



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

Soyez vigilant

- Suivez les informations sur **l'évolution de la situation météo attendue** dans les prochaines heures : médias, radios, commune...
- 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** en extérieur **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. **Rafrâchissez-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** et connaître les **dispositifs mis en place** (salle climatisée, distribution d'eau, etc.)
- 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**
- Pour plus d'informations, appelez **canicule info service** au 0 800 06 66 66

Mettez-vous en sécurité

- 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 sécurité

- 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 à 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