

# OPÉRATION CANICULE



« Conséquence du réchauffement climatique, les vagues de chaleur sont de plus en plus intenses et

fréquentes. Elles sont particulièrement fortes en Occitanie.

La Mairie de L'Union met ce guide à votre disposition qui est un recueil de conseils pratiques et des dispositifs qui existent à l'échelle de la ville. »

**Marc Péré,**  
Maire de L'Union

## N'ATTENDEZ PAS LES PREMIERS EFFETS DES FORTES CHALEURS



**MAUX DE  
TÊTE**



**CRAMPES**



**NAUSÉES**

**EN CAS DE  
MALAISE**

**APPELEZ LE 15.**

ET AUSSI...

### LISTE DES PERSONNES FRAGILES

La ville de L'Union tient un registre des personnes sensibles aux risques liés aux vagues de chaleur. Si vous souhaitez vous y inscrire ou inscrire un de vos proches, appelez au 05 62 79 86 16.

### CELLULE D'AIDE AGENTS/ÉLUS

Pendant les épisodes critiques, une cellule de veille est créée. Elle rassemble des agents et des élus, qui apportent leur aide dès que c'est nécessaire.

### FORMATION DE GESTES AUX PREMIERS SECOURS

Dans le cadre de l'opération «réseau cœur», la ville propose des formations gratuites de gestes d'urgences cardiaques. Si vous êtes intéressés, veuillez écrire à l'adresse suivante : [reseaucœur@mairie-lunion.fr](mailto:reseaucœur@mairie-lunion.fr)

## NUMÉROS UTILES

**Hôtel de ville**  
05 62 89 22 89

**Maison de l'Action Sociale et de l'Emploi**  
05 62 79 86 16

**Police Municipale**  
05 61 09 28 97 • astreinte : 06 07 73 70 89  
(du lundi au vendredi, 7h30-19h).

**URGENCES : COMPOSEZ LE 15 OU LE 18**

# OPÉRATION CANICULE

## FAIRE FACE AUX VAGUES DE CHALEUR

## GUIDE DE CONSEILS PRATIQUES

**DOCUMENT À CONSERVER**





OPÉRATION

# CANICULE



## PERSONNES ÂGÉES

Certaines personnes âgées peuvent ne pas avoir conscience de la perception de la soif et ont tendance à moins s'alimenter que d'habitude. La hausse des températures extérieures favorise la hausse de la température corporelle.

**Veillez à ce que vos proches s'hydratent suffisamment surtout en période de fortes chaleurs.** Par exemple, il faut consommer 0,5 litre d'eau supplémentaire par jour si sa température corporelle passe de 37 à 38 °C.

## LES ACTIONS DE VOTRE COMMUNE



### ACCUEIL AU SEIN DE LIEUX CLIMATISÉS

La ville de L'Union ouvre des lieux d'accueil climatisés lors des périodes de fortes chaleur. Il peut s'agir de la Maison des Familles, la salle des mariages ou encore le cinéma. Pour que ces moments soient aussi des temps conviviaux et d'échanges entre générations, des animations seront prévues (projections, ateliers, jeux,...).



## BUVEZ DE L'EAU ET RESTEZ AU FRAIS



HORAIRES DE SORTIE : PRIVILÉGIEZ LE MATIN



ÉVITEZ  
L'ALCOOL



MANGEZ EN  
QUANTITÉ  
SUFFISANTE



FERMEZ VOLETS  
ET FENÊTRES  
LE JOUR ;  
AÉREZ LA NUIT



MOUILLEZ-  
VOUS LE  
CORPS



DONNEZ ET  
PRENEZ DES  
NOUVELLES  
DE VOS PROCHES



## GRATUITÉ DE LA PISCINE MUNICIPALE

Le pôle aquatique de la ville ouvrira ses portes gratuitement aux Unionais, Saint-Jeannais et Saint-Genisois sitôt que la Préfecture aura déclenché le niveau d'alerte rouge canicule, et ce pendant toute la durée de l'épisode.



## LE TRANSPORT

Les agents municipaux et les bénévoles de la Main Tendue seront mobilisés pour proposer un transport gratuit aux personnes ne disposant pas de moyen de locomotion pour se rendre à chaque lieu concerné par les opérations exposées ici.



## ENFANTS & NOURRISSONS

La chaleur expose les nourrissons et les enfants au coup de chaleur et au risque de déshydratation rapide. Prenez des précautions en limitant les sorties et en respectant les recommandations générales : rester au frais et s'hydrater.

## SIGNES D'ALERTE

fièvre, pâleur, somnolence ou agitation inhabituelle, soif intense avec perte de poids.

## QUE FAIRE ?

- placez l'enfant dans une pièce fraîche, donnez-lui immédiatement et régulièrement à boire ;
- faites baisser la fièvre par un bain, un à deux degrés au-dessous de la température corporelle ;
- En cas de troubles de la conscience, de refus ou d'impossibilité de boire, de coloration anormale de la peau, de fièvre supérieure à 40°C, **appelez sans tarder le SAMU en composant le 15.**



## SIESTES SONORES EN SOIRÉE

La ville organisera des temps d'animation nocturnes, avec notamment l'ouverture du parc Malpagat en soirée. Des brumisateurs extérieurs seront d'ailleurs mis à disposition au sein du parc.

## ET AUSSI...

Une veille sera assurée pour les bénéficiaires du portage de repas. Les agents leur fourniront si nécessaire des brumisateurs.