SANTÉ

# Canicule, soyez vigilants !

Face aux températures très élevées qui s'installent sur le territoire, vous devez vous protéger et adopter certains gestes simples. Pour les personnes les plus à risque, voici aussi des contacts à privilégier en cas de besoin !

*Publié le 29 juillet 2024*

## Plans et Opérations Canicule

> En période de fortes chaleurs et jusqu'au 31 août 2024, Cassiopea pr opose son service de téléassistance.

### Le Plan Canicule

**Le Plan Canicule est activé. Vous pouvez consulter la carte de vigilance sur Vigilance Météo France (https://vigilance.meteofrance.fr/fr).**

### L'opération "Prévention Canicule"

**Cassiopéa renouvelle l'opération "Prévention Canicule" (https://cassiopea.fr/2024/05/29/prevention-canicule-2024/):**

**Cette opération se déroule en partenariat avec l'Union départementale des maires de la Dordogne.**

**Cassiopéa propose gratuitement jusqu'au 31 août 2024, son service de téléassistance aux personnes âgées et/ou en situation de handicap les plus fragiles et non équipées.**

**Contact au 05 53 53 54 54 ou par email : tele.assistance@cassiopea.fr.**

## Fortes chaleurs

### Des gestes simples à appliquer

- Boire régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif
- Se raffraîchir le corps (au moins le visage et les avants bras)
- Eviter tout effort physique
- Manger en quantité suffisante et ne pas boire d'alcool
- Ne pas sortir aux heures les plus chaudes et rester dans des lieux frais
- Fermer portes et volets toute la journée afin de maintenir votre logement le plus frais possible,
- Et penser à demander et à donner des nouvelles à vos proches.

## Santé

La chaleur fatigue et peut aussi entraîner des accidents graves voire mortels comme la déshydratation, un c oup de chaleur, des malaises.

Ces risques peuvent survenir dès les premiers jours de chaleur. Soyez vigilants !

LE GRAND Périgueux
Communauté d'Agglomération

255 rue Martha Desrumaux
24000 PÉRIGUEUX

ALLO AGGLO
05 53 35 86 00

CONTACT