

# Conseils pour prévenir les risques en cas de canicule



## “LA MAIRIE VOUS ACCOMPAGNE.”

Le service social de Pomponne se mobilise pour vous accompagner. **Pour être contactés en priorité** en cas d'évènements climatiques comme la canicule, le Centre Communal d'Action Sociale vous propose un plan d'accompagnement.

Afin de permettre à la municipalité de recenser les personnes âgées et/ou handicapées, isolées à leur domicile, **le « registre nominatif des personnes vulnérables »** a été mis en place. Ce registre confidentiel concerne les catégories de populations suivantes : les personnes âgées de 65 ans et plus à mobilité réduite ou de plus de 60 ans reconnues inaptes au travail, et résidant à leur domicile. Ces informations sont confidentielles et ne seront utilisées qu'à cette fin.

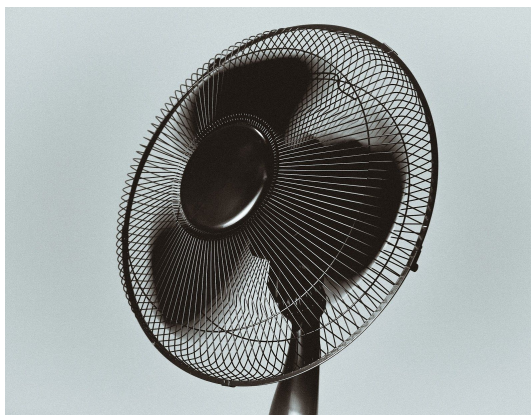
Cette **demande d'inscription** se fait uniquement en mairie et doit être réalisée par la personne concernée ou par un tiers (parent, enfant, voisin, médecin...).

## NOS CONSEILS:

- 1) Boire fréquemment et abondamment (au moins 1,5 litre d'eau, même si l'on n'a pas soif) et manger peu, mais plus souvent. Éviter de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique. En cas de sortie impérative, rester à l'ombre, porter un chapeau et emporter une bouteille d'eau.



- 2) Maintenir son logement frais (ne pas ouvrir les fenêtres pour limiter les entrées de chaleur, et fermer rideaux et volets tant que la température extérieure est supérieure à la température intérieure, et utiliser un thermomètre pour vérifier celle-ci). Passer, si possible, 2 à 3 heures par jour dans un endroit rafraîchi (salle climatisée, supermarché, musée etc.)



- 3) Se rafraîchir et se mouiller le corps plusieurs fois par jour (douches, bains sont recommandés mais aussi les brumisateurs). Porter des vêtements amples et légers.



## Contact:

Mairie de Pomponne

Adresse : 1 Rue du Général Leclerc, 77400 Pomponne

Téléphone: 01.60.07.78.22

mail: [mairie@pomponne.org](mailto:mairie@pomponne.org)

Site Internet: <https://pomponne.fr/>

Agence Régionale de Santé Ile-de-France  
Adresse : Millénaire 2, 35 Rue de la Gare, 75019 Paris  
Téléphone: 01 44 02 00 00  
Site Internet: <https://www.iledefrance.ars.sante.fr/>

Ministère des Solidarités et de la Santé  
Adresse : 14 Avenue Duquesne, 75350 Paris  
Téléphone: 01 40 56 60 00  
Site Internet: <https://solidarites-sante.gouv.fr/>