

FICHE CONSEIL : 5 RAPPELS POUR ÉVITER LES NOYADES

5 RAPPELS POUR ÉVITER LES NOYADES

1

JE PRIVILÉGIE LES ZONES DE BAINADE SURVEILLÉE

2

JE ME MOUILLE LA TÊTE, LA NUQUE ET LE VENTRE EN RENTRANT PROGRESSIVEMENT DANS L'EAU

3

JE NE ME BAIGNE PAS DANS LES ZONES INTERDITES À LA BAINADE

4

AVANT LA BAINADE, J'ÉVITE DE M'EXPOSER EXCESSIVEMENT AU SOLEIL

5

JE NE CONSOMME PAS D'ALCOOL AVANT LA BAINADE

ATTENTION AU CHOC THERMIQUE !

SOYEZ VIGILANT LORSQUE LA DIFFÉRENCE DE TEMPÉRATURE ENTRE L'EAU ET L'AIR EST IMPORTANTE



POURQUOI ?

Vous risquez un choc thermique : vous pouvez perdre connaissance et vous noyer.

QUELS SONT LES SIGNES DE L'ALERTE ?

Crampes, frissons, troubles visuels ou auditifs, maux de tête, démangeaisons, sensation de malaise ou de fatigue intense.

COMMENT RÉAGIR EN CAS DE CHOC THERMIQUE ?

- Faites des gestes de la main et demandez de l'aide.
- Sortez de l'eau rapidement et réchauffez-vous.
- Si les signes ne disparaissent pas rapidement, appelez les secours.

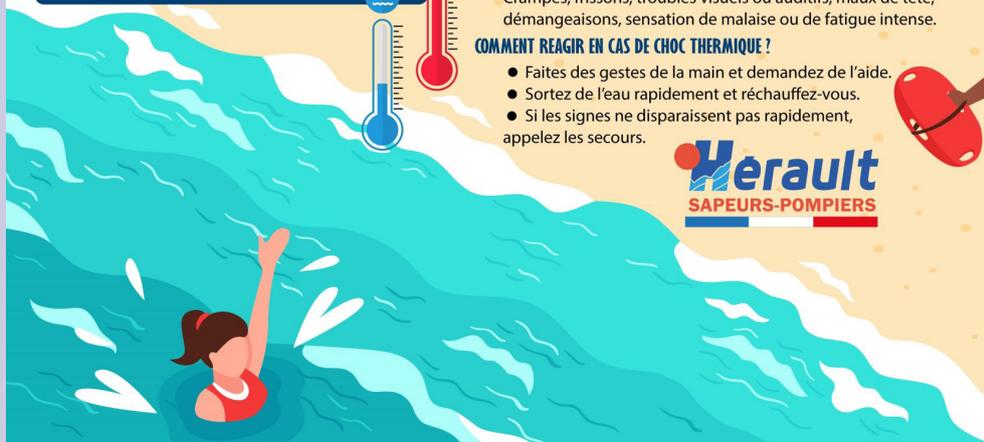
Hérault
SAPEURS-POMPIERS




NUMÉROS D'APPEL D'URGENCE

112
NUMÉRO D'APPEL D'URGENCE EUROPÉEN

18
POMPIERS



FICHE CONSEIL : CHALEUR CANICULAIRE

FORTES CHALEURS LES BONS REFLEXES



**MAINTENIR SA
MAISON AU FRAIS
ET RESTER À
L'ABRIS DU SOLEIL**



**SE MOUILLER
LE CORPS
PLUSIEURS FOIS
PAR JOUR**



**BOIRE BEAUCOUP
D'EAU (AU MOINS
1.5 LITRES / JOUR)**



**MANGER EN
QUANTITÉ
SUFFISANTE**



**NE PAS
BOIRE D'ALCOOL**



**EVITER LES
EFFORTS PHYSIQUES**



**SOYEZ ATTENTIFS
À VOS ANIMAUX
DOMESTIQUES**



**PRENDRE DES
NOUVELLES
DE VOS PROCHES**



**PAS D'ENFANTS
OU D'ANIMAUX
DANS LES VOITURES**

FICHE CONSEIL : LA Baignade en Sécurité

Les drapeaux des postes de surveillance de baignade ont changé.

Respectez les consignes !

En cas d'imprudence vous mettez votre vie, et celle des sauveteurs, en danger !



SAPEURS POMPIERS

ST 936577U

SAPEURS POMPIERS 34

EVINRUDE

-  Baignade surveillée sans danger apparent
-  Baignade surveillée avec danger limité ou marqué
-  Baignade interdite
-  Zone de baignade surveillée pendant les horaires d'ouverture du poste de secours
-  Pollution ou présence d'espèces aquatiques dangereuses, zone marine et sous-marine protégées (faune, aquatique, récifs ...)

