

Commune de

# Art-sur-Meurthe

AB INFO N° 171 | JUIN 2021

## Spécial Canicule

Ne restez pas  
seul face à la  
**CANICULE**

Faites-vous connaître !



# La canicule et nous

## La canicule peut mettre notre santé en danger



Ma santé peut être en danger quand ces 3 conditions sont réunies :

- il fait très chaud ;
- la nuit, la température ne descend pas, ou très peu ;
- cela dure depuis plusieurs jours.

### La canicule nous concerne tous

**Nous vous rappelons les conseils simples à adopter, qui doivent s'appliquer à tous, y compris aux personnes en bonne santé, pour lutter au mieux contre les conséquences de la chaleur.**

Il est important de se protéger, même quand la chaleur est de courte durée. Les conseils de prévention s'appliquent à tous particulièrement aux personnes fragiles (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées ou malades, personnes dépendantes, femmes enceintes, jeunes enfants, personnes sans abri...) et aux travailleurs exposés à la chaleur, plus à risque de présenter des complications.

### Tout savoir sur les mesures à prendre pour prévenir les risques liés à la chaleur

- Evitez de sortir aux heures les plus chaudes
- Maintenez votre logement frais (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais)
- Si vous n'arrivez pas à maintenir la fraîcheur dans votre logement, passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché, musée...)
- Buvez régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif
- Rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avant-bras) plusieurs fois par jour
- Mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool
- Evitez les efforts physiques
- Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide
- Consultez régulièrement le site de vigilance de [Météo-France](#) pour vous informer

### En voiture et lors de longs trajets

- Pensez à emporter de l'eau et un brumisateur pendant les trajets en voiture
- Arrêtez-vous régulièrement pour vous reposer et vous rafraîchir
- Sur certaines aires d'autoroute des fontaines à eau ou des zones de brumisation sont mis à votre disposition
- Si possible, décalez votre trajet aux heures les moins chaudes
- Ne jamais laisser une personne seule dans une voiture, surtout un enfant, même quelques instants, car la température dans l'habitacle peut augmenter beaucoup et très vite.

## S'informer en temps réel et trouver de l'aide à distance sur les recommandations sanitaires à suivre en cas de fortes chaleurs.

Pour une information en temps réel de la situation météorologique, vous pouvez consulter la carte de vigilance de Météo-France qui est mise à jour a minima deux fois par jour à 6h et 16h : <https://vigilance.meteofrance.fr/fr>.

Une plateforme téléphonique d'information «Canicule», accessible au 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe en France), est activée l'été à partir du premier épisode de canicule, par la Direction générale de la santé (appel gratuit depuis un poste fixe en France, de 9h à 19h) pour répondre aux questions et informer sur les recommandations sanitaires à suivre en période de fortes chaleurs.

### Les niveaux de vigilance météorologique :



- **Le niveau de vigilance météorologique jaune** correspond à un pic de chaleur : exposition de courte durée (1 ou 2 jours) à une chaleur intense présentant un risque pour la santé humaine, pour les populations fragiles ou surexposées notamment du fait de leurs conditions de travail ou de leur activité physique. Il peut aussi correspondre à un épisode persistant de chaleur : températures élevées (indicateurs biométéorologiques

IBM proches ou en dessous des seuils départementaux) qui perdurent dans le temps (supérieur à 3 jours).

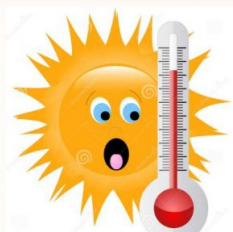
- **Le niveau de vigilance météorologique orange** correspond à une canicule : période de chaleur intense pour laquelle les IBM atteignent ou dépassent les seuils départementaux pendant 3 jours et 3 nuits consécutifs, et qui est susceptible de constituer un risque sanitaire pour l'ensemble de la population exposée.

- **Le niveau de vigilance météorologique rouge** correspond à une canicule extrême : canicule exceptionnelle par sa durée, son intensité, son extension géographique, à fort impact sanitaire pour tout type de population, et qui entraîne l'apparition d'effets collatéraux notamment en termes de continuité d'activité.

- Des actions de gestion et de prévention sont prévues au niveau national et local pour les différents acteurs institutionnels et de terrain, dès le niveau jaune. Elles sont décrites dans l'instruction interministérielle et le guide Orsec « gestion sanitaire des vagues de chaleur » qui remplacent à partir de cette année l'ancien Plan national canicule (PNC).

### Rappel du 'Système d'alerte canicule et santé'

Le système d'alerte canicule santé (Sacs), prévu dans le cadre de l'instruction interministérielle « **gestion sanitaire des vagues de chaleur** », s'étend du 1er juin au 15 septembre. L'activation des niveaux de vigilance météorologique est conditionnée par l'atteinte ou le dépassement simultané des seuils d'alerte départementaux associés aux indices biométéorologiques (IBM) minimum et maximum, et par la présence de facteurs aggravant. Les IBM (min/max) constituent la moyenne des températures (minimales - maximales) prévues par Météo-France pour les 3 jours à venir (J, J+1, J+2). L'objectif principal de ce système est de prévenir un fort impact de la chaleur sur la santé de la population, grâce à l'identification de seuils d'alerte fondés sur les températures diurnes et nocturnes au-delà desquelles le risque de décès est susceptible d'augmenter de façon importante.





## Inscription au registre canicule

Un registre nominatif est tenu par le Centre communal d'action sociale (CCAS) dans le cadre du «plan canicule», du 1er juin au 15 septembre.

### En bref :

Depuis 2003, le plan canicule est activé chaque année pendant la période d'été. Du 1er juin au 15 septembre, la mairie tient un registre des personnes fragiles, afin de leur apporter conseil et assistance si nécessaire en cas de fortes chaleurs prolongées (visites à domicile, transport dans un lieu climatisé...).

### Pour qui ?

Les personnes âgées isolées et les personnes en situation de handicap.

### La démarche :

L'inscription sur le registre se fait :

- soit par les personnes elles-mêmes ;
- soit par un tiers (membre de la famille, représentant légal, professionnels médico-sociaux...).

N'hésitez pas à contacter le secrétariat de Mairie au 03.83.56.98.37 si vous souhaitez vous inscrire.

**CANICULE, FORTES CHALEURS  
ADOPTEZ LES BONS REFLEXES**

**MOILLER SON CORPS  
ET SE VENTILER**

**MAINTENIR SA MAISON  
AU FRAIS : FERMER  
LES VOILETS LE JOUR**

**DONNER ET PRENDRE  
DES NOUVELLES  
DE SES PROCHES**

**MANGER EN QUANTITÉ  
SUFFISANTE**

**BOIRE  
RÉGULIÈREMENT  
DE L'EAU**

**NE PAS BOIRE  
D'ALCOOL**

**ÉVITER LES EFFORTS  
PHYSIQUES**

**EN CAS D'URGENCE,  
APPELEZ LE 15**

   @MinSolSante

 Ministère des Solidarités  
et de la Santé

### Contact / Mairie

1 place de la Mairie, 54510 Art-sur-Meurthe  
Tél. : 03 83 56 98 37  
secretariat@mairie-art-sur-meurthe.fr  
facebook / instagram : Ville d'art-sur-meurthe

### Publication

Directeur : Jean Pierre Dessein | Rédaction : L'équipe  
municipale | Dépôt légal : A parution  
Impression : Par nos soins sur papier recyclé