

PRÉVENTION CANICULE 2018

Le Plan Canicule est déclenché le 1^{er} Juin de chaque année et jusqu'au 31 Août. Dans ce cadre, le Centre Communal d'Action Sociale (C.C.A.S) communique sur les dispositions prises pour l'été dans la commune ainsi que sur les numéros d'appels permettant au public de s'informer sur la canicule. Cette action s'inscrit dans le dispositif national de prévention et de lutte contre les conséquences d'une canicule.

Un registre nominal confidentiel des personnes fragiles est à la disposition du public à l'accueil du C.C.A.S. Il s'adresse aux personnes de plus de 65 ans vivant à domicile, aux personnes âgées de 60 ans ou plus reconnues inaptes au travail, aux adultes handicapés ou en invalidité. La personne elle-même peut procéder à son inscription ou elle peut confier celle-ci à un tiers (proche, ami, médecin, services sociaux) ou à son représentant légal le cas échéant. **Les autres personnes à risques identifiés sont les nourrissons, les enfants de moins de 4 ans et les travailleurs manuels à l'extérieur.**

Ce registre sera communiqué à la Préfecture en cas de déclenchement du plan d'alerte d'urgence.

Les 4 niveaux d'alerte du plan canicule

- ★ **La veille saisonnière** : (niveau 1) déclenchée obligatoirement tous les ans du 1^{er} juin au 31 août. (Couleur verte sur la carte de vigilance météorologique)
- ★ **Avertissement chaleur** : (niveau 2) veille renforcée des services de l'Etat déclenchée lorsqu'une vague de chaleur intense est prévue ou en cours. (Couleur jaune sur la carte de vigilance météorologique)
- ★ **Alerte canicule** : (niveau 3) déclenchée par le Préfet avec l'appui de l'Agence Régionale de la Santé et mise en œuvre des actions de prévention de gestion. (Couleur orange sur la carte de vigilance météorologique)
- ★ **Mobilisation maximale** : (niveau 4) décidée par le Premier Ministre en cas de canicule intense. (Couleur rouge sur la carte de vigilance météorologique)

Les numéros utiles

- **Canicule Info Service** : **0800 06 66 66** (8h – 20h, appel gratuit depuis un poste fixe)
(Ouvert en Juin, Juillet et Août du lundi au samedi hors jours fériés)
- **n° d'urgence unique européen** : **112**
- **n° d'urgence sociale anonyme et gratuit** : **115**
- **S.A.M.U.** : **15**
- **Pompiers** : **18**
- **Météo France** : **3250** et meteofrance.com

ansm.sante.fr (Agence Nationale de Sécurité du Médicament et des produits de santé)

ars.sante.fr (portail des Agences Régionales de Santé)

charente-maritime.gouv.fr (plan de gestion d'une canicule au niveau départemental)

inpes.santepubliquefrance.fr (Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé)

inrs.fr (Institut National de Recherche et de Sécurité)

invs.santepubliquefrance.fr (Institut de Veille Sanitaire)

risques.gouv.fr (site du Gouvernement)

sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/canicule (Ministère des Solidarités et de la Santé)

Les symptômes qui doivent alerter :

- Grande faiblesse, fatigue anormale,
- Etourdissements, vertiges,
- Troubles de la conscience,
- Nausées, vomissements,
- Crampes musculaires,
- Température corporelle élevée,
- Soif intense,
- Maux de tête,
- Propos incohérents.

Se protéger de la chaleur :

- Suivre attentivement la météo,
- Eviter de sortir lorsqu'il fait trop chaud (entre 11h et 17h) et s'abstenir des activités physiques,
- Fermer les stores des façades exposées au soleil, rafraîchir les pièces avec des linges humides,
- Brancher les ventilateurs ou la climatisation et éteindre les appareils électriques produisant de la chaleur,
- Créer des courants d'air la nuit,
- Se rendre dans des endroits climatisés si le domicile ne peut être suffisamment rafraîchi,
- Porter des vêtements amples et clairs ainsi qu'un chapeau,
- Boire au moins 10 verres d'eau par jour,
- Manger normalement même sans appétit. Privilégier les compotes, les soupes froides ainsi que les fruits et légumes riches en eau,
- Prendre des douches ou des bains frais,
- Rechercher l'ombre, appliquer régulièrement une crème solaire en cas d'exposition prolongée au soleil (prendre conseil auprès d'un pharmacien).
- Humidifier la bouche et utiliser un brumisateur,
- Rester en contact avec les proches et le médecin traitant,
- Appeler de l'aide rapidement dès l'apparition de symptômes alarmants.



CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES