



## MAIRIE DE ROMPON

### **Déclenchement du niveau 3 « Alerte canicule » du plan canicule**

**Météo France classe le département de l'Ardèche en orange sur la carte de vigilance météo.**

Ce qui signifie que l'événement météo attendu va atteindre une intensité importante.

*Point météo :*

**En raison de la montée des températures, le niveau 3 « Alerte canicule » du plan canicule est déclenché en Ardèche.**

*Situations particulières :*

**Certaines consignes sont à respecter durant cette période de forte chaleur :**

- Utilisez le ventilateur et/ou la climatisation ou essayer de vous rendre dans un endroit frais.
- Mouillez votre corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches.
- Buvez au moins 1,5 litre d'eau par jour, même sans soif, et continuez à manger normalement.
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes.
- Si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers.
- Limitez vos activités physiques.
- En cas de maladie ou de troubles du comportement, appelez un médecin.
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie.
- 

Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour. Accompagnez-les dans un endroit frais.

**Vous pouvez consulter les sites [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) et [www.social-sante.gouv.fr](http://www.social-sante.gouv.fr)**

Un numéro vert Canicule info service est également mis à disposition du public pour toutes informations ou conseils : **0 800 06 66 66 (du lundi au samedi, de 8 à 20 heures).**

**Si vous avez connaissance d'une personne se trouvant en difficulté du fait de ces fortes chaleurs, n'hésitez pas à appeler les services de secours :**

**Le 15**, numéro d'appel gratuit du service d'aide médicale urgente (SAMU).

**Le 115**, numéro d'appel gratuit des urgences sociales, qui a pour mission d'informer, orienter et rechercher un hébergement pour les personnes sans domicile fixe.