

PLAN CANICULE

COMMENT AFFRONTER LA CANICULE ?

- **Évitez les sorties** aux heures les plus chaudes (12h-18h)
- **Fermez les volets** et les rideaux des façades exposées au soleil. Ouvrez-les le soir.
- **Prenez des douches ou des bains et/ou humidifiez-vous le corps** plusieurs fois par jour.
- **Buvez plusieurs fois par jour**, même sans soif et mangez comme d'habitude.
- Ne consommez pas d'alcool.
- **Demandez conseil à votre médecin**, votre pharmacien si vous prenez ou si vous voulez prendre des médicaments.

Et surtout,

N'HESITEZ PAS A AIDER ET VOUS FAIRE AIDER !

Si vous disposez pas d'une pièce fraîche chez vous, rendez-vous et restez au moins deux heures dans des endroits climatisés à proximité de votre domicile :

4 établissements vaudais proposent aux personnes âgées ou en situation de handicap de se rendre dans leur salon climatisé, en après-midi.

Il suffit d'en faire la demande par téléphone auprès des établissements concernés :

- **Pour les secteurs Nord et Ouest de Vaulx-en-Velin :**

Résidence les Acanthes - 17 rue Ernest Renan

04 72 04 34 56

- **Pour les habitants des secteurs Est de Vaulx-en-Velin :**

Résidence Ambroise Croizat - 88 chemin du Gabugy

04 78 80 92 55

- **Pour le secteur Centre de Vaulx-en-Velin :**

Service municipal des retraités - 41 avenue Gabriel Péri

04 72 04 78 40

- **Pour le secteur Sud de Vaulx-en-Velin :**

Résidence Les Althéas - 90 avenue Roger Salengro

04 72 37 04 10



MÉTROPOLE DE LYON

PLUS DE RENSEIGNEMENTS

Service municipal des Retraités : 04 72 04 78 40

www.vaulx-en-velin.net

Canicule Info Service

Tél : 0800 06 66 66 (appel gratuit)