



VERVIERS

CABINET DE M^{me} LA BOURGMESTRE

Verviers, le 6 août 2020

VAGUE DE CHALEUR

Les services météorologiques annoncent tous l'imminence d'une vague de chaleur touchant notre pays.

Cette situation a conduit le gouvernement fédéral à placer le pays en alerte rouge et a activé son Plan « VAGUE de CHALEUR », il semble dès lors opportun de rappeler dès maintenant certaines consignes et mesures élémentaires de prudence.

Il faut notamment mettre l'accent sur l'aide indispensable que nous nous devons de donner, dans les périodes de fortes chaleurs, aux personnes isolées et sensibles qui nous entourent. Dans de telles circonstances, il convient en effet d'adopter l'adage « SOYONS SOLIDAIRES ».

Parmi les personnes les plus fragiles et auxquelles une plus grande attention doit être portée, il nous paraît important de mettre plus particulièrement l'accent sur :

Les personnes âgées, les malades chroniques ou sous traitement régulier, les personnes isolées ainsi que les jeunes enfants.

Durant les heures et jours ouvrables, le Plan de Cohésion Sociale de la Ville de Verviers propose un accueil téléphonique aux seniors au 087 353 75, pour :

- Les aider à s'enregistrer gratuitement sur la plateforme "Be Alert" qui peut les renseigner en temps et en heure sur les risques de canicule;
- Les informer sur les mesures de protection et bonnes pratiques de santé, en temps de canicule (entre autres, s'hydrater, éviter l'exposition au soleil et toute forme d'exercice physique trop important);
- Les orienter en fonction de symptômes éventuels vers des personnes-relais, leur médecin traitant, voire l'hôpital.

Ce dispositif se veut une ressource des plus utiles, pour prévenir d'éventuelles complications liées aux fortes chaleurs, sous l'impulsion de l'Echevinat de l'Egalité des chances et du Plan de Cohésion Sociale.

RAPPEL DES CONSIGNES ELEMENTAIRES (PERSONNES AGEES)

- N'attendez pas la prochaine vague de chaleur pour prendre contact avec votre médecin traitant, votre infirmière à domicile, votre aide-soignante, spécialement si vous devez prendre régulièrement des médicaments
- Hydratez-vous régulièrement en privilégiant l'eau et en évitant les boissons trop sucrées
Petit rappel : l'eau du « robinet » (l'eau de distribution) est parfaitement potable et peut être consommée sans modération
- Si vous vivez seul(e), faites appel à quelqu'un de votre famille pour qu'il ou elle prenne de vos nouvelles régulièrement. Si vous êtes isolé(e), n'hésitez pas à demander de l'aide à un



voisin ou une voisine ou, si vous ne trouvez personne vers qui vous tournez, prenez contact avec le
CENTRE PUBLIC D'ACTION SOCIALE (C.P.A.S.) dont les bureaux sont installés rue du Collège n° 49 à 4800 VERVIERS (de 08h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00).

En fonction de votre situation particulière, votre requête pourra être dirigée vers un(e) intervenant(e) social(e).

RAPPEL DES CONSIGNES ELEMENTAIRES (JEUNES ENFANTS)

- Ne laissez jamais un enfant seul dans une voiture. Même avec une ou plusieurs vitres légèrement ouvertes, la température risque d'y monter très rapidement et d'entraîner de graves problèmes
- L'été et la chaleur aidant, les enfants vont privilégier les jeux en extérieur (plage, campagne, etc...). Pensez à les prémunir du risque d'insolation en leur couvrant la tête avec un chapeau ou une casquette. Des lunettes de soleil ne sont pas simplement des accessoires de mode, pensez à en munir votre enfant, particulièrement si vous envisagez un séjour en bord de mer, en bordure d'un lac ou en montagne
- Hydratez vos enfants régulièrement
- Pensez à prémunir votre enfant contre le risque d'un coup de soleil. En cette saison, de nombreux magasins tout comme les pharmacies proposent crèmes ou fluides de filtration réduisant les effets néfastes du soleil. Optez pour des produits proposant un haut indice de protection ou n'hésitez pas à demander conseil à votre pharmacien.

RAPPEL DES CONSIGNES ELEMENTAIRES (ANIMAUX DE COMPAGNIE)

- Ne laissez jamais un animal seul dans une voiture. Même avec une ou plusieurs vitres légèrement ouvertes, la température risque d'y monter très rapidement et d'entraîner de graves problèmes
- Si votre animal doit rester seul durant plusieurs heures, que ce soit à l'intérieur ou au jardin, pensez à prévoir son alimentation en eau en quantité suffisante. S'il se trouve à l'extérieur, faites-en sorte qu'il puisse disposer d'un endroit ombragé

QUE FAIRE EN CAS DE MALAISE ?

- Prévenez immédiatement le médecin traitant ou de garde
- Si la personne est confuse et présente une température anormalement élevée, il se peut qu'elle soit victime d'un « coup de chaleur », appelez immédiatement le 112

Et de toute façon, en attendant les secours :

- Mettez la personne au repos dans un endroit frais
- Offrez-lui de l'eau et humidifiez ses vêtements
- Assurez un apport d'air frais.



VERVIERS

CABINET DE M^{me} LA BOURGMESTRE

LIENS UTILES POUR PLUS D'INFOS

Conseils pour la protection de la santé lors de vagues de chaleur (SPF Santé Publique)

<http://www.health.belgium.be>

Prévisions météorologiques de l'I.R.M.

<http://www.meteo.be>

Conseils généraux sur les risques

<http://www.info-risques.be>

Vous pouvez également obtenir de plus amples informations en prenant contact avec le Fonctionnaire chargé de la Planification d'Urgence de la Ville de Verviers, soit par téléphone au 087/325.331n par gsm au 0488/16.00.31 ou par courriel adressé à l'adresse suivante :
richard.dries@verviers.be