Canicule / Fortes chaleurs : les bons réflexes !

Cette année, le soleil a bien pris ses quartiers d'été depuis le 21 juin, accompagné des premières vagues de chaleurs. C'est l'occasion pour nous de revenir sur les comportements à adopter en cas de périodes caniculaires.

Pensez à vos proches

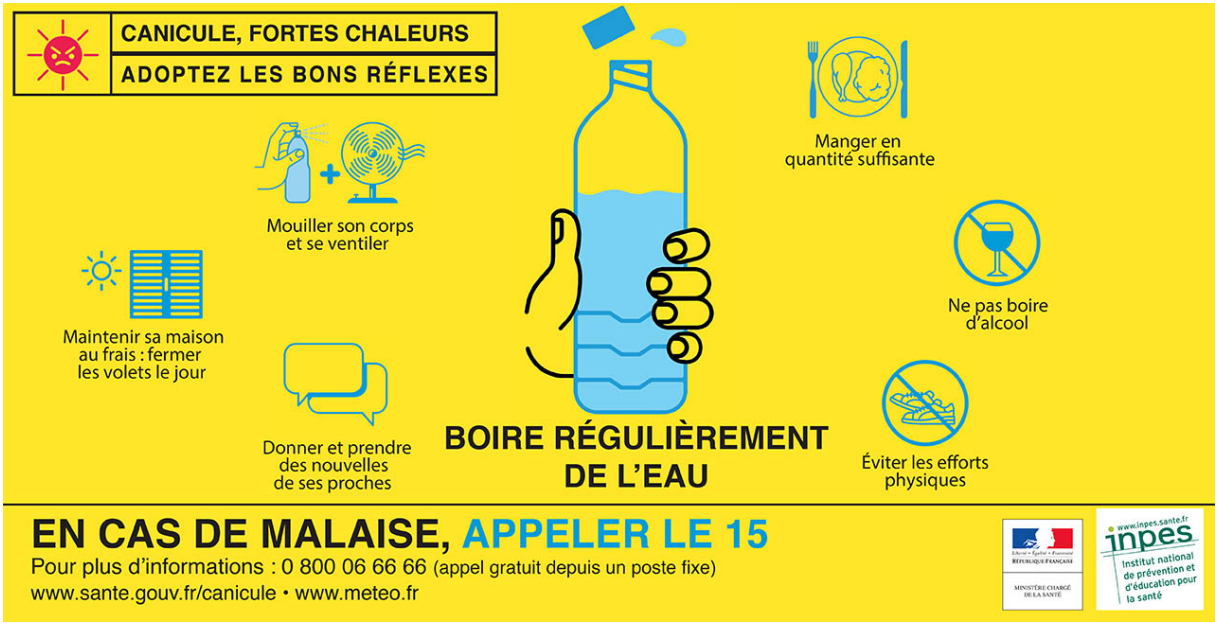
Le C.C.A.S tient une liste de veille des personnes vulnérables sur la commune. N'hésitez pas à vous y inscrire ou à ajouter l'un de vos proches. Un numéro d'astreinte sera alors mis en place en cas de déclenchement d'une alerte de niveau 3 par la Préfecture.

Pour tout renseignement sur la cellule de veille et sur le plan canicule, contactez la Maison des Droits et des Solidarités au 03 21 18 64 01

Les conseils préventifs

En cas de canicule, ils vous permettront de minimiser l'impact des fortes chaleurs sur votre organisme : maintenir son logement au frais (fermer fenêtres et volets), mouiller son corps et se ventiler, manger en quantité suffisante (même si l'appétit diminue), donner et prendre des nouvelles de ses proches, éviter les efforts physiques, boire de l'eau régulièrement et ne pas boire d'alcool.

Canicule - personnes vulnérables

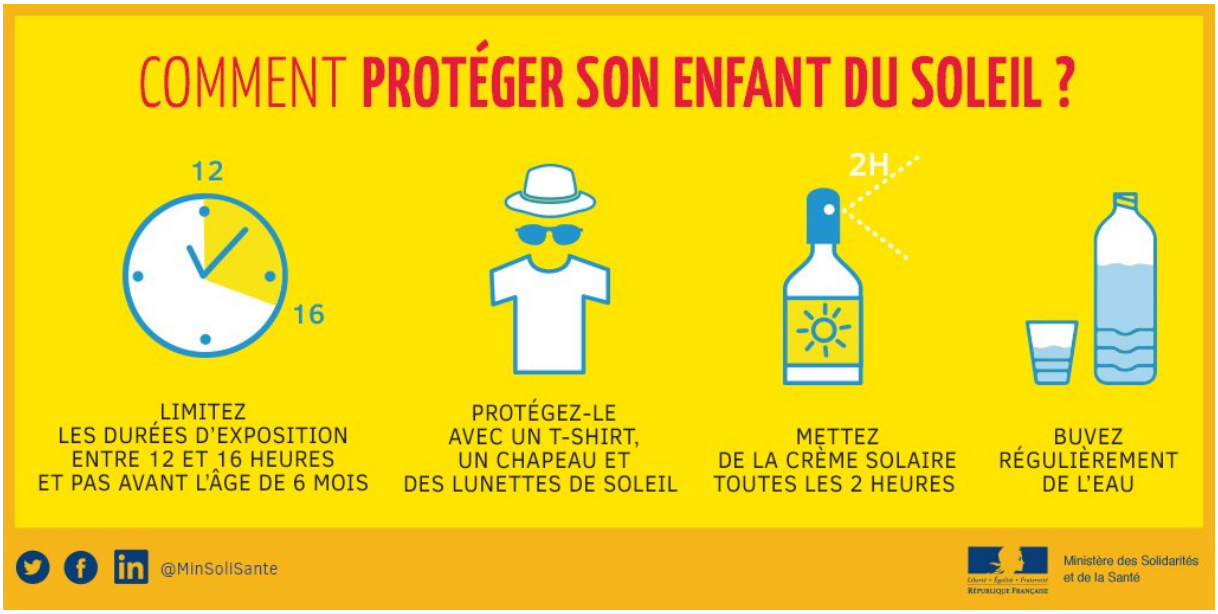


Canicule - Conseils pratiques pour tous

Canicule -Signaux d'alerte

Canicule - Accompagnement séniors

Canicule - Travailler sous les fortes chaleurs



Canicule - Protéger les enfants du soleil

PROTÉGEZ BÉBÉ
DE LA CANICULE !

Donnez à boire régulièrement à bébé

Evitez les endroits confinés

Restez à l'intérieur

Gardez sa chambre **au frais**

Hydratez-lui le corps

Faites lui prendre **un bain tiède**

Canicule - Protéger bébé

Canicule - Comment habiller bébé pour dormir

Publié le 01 juillet 2024