

# Réagir à la canicule

## Faites-vous connaître

En cas de canicule, la commune d'Ermont et le Centre communal d'action sociale (CCAS) sont à votre disposition. Vous pourrez contacter le CCAS qui préviendra les personnes qui pourront vous aider.

## Pendant l'été

- Je repère les signes de coup de chaleur.
- Si j'ai mal à la tête, si je me sens faible, si j'ai des vertiges, si je pense avoir de la fièvre, j'appelle aussitôt mon médecin.

## Numéros d'urgence

**Pompiers : 18**

**Samu : 15** (à partir d'un téléphone fixe), **112** (à partir d'un téléphone portable)

**CCAS : 01 30 72 38 50**

**Sos Médecins : 01 30 40 12 12**

**Médecin personnel : .....**

**Gardien : .....**

**Famille : .....**

**Voisins : .....**

**Numéro vert canicule national  
0 800 06 66 66 (appel gratuit)**



## La prévention « canicule » nous concerne tous !

Tout l'été, restez vigilant, pour votre santé et celle de vos enfants.

Soyez attentif à votre entourage.

N'hésitez pas à contacter le Centre communal d'action sociale (CCAS).

Selon votre âge, suivez bien les conseils répertoriés dans la plaquette *Réagir à la canicule*, disponible en mairie au CCAS.

# Réagir à la canicule

**Info prévention canicule  
01 30 72 38 50 Ermont**

**Numéro vert canicule national  
0 800 06 66 66 (appel gratuit)**



Direction de la Communication de la Ville d'Ermont - Graphisme : Julie Lucas - Crédit photos : Fotolia.com - Ne pas jeter sur la voie publique

VILLE d'ERMONT

Centre Communal d'Action Sociale

# Réagir à la canicule

## Le dispositif mis en place par la commune d'Ermont

### Trois niveaux progressifs

Le plan de prévention canicule de la ville d'Ermont comporte trois niveaux progressifs de réponse.

#### Niveau 1

##### Veille saisonnière du 1<sup>er</sup> juin au 31 août 2011

Ce niveau est mis en place systématiquement sur la période indiquée ci-dessus. Il s'agit principalement de constituer une liste des personnes vulnérables isolées sur la commune pour permettre de prendre contact avec elles en cas de besoin. Une campagne de communication est également menée pour diffuser des informations et des conseils sur la conduite à tenir en cas de fortes chaleurs.

Tous les partenaires sont mobilisés pour se préparer à une éventuelle canicule.

#### Niveau 2

##### Mise en garde et action (MIGA)

Ce niveau est déclenché par le Préfet en concertation avec Météo France. La commune appelle toutes les personnes figurant sur la liste constituée dans le cadre du niveau 1. Si la personne ne répond pas, l'appel est renouvelé une heure après. Sans réponse au deuxième appel, un contact est effectué auprès des personnes référentes ou des services de secours pour intervention.

Une distribution d'eau et de brumisateurs est effectuée auprès des personnes vulnérables.

#### Niveau 3

##### Mobilisation maximale

Ce niveau est déclenché, au plan national, par le Premier ministre sur avis du ministère de l'Intérieur et du ministère de la Santé, en cas de vague de chaleur intense et étendue, associée à des phénomènes dépassant le champ sanitaire (sécheresse, délestages électriques, etc.).

Les mesures du niveau 2 sont appliquées et toutes les administrations sont mobilisées pour faire face aux risques encourus par l'ensemble de la population.

### Les personnes concernées par le plan

- Les personnes âgées de 65 ans et plus, résidant à leur domicile.
- Les personnes âgées de plus de 60 ans reconnues inaptes au travail, résidant à leur domicile.
- Les personnes adultes handicapées.

Attention ! Si vous êtes isolé, vous pouvez vous faire recenser par le CCAS en vous inscrivant au dispositif anti-canicule. N'hésitez pas à remplir la fiche d'inscription élaborée à cet effet et disponible au CCAS.

## Réagir à la canicule

Le CCAS est ouvert tout l'été et peut vous informer sur la téléalarme, le portage de repas à domicile, la restauration dans les espaces seniors...

01 30 72 38 50

### Pendant l'été : je suis prudent(e)

- Je bois le plus possible et régulièrement de l'eau ou toute autre boisson non alcoolisée et peu sucrée (thé, tisane, jus de fruit...), même en l'absence de sensation de soif.
- Je ne laisse pas les aliments à température ambiante, je les mets au réfrigérateur.
- Dans la journée, je ferme mes fenêtres et mes volets côté soleil. La nuit, je les ouvre et j'aère dès qu'il fait assez frais.
- Dans la journée, je prends régulièrement des douches ou des bains. Je m'humidifie le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur ou d'un gant de toilette. Je peux également humidifier mes vêtements.
- J'utilise mon ventilateur ou mon climatiseur.
- J'évite tout effort physique inutile.
- Si je dois sortir, je le fais le matin ou en fin d'après-midi, je porte un chapeau et des vêtements clairs, je marche à l'ombre, je me rends dans des endroits climatisés et j'emporte une petite bouteille d'eau.
- Et surtout, je ne reste pas isolé(e). Si je suis seul(e) une partie de l'été, je prévient mes voisins, mon/ma gardienne, le CCAS (01 30 72 38 50).

