



CONSIGNES DE SÉCURITÉ POUR LE RISQUE CANICULE



PAS DE RISQUE

- 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 (PCS, DICRIM, site internet, etc.).

SOYEZ VIGILANT

- Suivez les informations sur **l'évolution de la situation météo attendue** dans les prochaines heures : radios (poste à piles) et autres médias,
- Prévoyez une **réserve d'eau potable** et des vivres,
- Procurez-vous si possible **un ventilateur ou une climatisation**,
- Maintenez les pièces de votre habitation 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**.

SOYEZ PRUDENT

- **Restez chez vous** dans les pièces les plus fraîches et reportez tout déplacement non indispensable,
- **Évitez les sorties et toutes activités physiques/professionnelles** aux **heures les plus chaudes**,
- 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, etc.),
- **Buvez de l'eau** le plus possible. **Rafrâchez-vous régulièrement** à l'aide d'un brumisateuse, 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, etc.),
- 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, etc.),
- Pour plus d'informations, appelez **canicule info service au 0 800 06 66 66**,

- 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 SECURITE

- Conformez-vous aux **consignes de sécurité des 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 SECURITE

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

RETOUR A LA NORMALE

- Suivez les **consignes de sécurité** diffusées par les **autorités**,
- **Informez au plus tôt la mairie de votre situation** et prenez connaissance des **dispositifs d'aide** mis à votre disposition.