 Conditions défavorables de vent pour certains équipements nautiques



 NUMÉROS D'APPEL D'URGENCE

18
POMPIERS

112
NUMÉRO D'APPEL D'URGENCE EUROPÉEN

LA Baignade en Sécurité

LE SAVIEZ-VOUS ?

LES NOYADES ACCIDENTELLES
REPRÉSENTENT ENVIRON

1000 DÉCÈS PAR AN

1^{ÈRE} CAUSE DE MORTALITÉ
PAR ACCIDENT DE LA VIE COURANTE

CHEZ LES **- 25 ANS**

1 NOYADE SUR
4 EST MORTELLE

Hérault
SAPEURS-POMPIERS

FICHE CONSEIL : DÉTECTEUR DE FUMÉE

En cas d'incendie, les fumées précèdent les flammes. Elles sont toxiques et inflammables. La solution : de bons réflexes et le détecteur de fumée ! Si le feu se déclare pendant votre sommeil, le détecteur vous réveillera. Si vous êtes éveillé, il vous préviendra dès le départ du feu. Dans les deux cas, vous pourrez réagir au plus vite. Idéalement, vos pièces de vie et chacune de vos chambres doivent être équipées de détecteurs.

AVEZ-VOUS LE VÔTRE ?



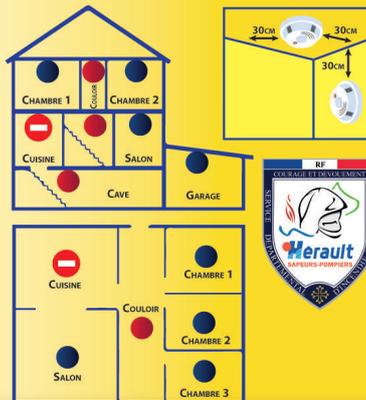
DEPUIS LE 8 MARS 2015, CHAQUE LOGEMENT DOIT ÊTRE ÉQUIPÉ D'UN DÉTECTEUR DE FUMÉE. UNE MESURE DE PRÉVENTION ESSENTIELLE POUR SAUVER DES VIES.

6 BONNES RAISONS D'INSTALLER UN DÉTECTEUR DE FUMÉE

- 1 C'EST OBLIGATOIRE**
DEPUIS LE 8 MARS 2015, CHAQUE LOGEMENT DOIT ÊTRE ÉQUIPÉ D'AU MOINS UN DÉTECTEUR DE FUMÉE.
- 2 IL DONNE L'ALERTE**
LA PLUPART DES VICTIMES D'INCENDIE DÉCÈDENT D'UNE INTOXICATION AUX FUMÉES DURANT LEUR SOMMEIL.
- 3 EFFICACITÉ PROUVÉE**
LA MORTALITÉ EN CAS D'INCENDIE A BAISSÉE DE MOITIÉ DEPUIS CETTE OBLIGATION.
- 4 IL PEUT LIMITER LES DOMMAGES**
LA DIFFUSION D'UNE ALARME DÈS LES PREMIÈRES FUMÉES PERMET D'APPELER IMMÉDIATEMENT LES SAPEURS-POMPIERS.
- 5 IL EST BON MARCHÉ**
POUR 20€ EN MOYENNE, RENFORCEZ VOTRE PROTECTION CONTRE L'INCENDIE.
- 6 IL EST FACILE À INSTALLER**
IL SUFFIT DE FIXER LE DÉTECTEUR AU PLAFOND OU SUR UN MUR EN HAUTEUR, GRÂCE À UN OU DEUX VIS.

OÙ L'INSTALLER ?

- DÉTECTEURS DE FUMÉE POUR UNE PROTECTION MINIMALE
- DÉTECTEURS DE FUMÉE POUR UNE PROTECTION SUPPLÉMENTAIRE



DÉTECTEUR AVERTISSEUR AUTONOME DE FUMÉE

Hérault
SAPEURS-POMPIERS



1 INCENDIE
TOUTES LES
2 MINUTES
EN FRANCE

80%
DES DÉCÈS
DUS À
L'INTOXICATION
PAR LA FUMÉE

2ÈME CAUSE
DE MORTALITÉ
CHEZ LES ENFANTS
DE MOINS DE 5 ANS

800
MORTS
10 000
BLESSÉS PAR AN

70%
DES INCENDIES
MORTELS
SE DÉCLANCHENT
LA NUIT

LE DAAF
SAUVE DES
VIES

www.sd134.fr

FICHE CONSEIL : 8 BONS CONPOTEMENTS EN CAS DE FORTE PLUIES

Dans l'Hérault, l'automne est souvent synonyme d'épisodes pluvieux qui peuvent être intenses.

