

## FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS



# Sécurité personnelle

À la maison, dans la rue, au travail.

La sécurité personnelle nous concerne tous. Et la protection est souvent une question de simple bon sens. Soyez conscient de ce qui vous entoure en tout temps et ne vous placez pas dans des situations qui risquent de vous mettre en danger.

### À LA MAISON

- Répondez aux visiteurs en laissant la porte fermée et verrouillée. Apprenez à parler à travers la porte close. Ce n'est pas impoli; c'est plus sûr.
- Installez de bonnes serrures et utilisez-les (demandez les feuilles de renseignements sur la sécurité chez soi).
- N'utilisez pas de chaînes. Elles ne suffisent pas à dissuader une personne agressive.
- Votre porte doit être équipée d'un judas.
- Ne cachez pas vos clés dehors. Laissez-les chez un voisin à qui vous faites confiance.
- Protégez toutes vos fenêtres. Tirez les stores ou les rideaux quand la nuit tombe et ne laissez pas de fenêtres accessibles ouvertes pendant que vous dormez.
- N'ouvrez jamais la porte à des inconnus. Vérifiez l'identité des visiteurs et des démarcheurs. Vérifiez avec la compagnie s'ils ont envoyé un représentant.

- Si un inconnu demande à utiliser votre téléphone, ne le laissez pas entrer chez vous. Proposez-lui de téléphoner vous-même. Même si c'est une femme, n'ouvrez pas votre porte.
- Ne donnez jamais de renseignements personnels au téléphone ou à la porte.

### DANS LA RUE

- Planifiez votre itinéraire et évitez les raccourcis à travers les parcs, les terrains vagues ou les endroits mal éclairés.
- Sachez où se trouvent les postes de police ou les magasins ouverts après les heures de travail.
- Évitez de rester seul si vous le pouvez. Demandez à un ami de vous accompagner. Si personne ne peut vous accompagner, prévenez quelqu'un de la route que vous prendrez. Appelez lorsque vous serez arrivé.
- Ne transportez pas d'importantes sommes d'argent ou d'objets valables inutiles. Utilisez d'autres solutions, comme des cartes de débit.
- Ne portez pas de sac; utilisez plutôt un ceinturon.



- Dans les magasins, ne laissez pas votre sac dans le chariot ou sur le comptoir.
- Si quelqu'un attrape votre sac, ne résistez pas.

### UTILISATION DES GUICHETS AUTOMATIQUES BANCAIRES

- Chaque fois que c'est possible, utilisez des guichets automatiques bancaires dans des endroits visibles et actifs pendant des périodes d'activité.
- Si vous devez utiliser un guichet automatique pendant une période creuse, songez à utiliser un guichet avec service à l'auto.
- Évitez d'utiliser les guichets automatiques après les heures normales de travail là où vous n'êtes pas visible ou si vous ne pouvez pas voir le lieu où se trouve le guichet avant d'y pénétrer.



## FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS

### Sécurité personnelle - Page 2

- Évitez d'utiliser des guichets automatiques la nuit dans des quartiers que vous ne connaissez pas.
- Si vous devez absolument utiliser un guichet automatique après les heures normales dans un quartier que vous ne connaissez pas, pensez de demander à quelqu'un de venir avec vous et faites le tour du quartier en voiture avant d'accéder au guichet ou de sortir de la voiture.
- Évitez d'utiliser un guichet automatique si la serrure de la porte semble défectueuse.
- Soyez prêt à commencer votre opération bancaire dès que vous arriverez au guichet.
- Soyez conscient de votre environnement et veillez toujours à ce que personne n'ait la possibilité de vous voir enregistrer votre numéro d'identification ni de regarder par-dessus votre épaule.
- Ne laissez rien derrière vous.
- Essayez de vous arranger pour qu'un collègue reste avec vous.
- Quand vous aurez fini de travailler, rendez-vous ensemble à vos voitures. Assurez-vous que l'autre est en sécurité dans sa voiture et a démarré avant de partir vous-même. Partez ensemble si c'est possible.
- Si l'entreprise a un agent de sécurité, prévenez-le que vous travaillerez tard et demandez-lui s'il peut venir régulièrement jeter un coup d'œil dans la salle où vous vous trouvez.
- Prévenez l'agent de sécurité lorsque vous partirez et demandez-lui de vous escorter jusqu'à votre voiture.
- Si vous êtes seul, prenez contact avec un ami ou un membre de votre famille et prévenez-les que vous travaillerez tard et que vous téléphonerez avant de partir, et dites-leur quelle route vous prendrez.
- Si quelqu'un entre dans l'ascenseur après vous et que vous ne vous sentez pas en sécurité, sortez. Restez près des commandes.
- Si vous êtes agressé, appuyez sur tous les boutons d'étage et sur le bouton d'urgence; NAPPUYEZ PAS sur le bouton stop; vous pourriez vous retrouver coincé entre deux étages.

#### AVANT D'ENTRER DANS VOTRE VOITURE

- Entretenez votre voiture et veillez à toujours avoir beaucoup d'essence et beaucoup de cartes routières.
- Vérifiez régulièrement les niveaux de fluide de votre véhicule et la pression des pneus.
- Procurez-vous une enseigne « Appelez la police » et une trousse d'urgence en cas de panne.
- Ayez une pelle et un racleur dans la voiture pendant les mois d'hiver.
- Achetez un téléphone cellulaire et veillez à ce que les piles soient chargées (au moins tous les 60 jours). Pensez à utiliser un chargeur allume-cigarette pour économiser les piles.

