PIERREFEU-DU-VAR FR

PLAN CANICULE

En période de fortes chaleurs ou de canicule les personnes âgées et les enfants en bas âge sont les plus vulnérables.

Toutefois, la vigilance de tous est conseillée.

Les adultes et notamment les personnes travaillant en extérieur, sont également concernés par les risques liés à la déshydratation. Ils doivent boire abondamment de l'eau ou des boissons non alcoolisées et rester le moins possible exposés à la chaleur. Il convient également d'éviter les efforts physiques intenses et de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur.

Le CCAS se mobilise tous les étés, afin de recenser les personnes les plus exposées aux conséquences sanitaires d'une éventuelle vague de chaleur.

Il se charge de **constituer et de tenir à jour un registre nominatif**des personnes âgées, handicapées, seules, fragiles ou isolées. Afin de recueillir un certain nombre d'éléments, toutes les personnes souhaitant figurer sur ce registre (confidentiel) devront se faire recenser auprès du CCAS. L'inscription est facultative, basée sur le volontariat.

Pour tout renseignement : 04.94.13.83.63 ou 04.94.13.53.28

La veille hivernale est basée sur le même fonctionnement que le plan canicule.

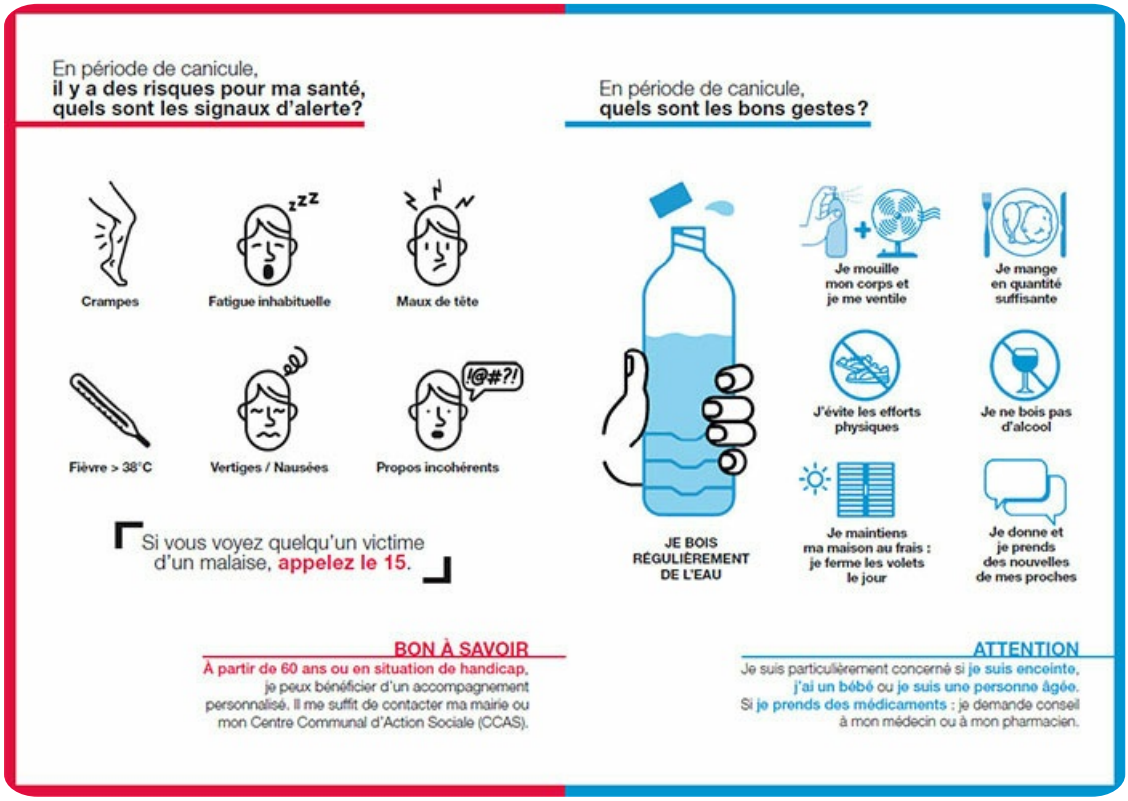
Recensement des points d'eau, des fontaines, des lieux rafraîchis ou climatisés

Fontaines et points d'eau

- Place Wilson
- Place Gambetta
- Square de Verdun
- Place de la Concorde
- Parking du Dixmude (robinet à l'angle de la buvette du boulodrome)
- Rue du Bassin
- Parc de la Liberté
- Rue de la Chapelle
- Rue de l'Asile
- Rue Général Sarrail (face au n° 20)
- A l'angle des rues Pierre Renaudel et Jules Ferry
- Quartier du Logis
- Au tennis
- Haut de la rue Pasteur (la Calade) à côté du magasin primeur « Ratatouille »
- Hameau de la Tuilière
- Hameau de la Portanière
- Arboretum
- Cimetière
- Stade municipal

Lieux rafraichis ou climatisés

- Salles Malraux et Tonneaux, Avenue des Poilus
- Club Henri Paguet, Avenue des Poilus
- Complexe sportif du « Pas de la Garenne », 120 route des Maures



• AGIR

CANICULE

Personne âgée

Je mouille ma peau plusieurs fois par jour tout en assurant une légère ventilation et ...

- Je ne sors pas aux heures les plus chaudes.
- Je passe plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé.
- Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.

- Je mange normalement (fruits, légumes, pain, soupe...).
- Je bois environ 1,5 L d'eau par jour. Je ne consomme pas d'alcool.
- Je donne de mes nouvelles à mon entourage.

Enfant et adulte

Je bois beaucoup d'eau et ...

- Je ne fais pas d'efforts physiques intenses.
- Je ne reste pas en plein soleil.
- Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.

- Je ne consomme pas d'alcool.
- Au travail, je suis vigilant pour mes collègues et moi-même.
- Je prends des nouvelles de mon entourage.

Source : www.inpes.sante.fr

CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES

Mouiller son corps et se ventiler

Maintenir sa maison au frais : fermer les volets le jour

Donner et prendre des nouvelles de ses proches

Manger en quantité suffisante

Ne pas boire d'alcool

Éviter les efforts physiques

BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU

EN CAS DE MALAISE, APPELER LE 15

Pour plus d'informations : **0 800 06 66 66** (appel gratuit depuis un poste fixe)
www.sante.gouv.fr/canicule • www.meteo.fr

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE CHARGÉ DE LA SANTÉ

www.inpes.sante.fr
inpes
Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

VILLE DE PIERREFEU-DU-VAR
PLACE URBAIN SÉNÈS
83390 PIERREFEU-DU-VAR

04.94.13.53.13
04.94.13.53.00
Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 17h.