



Publié sur *Bougival* (<https://www.ville-bougival.fr>)

[Accueil](#) > Durant l'été, le plan canicule est activé




#### **Voir aussi:**

[Recommandations sur le site du Ministère des solidarités et de la santé](#)

[Informations sur les vagues de chaleur](#)

#### **Documents:**

 [3\\_formulaire\\_inscription\\_plan\\_canicule.pdf](#)

#### **Contact:**

CCAS de Bougival

Mme Fromentin : 01 30 78 16 28

Mme Crepin : 01 30 78 20 45

Email : [maintien-a-domicile@ville-bougival.fr](mailto:maintien-a-domicile@ville-bougival.fr)

N'attendez pas que les fortes chaleurs arrivent pour vous inscrire ou inscrire l'un de vos proches au dispositif **Plan Canicule**.

Un numéro d'information est mis à disposition du public en cas de fortes chaleurs :

CANICULE INFO SERVICE : 0800 06 66 66

POLICE MUNICIPALE BOUGIVAL : **06 76 08 10 43**

CCAS - Mme Fromentin : **01 30 78 16 28**

Mme Crepin : **01 30 78 20 45**

- A Bougival, le plan canicule est désormais activé jusqu'au 15 septembre,
- les personnes à risques peuvent s'inscrire sur le registre canicule auprès du CCAS, afin d'être appelées lors des épisodes de forte chaleur.

**La canicule est définie comme un niveau de très fortes chaleurs le jour et la nuit pendant au moins trois jours consécutifs.** La définition de la canicule repose donc sur deux paramètres : la chaleur et la durée.

Ma santé peut être en danger quand ces 3 conditions sont réunies:

- il fait très chaud,
- la nuit, la température ne descend pas, ou très peu,
- cela dure plusieurs jours.

La chaleur fatigue toujours. Elle peut entraîner des accidents graves et même mortels, comme la déshydratation ou le coup de chaleur. La pollution de l'air et l'humidité aggravent les effets liés à la chaleur.

Ces risques peuvent survenir dès les premiers jours de chaleur. Des gestes simples permettent d'éviter les accidents. Il faut se préparer AVANT les premiers signes de souffrance corporelle, même si ces signes paraissent insignifiants.

+ d'infos sur

<https://www.gouvernement.fr/risques/canicule>

## **QUELLES SONT LES PERSONNES À RISQUE ?**

### **Les personnes âgées de plus de 65 ans**

Lorsque l'on est âgé, le corps transpire peu et il a donc du mal à se maintenir à 37°C. C'est pourquoi la température du corps peut alors augmenter : on risque le coup de chaleur (hyperthermie - température supérieure à 40°C avec altération de la conscience). Les personnes âgées sont aussi exposées à l'hyponatrémie (baisse du taux de sodium dans le sang) si elles s'hydratent trop.

### **Les nourrissons et les enfants, notamment les enfants de moins de quatre ans.**

En ce qui concerne l'enfant, le corps transpire beaucoup pour se maintenir à la bonne température. Mais, en conséquence, on perd de l'eau et on risque la déshydratation.

**Les femmes enceintes** sont particulièrement concernées par les gestes de prévention qui sont à suivre avec attention.

### **D'autres personnes sont également susceptibles d'être plus à risque en période de canicule**

Les personnes confinées au lit ou au fauteuil.

Les personnes souffrant de troubles mentaux (démences), de troubles du comportement, de difficultés de compréhension et d'orientation ou de pertes d'autonomie pour les actes de la vie quotidienne.

Les personnes ayant une méconnaissance du danger.

Les personnes souffrant de maladies chroniques ou de pathologies aiguës au moment de la vague de chaleur.

Les personnes en situation de grande précarité.

Les personnes sous traitement médicamenteux au long cours ou prenant certains médicaments pouvant interférer avec l'adaptation de l'organisme à la chaleur. Les médicaments peuvent aggraver les effets de la chaleur.

- Ces problèmes doivent être abordés avec votre médecin traitant et votre pharmacien avant l'été.

- En cas de problèmes de santé ou de traitement médicamenteux régulier, demander à son médecin traitant quelles sont les précautions complémentaires à prendre avant l'été (adaptation de doses, arrêt du traitement ?).

Les sportifs

Les travailleurs en plein air



## CANICULE, FORTES CHALEURS

QUELS SONT LES SIGNAUX D'ALERTE ?



Crampes



Fatigue inhabituelle



Maux de tête



Fièvre > 38°C



Vertiges / Nausées



Propos incohérents

## EN CAS DE MALAISE, APPELER LE 15

Pour plus d'informations : 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe)  
[www.sante.gouv.fr/canicule](http://www.sante.gouv.fr/canicule) • [www.meteo.fr](http://www.meteo.fr) • [#canicule](https://twitter.com/canicule)

Source URL: <https://www.ville-bougival.fr/article/durant-lete-le-plan-canicule-est-active>