

Le plan canicule et le CCAS de Condom



Le plan canicule et le CCAS de Condom

Le Centre Communal d'Action Sociale de la commune de Condom est chargé d'effectuer un recensement auprès des personnes âgées, vulnérables ou dépendantes de plus de 75 ans, et des personnes handicapées de plus de 60 ans, qui vivent seules ou sont isolées.

Les personnes qui le souhaitent, doivent se faire connaître auprès de la mairie, en communiquant leurs données nominatives : nom, prénom, date de naissance, adresse, téléphone et personne de l'entourage à prévenir en cas d'urgence.

Pour tous renseignements complémentaires : accueil aux heures d'ouverture de la mairie ou Service Population au **05.62.28.48.33**

CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES

En période de canicule, il y a des risques pour ma santé, quels sont les signaux d'alerte?

Crampes

Fatigue inhabituelle

Maux de tête

Fièvre > 38°C

Vertiges / Nausées

Propos incohérents

Si vous voyez quelqu'un victime d'un malaise, **appelez le 15.**

BON À SAVOIR
À partir de 60 ans ou en situation de handicap, je peux bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Il me suffit de contacter ma mairie ou mon Centre Communal d'Action Sociale (CCAS).

En période de canicule, quels sont les bons gestes?

**JE BOIS
RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU**

Je mouille mon corps et je me ventile

Je mange en quantité suffisante

J'évite les efforts physiques

Je ne bois pas d'alcool

Je maintiens ma maison au frais : je ferme les volets le jour

Je donne et je prends des nouvelles de mes proches

ATTENTION
Je suis particulièrement concerné si je suis enceinte, j'ai un bébé ou je suis une personne âgée. Si je prends des médicaments, je demande conseil à mon médecin ou à mon pharmacien.