Herault
SAPEURS-POMPIERS

EPISODE PLUVIO-ORAGEUX

LES 8 BON COMPORTEMENTS

EN CAS DE PLUIES MÉDITERRANÉENNES INTENSES

1 JE M'INFORME ET JE SURVEILLE LA MONTÉE DES EAUX et je reste à l'écoute des consignes des autorités dans les médias et sur les réseaux sociaux en suivant les comptes officiels

2 JE NE PRENDS PAS MA VOITURE ET JE REPORTE MES DÉPLACEMENTS

3 JE LIMTE LES APPELS PRIORITAIRES (18/112) JE ME SOUCIE DES PERSONNES PROCHES de mes voisins et des personnes vulnérables

4 JE M'ÉLOIGNE DES COURS D'EAU ET DES POINTS BAS je ne stationne pas sur les berges ou sur les ponts, je rejoins un point haut ou je m'abrite à l'étage

5 JE NE SORS PAS je m'abrite dans un bâtiment et surtout pas sous un arbre pour éviter un risque de foudre

6 JE NE DESCENDS PAS DANS LES SOUS-SOLS ET JE ME RÉFUGIE EN HAUTEUR EN ÉTAGE

7 JE NE M'ENGAGE NI EN VOITURE NI À PIED Pont submersible, gué, passage souterrain... Moins de 30cm d'eau suffisent pour emporter une voiture

8 JE NE VAIS PAS CHERCHER MES ENFANTS À L'ÉCOLE ils sont en sécurité

ROUTE INONDÉE

JE CONNAIS LES NIVEAUX DE VIGILANCE

- Pas de vigilance particulière
- Phénomènes localement dangereux
- Phénomènes dangereux et étendus
- Phénomènes dangereux d'intensité exceptionnelle

J'AI TOUJOURS CHEZ MOI UN KIT DE SÉCURITÉ

Radio et lampe de poche avec piles de rechange, bougies, briquets ou allumettes, nourriture non périssable et eau potable, médicaments, lunettes de secours, vêtements chauds, double des clés, copie de papiers d'identité, trousse de premier secours, argent liquide, chargeur de téléphone portable, articles pour bébé, nourriture pour animaux.

18 POMPIERS
112 Numéro d'appel d'urgence Européen

Herault SAPEURS-POMPIERS
www.sd34.fr

FICHE CONSEIL : MONOXYDE DE CARBONE

Avec l'arrivée de l'hiver, les dangers du monoxyde de carbone sont à l'ordre du jour plus que jamais. Prenez le temps de prendre connaissance de cette infographie qui vous délivre une information claire sur ces dangers.

Retrouver ce sujet plus en détail sur le site sante.gouv.fr

Hérault SAPEURS-POMPIERS
SERVICE DÉPARTEMENTAL D'INCENDIE ET DE SECOURS DE L'HÉRAULT

LES DANGERS DU MONOXYDE DE CARBONE (CO)

INVISIBLE, INODORE ET NON IRRITANT, LE MONOXYDE DE CARBONE EST UN GAZ ASPHYXIANT INDÉTECTABLE QUI SE PROPAGE RAPIDEMENT DANS L'ENVIRONNEMENT ET QUI PEUT ÊTRE MORTEL EN MOINS D'UNE HEURE. AVANT L'HIVER N'OUBLIEZ PAS DE FAIRE CONTRÔLER ET ENTREtenir VOS INSTALLATIONS DE CHAUFFAGE, EAU CHAUDE, VENTILLATION ...

- NETTOYAGE ET ENTRETIEN DES CHAUFFES-EAUX
- NETTOYAGE ET ENTRETIEN DES POÊLES
- RAMONAGE DES CONDUITS DE CHEMINÉE
- NETTOYAGE ET ENTRETIEN DES BOUCHES D'AÉRATION (NE JAMAIS OSTRUER)
- NETTOYAGE ET ENTRETIEN DES APPAREILS AU GAZ

POUR ÉVITER LES INTOXICATIONS

- Placer impérativement les groupes électrogènes à l'extérieur des bâtiments
- Ne jamais utiliser pour se chauffer des appareils non destinés à cet usage : cuisinière, braseiro, barbecue ...
- Respecter les consignes d'utilisation des appareils à combustion (ne jamais faire fonctionner les chauffages d'appoint en continu)
- Veiller à une aération et à une ventilation correctes des lieux et ne jamais boucher les entrées et sorties d'air

QUE FAIRE SI ON SOUPÇONNE UNE INTOXICATION ?

- Ouvrir les fenêtres et les portes
- Arrêter les appareils de chauffage et de cuisson
- Sortir de chez vous
- Appeler les secours

18 NUMÉROS D'APPEL D'URGENCE POMPIERS

112 NUMÉRO D'APPEL D'URGENCE EUROPÉEN

www.sdis34.fr