



★ ≡CHALEUR OU CANICULE≡ ★ COMMENT PASSER UN BON ETE !



Vous êtes âgé (es) de plus de 65 ans et souhaitez être recensé : il convient aux familles ou aux voisins d'informer le Centre Communal d'Action Sociale, en Mairie (03.20.90.41.55.), de la situation d'isolement de la personne âgée qu'elle soit permanente ou temporaire et des personnes handicapées, isolées, susceptibles de bénéficier d'action de prévention, de veille et de secours pendant la période estivale.

RAPPEL

Certains établissements sont fermés au cours de cette période, entraînant la prise en charge des personnes fragilisées par leur famille.

UN AGENT DU C.C.A.S. SE DEPLACERA A DOMICILE, A VOTRE CONVENANCE, POUR VOUS AIDER ET VOUS CONSEILLER



CONSEILS PREVENTIFS



- Evitez les sorties aux heures les plus chaudes
- Si vous devez sortir, portez un chapeau, des vêtements légers et emportez une bouteille d'eau
- Maintenez les fenêtres et volets fermés durant la journée. Ouvrez la nuit.
- Buvez le plus possible, même sans soif (1, 5 litre/jour, d'eau ou jus de fruit)
- Mangez normalement en fractionnant vos repas si nécessaire
- N'hésitez pas à utiliser un brumisateur

SI NECESSAIRE APPELER UN MEDECIN. !

CONTACTS



SI VOUS ÊTES CONCERNE ET SOUHAITEZ ÊTRE RECENSE, FAITES LE NOUS SAVOIR PAR SIMPLE COURRIER (AVEC VOS NOM, PRENOM, ADRESSE, N° DE TELEPHONE_PERSONNEL, CEUX DE VOS PROCHES A CONTACTER AINSI QUE CELUI DE VOTRE MEDECIN TRAITANT).

POUR TOUT COMPLEMENT D'INFORMATIONS :

N'HESITEZ PAS A CONTACTER

LE C.C.A.S. AU 03.20.90.41.55.