évalué à partir des relevés des stations météorologiques réparties sur le territoire québécois. Il donne une indication sur la facilité d'allumage du combustible de même que sur la difficulté à contrôler un éventuel incendie, en regard de la vitesse de propagation et de la quantité de combustible disponible.



SÉCURITÉ CIVILE

Quoi faire en cas de...

TEMPÊTE HIVERNALE

Suite à l'annonce d'une tempête hivernale, il est important de se rappeler que les chutes de neige abondantes, la pluie verglaçante, les vents forts et la poudrière peuvent présenter des risques pour les personnes et les biens, et causer des interruptions d'activités ou de services essentiels pour les collectivités.

Comment bien se préparer à une tempête hivernale ?

S'informer

- » Renseignez-vous sur l'état de la situation et les consignes en vigueur en consultant notre site Web et nos médias sociaux, si vous y avez accès.

Préparer les essentiels avant la tempête

- » Ayez votre trousse d'urgence prête (p.36)
- » Assurez-vous que vos cellulaires (et vos chargeurs portatifs) soient chargés;
- » Prévoyez une trousse d'urgence facile à emporter si jamais vous deviez quitter rapidement votre domicile.
- » Risque de pannes de courant (p.47)

Sécuriser les issues de secours

- » Assurez-vous que vos fenêtres sont accessibles, qu'elles peuvent servir de sorties de secours, et que toute la famille puisse les atteindre et sache comment les ouvrir.



Quoi faire en cas de...

Pendant la tempête : comment agir ?

TEMPÊTE HIVERNALE

En cas de déplacement

- » Si vous devez vous déplacer ayez toujours sur vous une pièce d'identité, de l'argent, vos clés de voiture et de maison.

En voiture

- » Si les conditions routières sont difficiles, ne vous déplacez qu'en cas d'absolue nécessité ;
- » Ayez votre trousse d'urgence de voiture prête.
- » Si vous avez des animaux, prévoyez une cage de transport, une laisse, photo permettant de les identifier, bols et ustensiles, litière, couverture et jouet.

À pied

- » Soyez prudent lors de vos déplacements à pied. Utilisez des dispositifs antidérapants, tels des crampons à enfiler sur les bottes, pour éviter de déraiper sur les surfaces glissantes et de vous blesser.
- » Vérifier le bien-être des proches
- » Si possible, appelez les personnes de votre entourage qui vivent seules ou qui ont des problèmes de mobilité pour vous assurer de leur bien-être.

Sécurité à l'intérieur

N'utilisez jamais des appareils à combustible à l'intérieur, tels que des appareils de chauffage ou d'éclairage d'appoint, des génératrices à essence, des barbecues ou des réchauds de camping (risque d'intoxication au monoxyde de carbone).

Attention au pelletage

Évitez de pelleter après avoir mangé. Un estomac plein peut exercer de la pression sur le cœur pendant une activité physique intense. Prenez des pauses pour reposer vos muscles et votre cœur. **En cas de panne de courant, référez-vous à la p. 47.**

En cas d'urgence ou de sinistre

N'oubliez pas, quand situation d'urgence ou de sinistre, vous êtes la première personne responsable de votre sécurité et de celle de votre famille ainsi que de la sauvegarde de vos biens. En cas de sinistre, les municipalités sont toutefois responsables d'aider les citoyens touchés et mettent en œuvre les mesures nécessaires.



SÉCURITÉ CIVILE

Quoi faire en cas de...

En cas de panne de courant en hiver

PANNE DE COURANT

Les pannes d'électricité sont normalement de courte durée.

En hiver, en cas de longues pannes, les inconvénients sont plus graves pour votre santé et votre sécurité.

Que devez-vous faire si vous perdez l'électricité quelques heures ou plusieurs jours?

Comment 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.

Que faire pendant une panne de courant?

- » 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.

Quoi faire en cas de...



SÉCURITÉ CIVILE

Prenez garde...

PANNE DE COURANT

Plusieurs appareils augmentent le risque d'incendie et dégagent du monoxyde de carbone, un gaz inodore, incolore et mortel. 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 chauffeuses de camping ou les poêles au propane.

Si vous utilisez une génératrice

- » Suivez les instructions du fabricant;
- » Fermez l'interrupteur principal de courant avant de brancher la génératrice ;
- » Installez-la à l'extérieur, sur une base surélevée et non par terre, en l'abritant des intempéries ;
- » Assurez-vous que les câbles ne touchent pas l'eau et que les pinces de branchement 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.

Si la panne se prolonge quelques jours... Quittez votre domicile s'il y fait trop froid. Si vous ne savez pas où aller, communiquez avec votre municipalité. N'oubliez pas d'emporter votre trousse d'urgence. Avant de partir :

- » Fermez l'entrée d'eau et vidangez la tuyauterie. Mettez de l'antigel dans les toilettes et les renvois d'éviers et de lavabos;
- » Coupez l'entrée principale d'électricité et de gaz.



Que faire lorsque l'électricité revient?

- » Assurez-vous que le chauffe-eau est rempli avant de rétablir le courant ;
- » Rétablissez le courant électrique en ouvrant l'interrupteur principal ;
- » Ouvrez l'entrée d'eau et les robinets pour laisser l'air s'échapper ;
- » Ne rouvrez pas vous-même le gaz; demandez à un spécialiste de le faire.

Attention aux intoxications alimentaires!

- » **Vérifiez la fraîcheur des aliments du réfrigérateur et du congélateur :**
 - Jetez les aliments périssables (produits laitiers, viandes, volailles, poissons, œufs, etc.) exposés à une température de plus de 4 °C pendant plus de deux heures.
 - Jetez les aliments qui présentent des signes de détérioration tels que des moisissures ou des mauvaises odeurs.
 - Ne recongelez jamais les aliments décongelés. Les aliments partiellement décongelés (présence de givre sur la surface de l'emballage) peuvent être remis au congélateur.

La plupart des contrats d'assurance habitation prévoient une couverture spéciale en cas de perte des aliments gardés au congélateur.

C'EST PAS PARCE QUE
ÇA NE LE CIBLE PAS
QUE ÇA NE LUI FAIT PAS MAL.



**VIOLENCE
CONJUGALE
1800 363-9010**

SERVICES 24/7

**GRATUITS
BILINGUES
ANONYMES
CONFIDENTIELS**



USINAGE

- FABRICATION
- RÉPARATION
- HYDRAULIQUE

VENTE DE MÉTAUX

- ACIER
- ALUMINIUM
- TEFLON
- CUIVRE
- ACIER INOXYDABLE



prbf.ca
819 333-6262



**Boston
Pizza**

819 333-3313
32, ROUTE 111 EST
LA SARRE
BOSTONPIZZA.COM | 





EPI 2S
Santé et sécurité



**EXPERT
EN PRÉVENTION
DES INCENDIES**

RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL • INDUSTRIEL • INSTITUTIONNEL

819 339-8360
STEPHANE GARNEAU@EPI2S.COM





91, 2^E RUE EST, LA SARRE, J9Z 3J9



9393-7985 QUÉBEC INC.

**289, 2^E RUE EST
LA SARRE**



**LA RÉFÉRENCE EN PRODUITS DE
VERRERIE SUR MESURE!**

Tél.: **819 333-5377** Téléc.: **819 333-1290**
www.vitrieriejbouchard.com | 



**ALARME
LA-SAR^{INC.}**

***Votre partenaire en systèmes de sécurité
en Abitibi-Témiscamingue et dans
le nord du Québec depuis plus de 24 ans!***

Sécurité résidentielle, commerciale & industrielle

- Alarmes de sécurité et d'incendie
- Système interphone / intercom
- Bracelet d'alerte médicale / ligne de vie
- Contrôle d'accès
- Appel de garde
- Caméra de surveillance
- Téléphonie
- Système de sonorisation / paging
- Câblage structuré
- Batteries UPS

☎ 819 333-3000

**6, 8^e avenue Est, La Sarre
info@alarmelasar.com
www.alarmelasar.com**

Rejoignez-nous
sur **f** **Alarme La-Sar Inc.**



Licence RBQ: 8007-3869-42