Plan canicule : quelques consignes

Modalités d’inscriptions sur le registre du plan canicule

L’objectif de ce registre communal est de pouvoir disposer, en cas de risques exceptionnels et de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence canicule, de la liste des personnes ayant besoin d’une intervention des services sociaux et sanitaires.

Qui peut s'inscrire ?

- les personnes âgées de 65 ans et plus
- les personnes adultes handicapées de 18 ans et plus

L'inscription, totalement gratuite et confidentielle, peut se faire à l’initiative de la personne concernée ou à la demande d’un tiers avec son accord.

N'hésitez pas à vous inscrire ou à inciter des personnes isolées et fragilisées de votre entourage : amis, voisins, famille.

La demande doit être effectuée auprès du CCAS au 01 30 90 41 20



Quelques consignes :

Les autorités sanitaires rappellent aux personnes fragiles (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées, malades à domicile, personnes dépendantes) qu'elles doivent :

- maintenir leur logement frais (fermer fenêtres et volets la journée, les ouvrir le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- boire régulièrement et fréquemment de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- se rafraichir et se mouiller le corps plusieurs fois par jour ;
- passer si possible 2 à 3 heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché...) ;
- éviter de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique ;
- penser à donner régulièrement de leurs nouvelles à leurs proches et dès que nécessaire et oser demander de l'aide

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes s'exposent aussi au risque déshydratation car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température. Pour y remédier, ils doivent boire abondamment, surtout de l'eau, rester le moins possible exposés à la chaleur et éviter les efforts physiques intenses. Les nourrissons et les jeunes enfants ne doivent jamais être laissés en plein soleil.

Liens utiles
Les recommandations pour les populations en cas de fortes chaleurs
Contact

CCAS : 01 30 90 41 20

ccas@ville-meulan.fr