

Lumière sur la Sécurité

Un guide d'information pour les clients et employés de Securitas Canada



Securitas Canada, janvier 2017

Comment gérer l'hiver



Au moment où nous commençons 2017, profitons de l'occasion pour faire table rase et prendre un nouveau départ. La plupart des gens profitent du début d'une nouvelle année pour prendre des résolutions et, à Securitas Canada, nous vous encourageons à vous concentrer cet hiver sur la sécurité.

Comment gérer l'hiver

L'hiver peut être un moment merveilleux de l'année. La campagne est recouverte d'une neige blanche éblouissante. Les enthousiastes des sports d'hiver peuvent en profiter pour faire du ski, du patinage et du toboggan en abondance, pendant que les enfants s'abandonnent aux joies de faire des bonhommes de neige et des forts dans la neige pour des batailles de boules de neige spectaculaires! Oui, l'hiver peut être un moment joyeux, tant que pour pouvez vous protéger du froid dans la chaleur de votre maison.

Malheureusement, l'hiver peut aussi être le moment où la neige et les tempêtes de verglas ravagent les lignes de courant et laissent de nombreuses maisons et entreprises sans chauffage ni électricité.

Les tempêtes hivernales peuvent paralyser des villes entières, s'attaquant aux routes, fermant les aéroports et interrompant les services. Avec un froid glacial, des vents forts et de la neige, le temps hivernal sévère peut être plus qu'un inconvéniént, il peut être dangereux, et en particulier lors de la conduite. Vous trouverez ci-dessous des conseils qui vous aideront à vous protéger contre les deux causes majeures d'accidents et de décès associées aux tempêtes hivernales.

Conduire dans la neige

La meilleure façon d'éviter un accident de voiture est de ne pas prendre la route. Si vous devez conduire dans des conditions hivernales, préparez-vous avant de partir. Veillez à ce que les phares de la voiture, les freins, les essuie-glaces et la batterie soient en état de marche. Vérifiez votre antigel et montez des pneus neiges avec de bonnes trames. Conservez au moins un demi réservoir plein d'essence en cas d'urgence et pour empêcher la conduite de carburant de geler. Transportez toujours une trousse de préparation d'urgence et gardez votre téléphone portable chargé.

Bouclez toujours votre ceinture de sécurité et ne buvez jamais si vous conduisez. Voyagez le jour, essayez de ne pas conduire seul et informez les autres de votre itinéraire et de vos horaires. Écoutez la radio pour y obtenir les informations de dernière heure sur l'état des routes. Restez sur les routes principales si possible et ne surestimez pas votre aptitude à conduire dans de mauvaises conditions telles que la neige fondue, la pluie verglaçante, la bruine verglaçante et les brouillards épais. Rappelez vous que les ponts, les rampes et les transferts peuvent être les premiers à geler. Pour voir et être vu, allumez vos phares. Ralentissez et gardez une plus grande distance entre vous et la voiture qui vous précède. Si vous devez vous arrêter, sachez comment vos freins vont répondre. En général, appuyez fermement sur les freins antiblocage et enfoncez la pédale, même si elle commence à vibrer. Pompez sur les freins non antiblocage pour éviter que vos roues se bloquent et que la voiture dérape. Si votre voiture commence à déraper, tournez le volant dans la direction du dérapage pour la redresser.

Maladies dues au froid

Une exposition prolongée au froid peut entraîner des **engelures** et **l'hypothermie**.

Une **engelure** est une réaction sévère à une exposition au froid. Elle se manifeste lorsque la peau gèle et perd son eau. Elle affecte ordinairement les pieds et les mains. Les signes d'engelure sont un picotement ou de la douleur suivis par un engourdissement et un blanchissement ou un éclaircissement de la peau. Si vous soupçonnez l'apparition d'une engelure, ne frottez pas l'endroit pour le réchauffer. Enveloppez-le dans un morceau de tissu doux et chaud, transportez la personne dans un endroit chaud et contactez le personnel médical.

L'hypothermie est un abaissement dangereux de la température interne du corps et se manifeste quand le corps perd sa chaleur plus vite qu'il ne la produit. Les signes précurseurs comprennent des tremblements incontrôlables, une confusion mentale, un ralentissement de la parole, une perte de la coordination, la somnolence et l'épuisement. Si vous soupçonnez l'hypothermie, transportez la personne dans un endroit chaud et appelez l'aide médicale d'urgence.

Commencez par réchauffer le corps doucement. Procurez des vêtements secs et enveloppez tout le corps dans des couvertures chaudes, recouvrant la tête. Réchauffez les zones centrales en premier. N'administrez ni alcool ni boissons caféinées. Administrez plutôt une boisson sucrée tiède (pas chaude) ou un bouillon tiède. Ces procédures ne sont pas des substituts aux soins médicaux appropriés et ne se veulent pas être des avis médicaux.

Pris dans une tempête hivernale

Pour ne pas vous faire prendre dans une tempête, écoutez les avertissements au sujet des tempêtes hivernales ou des blizzards et restez à l'intérieur lorsqu'ils sont annoncés. Si vous êtes surpris à l'extérieur, trouvez un refuge dès que possible. Restez au sec et recouvrez toutes les parties de votre corps. Si aucun refuge n'est disponible, construisez un coupe-vent ou une grotte de neige pour vous protéger. Allumez un feu pour obtenir de la chaleur et pour attirer l'attention. Buvez et mangez pour conserver votre énergie et éviter la déshydratation. Ne mangez pas de neige, cela abaissera la température de votre corps. Si possible, faites-la fondre pour obtenir de l'eau à boire.

Si vous êtes coincés dans votre voiture ou votre camion :

- **Restez à l'intérieur du véhicule :** ne vous aventurez pas dehors à pied à moins qu'un bâtiment soit proche. Soyez prudent; la poudrière fausse les distances et cause rapidement la désorientation. Faites tourner le moteur 10 minutes environ toutes les heures pour créer de la chaleur. Lorsque le moteur est en marche, entrouvrez la fenêtre pour éviter l'empoisonnement par monoxyde de carbone. Assurez-vous que le pot d'échappement n'est pas bouché.
- **Soyez visible :** allumez le plafonnier la nuit quand le moteur est en marche. Nouez un morceau de tissu coloré (rouge de préférence) à l'antenne ou à la porte. Lorsque la neige a cessé de tomber, soulevez le capot pour signaler que vous avez besoin d'aide.

Soyez préparé

La meilleure protection contre les dangers des tempêtes hivernales est encore la préparation. Le site web suivant offre des renseignements précieux sur la façon de se préparer et quoi faire en cas d'urgence :

<https://www.tc.gc.ca/fra/securiteautomobile/vehiculessecuritaires-dispositifssecurite-conduiteenhiver-index-693.htm>
<http://www.preparez-vous.gc.ca/cnt/hzd/svrstrms-fr.aspx>