#### AU TRAVAIL

- Évitez les escaliers isolés ou déserts.
- Appelez l'agent de sécurité ou la police si vous voyez quelqu'un dans le bâtiment que vous ne reconnaissez pas.
- Si vous travaillez après les heures normales de travail, veillez à ce que toutes les portes et fenêtres soient verrouillées.

#### UTILISATION DES ASCENSEURS

- Lorsque vous attendez l'ascenseur, restez sur le côté; cela vous donnera la possibilité de regarder à l'intérieur et vous permettra de ne pas entrer si vous n'êtes pas sûr des occupants. Si les gens qui se trouvent dans l'ascenseur vous paraissent suspects, ne montez pas; attendez le suivant.



## FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS

### Sécurité personnelle - Page 3

- Ayez vos clés en main pour ne pas avoir besoin de ralentir avant d'entrer dans la voiture.
- Regardez à l'intérieur du véhicule avant d'entrer pour vous assurer que personne ne se cache dedans, même si vous avez verrouillé les portes. Vérifiez visuellement l'extérieur également.

#### UNE FOIS DANS LA VOITURE

- Verrouillez toujours votre voiture après y être entré et lorsque vous en sortez.
- Gardez les fenêtres fermées.
- Sachez quel est votre itinéraire et tenez-vous y.
- Ne prenez jamais d'autostoppeurs.
- Garez la voiture en tenant compte de l'heure qu'il sera lorsque vous reviendrez. Est-ce qu'il fera noir? Dans ce cas, gardez-vous près des lumières.
- Si possible, gardez-vous en marche arrière dans l'espace pour mieux voir devant vous lorsque vous sortirez.

#### SI VOUS VOUS ÉGAREZ

- Gardez les portes verrouillées et les fenêtres remontées. Si vous ouvrez la fenêtre, ne laissez qu'une petite fente.

- Si un inconnu offre ses services, ne sortez pas de votre voiture. Demandez à la personne d'appeler à l'aide ou prévenez-la que vous attendez la police.
- Placez une enseigne « Appelez la police » sur la fenêtre.
- Souvenez-vous que 9-1-1 sur un téléphone cellulaire n'indique pas à la police le lieu où vous vous trouvez. Sachez où vous êtes pour que les services d'urgence puissent vous trouver.
- Ne vous arrêtez pas pour offrir de l'aide à un automobiliste en panne. Téléphonnez pour qu'on vienne l'aider.

#### VOUS PENSEZ QUE VOUS ÊTES SUIVI?

- Ne rentrez pas chez vous. Vous ne voulez pas que cette personne sache où vous habitez.
- Si vous soupçonnez que quelqu'un vous suit, rendez-vous au poste de police le plus proche, dans une station-service ouverte ou un restauraunt. Restez dans votre véhicule et utilisez le klaxon pour attirer l'attention sur vous.
- Essayez de prendre le numéro d'immatriculation du véhicule qui vous suit ainsi que sa marque, son modèle, sa couleur et une description du conducteur.

#### LA RAGE AU VOLANT QUE POUVEZ-VOUS FAIRE?

- Conduisez avec attention. Ne conduisez pas en parlant sur votre cellulaire.
- Restez à droite lorsque vous conduisez à la vitesse limite.
- Évitez de coller à la voiture devant vous, de faire des appels de phares ou des queues de poisson.
- Changez de station de radio si vous n'aimez pas ce que vous écoutez.
- Utilisez vos clignotants et soyez poli.

#### QUE DEVRIEZ-VOUS FAIRE SI VOUS ÊTES VICTIME DE LA RAGE AU VOLANT?

- Si quelqu'un se conduit de manière agressive à votre égard, ne le regardez pas dans les yeux en conduisant.
- Si quelqu'un s'approche de façon agressive de votre véhicule, éloignez-vous si vous le pouvez.
- Ne quittez pas la sécurité relative de votre véhicule.
- Évitez les injures verbales et n'y répondez pas.
- Notez la description du véhicule et des occupants, y compris la plaque d'immatriculation.



## FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS

### Sécurité personnelle - Page 4

#### STATIONNEMENT

- Rappelez-vous toujours de l'endroit où vous êtes garé.
- Si vous êtes dans une aire de stationnement, sachez où se trouve la sortie la plus proche et où vous avez l'intention d'aller avant de sortir de votre véhicule.
- Essayez de vous rendre dans vos voitures en groupes de deux personnes.

#### TRANSPORT PUBLIC

- Connaissez les horaires et asseyez-vous près du conducteur. Le soir, demandez au conducteur de vous laisser descendre près de votre destination. Cela fait partie de son programme d'arrêt sur demande.
- Faites preuve de prudence dans vos conversations avec des inconnus. Évitez de donner votre nom, votre adresse ou votre lieu de travail. Évitez les vêtements ou les articles qui vous identifient, vous ou votre profession.
- Demandez à quelqu'un de vous rencontrer à l'arrêt d'autobus.