



Risque CANICULE

Consignes de sécurité



BIEN VOUS PRÉPARER EN AMONT

- **Inscrivez-vous au registre municipal** pour être aidé en cas de fortes chaleurs.
- **Renseignez-vous sur l'organisation municipale** déployée pour la gestion d'une situation caniculaire.
- Prévoyez **une réserve d'eau potable et des vivres**.
- Procurez-vous si possible **un ventilateur ou une climatisation**.
- Maintenez les pièces de **vos habitations au frais**, en fermant les volets/stores aux heures les plus chaudes.
- **Créez des courants d'air** si possible aux heures les moins chaudes (soir, nuit, tôt le matin...).
- Prévoyez de rester en contact avec les membres de votre famille et vos voisins, et particulièrement avec les personnes les plus fragiles (personnes âgées, isolées, handicapées, femmes enceintes, bébés, enfants...).
- En cas de problème de santé, **demandez conseil à votre médecin ou pharmacien**.
- Pour plus d'informations, appelez **canicule info service au 0 800 06 66 66**.

*Kit de sécurité * = lampe torche, radio à piles, piles de rechange, médicaments indispensables, 1 à 2 couvertures, vêtements, 1 à 2 bouteilles d'eau*

ADAPTER VOTRE COMPORTEMENT SELON LE NIVEAU DE VIGILANCE

SOYEZ PRUDENT

- Restez chez vous et reportez tout déplacement indispensable.
- Évitez les sorties et toutes activités physiques/prof aux heures les plus chaudes.
- Restez à votre domicile dans les pièces les plus fraîches. Utilisez un ventilateur et/ou une climatisation si vous en disposez.
- Éteignez tant que possible les appareils électriques qui dégagent de la chaleur (lampes, ordinateurs, fours...).
- Buvez le plus possible. Rafraîchissez-vous régulièrement à l'aide d'un brumisateur, d'un linge humide ou en prenant une douche.
- Si vous devez sortir, préférez le matin tôt ou le soir tard. Prenez un chapeau, des vêtements amples et légers ainsi que de l'eau. Rendez-vous dans les lieux frais et ombragés (cinéma, musée, bibliothèque, supermarché...).
- Donnez et prenez des nouvelles de vos proches et voisins. N'hésitez pas à aider ou vous faire aider (courses, ménages...).
- Contactez votre mairie/CCAS pour bénéficier d'un accompagnement personnalisé.
- Prenez connaissance des dispositifs mis en place par la mairie (salle climatisée, distribution d'eau...).
- Contactez votre médecin ou le 15 si des symptômes inhabituels se présentent ou en cas d'urgence.
- Appelez le 115, si vous remarquez une personne sans abri ou en difficulté.
- Suivez les consignes de sécurité diffusées par les autorités.

METTEZ-VOUS EN SÉCURITÉ

- Conformez-vous aux consignes de sécurité demandées par les autorités.
- Si vous rejoignez un lieu frais, munissez-vous de vos papiers importants.
- Maintenez un comportement vous permettant de vous prémunir des conséquences de la canicule.

RESTEZ EN SÉCURITÉ

- Restez confiné dans des lieux frais (climatisé, ventilé) dans votre habitation ou l'extérieur.
- Informez-vous de l'évolution de la situation (radio de proximité).

RETOUR A LA NORMALE

- Suivez les consignes des autorités.
- Informez au plus tôt la mairie de votre situation et prenez connaissance des dispositifs d'aide mis à votre disposition.
- Proposez votre aide en mairie pour le rétablissement de la situation sur la commune.