

# Une question, un conseil ?

→ Contactez votre mairie de quartier

## Quartier Clou-Bouchet

Rue Jules-Siegfried

Tél. 05 49 04 01 06

Ouvert du lundi au vendredi  
[8h45 / 12h30] et [13h45 / 17h30]

Vacances scolaires : [13h45 / 17h30]

## Saint-Liguaire

18 rue du 8 mai

Tél. 05 49 73 97 04

Ouvert du lundi au vendredi [13h45 /  
17h30] (fermé les semaines 31 et 32)

## Tour-Chabot / Gavacherie

Rue Max-Linder / Tél. 05 49 04 04 15

Ouvert du lundi au vendredi

[8h45 / 12h30] et [13h45 / 17h30]  
Vacances scolaires [8h45 / 12h30]

## → QUELQUES HEURES AU FRAIS

Les maisons de retraite de la Ville de Niort ouvrent leurs portes quelques heures l'après-midi aux personnes âgées accompagnées qui souhaitent se rafraîchir dans une salle climatisée.

→ Prenez contact au préalable

### Maison de retraite du "Sacré Cœur"

16 rue des 3 Coigneaux

Tél. 05 49 77 13 40

### Le Doyenné de la "Venise Verte"

59 rue Jean-de la Fontaine

Tél. 05 49 17 89 00

### Logement Foyer de "La Coudraie"

avec hébergement temporaire

6 rue de la Coudraie

Tél. 05 49 24 30 29

### Maison de retraite "Les Avelines"

4 rue de la Coudraie

Tél. 05 49 33 18 50

### Résidence "Artimon"

53 rue des Justices

Tél. 05 49 33 46 49

### Maison de retraite des Brizeaux

avec hébergement temporaire

51 rue des Justices

Tél. 05 49 33 09 43

### Maison de retraite "Coteaux de Ribray"

1 rue Pieter-Bruegel

Tél. 05 49 73 35 88

### Maison de retraite "ORPÉA"

43 rue de la Burgonce

Tél. 05 49 08 98 00



### Maison de retraite "Le Grand Cèdre"

rue du Cervolet

Tél. 05 49 78 37 87

### Maison de retraite "Sevret"

57 rue du Moulin à vent

Tél. 05 49 78 08 08



# CANICULE

## SOYONS ATTENTIFS & SOLIDAIRES

Notice d'information  
sur la prévention  
des risques liés  
à la canicule



Bulletin Météo France : 0 899 71 02 79

(0,34 euros par appel)



[www.vivre-a-niort.com](http://www.vivre-a-niort.com)



Geneviève Gaillard

Parce que nous sommes tous responsables de nos aînés, ce document de sensibilisation s'adresse non seulement aux personnes âgées mais également à nous

Maire de Niort  
Députée des Deux-Sèvres

tous qui vivons à leurs côtés et devons leur prêter une attention quotidienne. Seule une vigilance de tous les instants permet de sauver des vies.

## AVANT L'ÉTÉ JE ME PRÉPARE:

- si je suis une personne âgée de 65 ans et plus vivant seule à domicile, un adulte handicapé, ou une personne seule fragilisée par une maladie chronique. Je peux demander à m'inscrire sur le registre canicule ouvert par la mairie et ainsi bénéficier d'une aide des services sanitaires et sociaux en cas d'alerte à la canicule.

### Pour cela,

- je me procure un formulaire d'inscription à l'accueil de l'Hôtel de Ville ou de ma mairie de quartier ou sur le site internet à l'adresse suivante <http://www.vivre-a-niort.com>
- puis je le retourne une fois renseigné sous enveloppe à mairie de Niort/recensement canicule/place Martin Bastard 79022 NIORT cedex



## DURANT L'ÉTÉ POUR MON BIEN ÊTRE, JE SUIS CES QUELQUES CONSEILS:

- je me protège de la chaleur en fermant volets et stores exposés au soleil et je n'aère mon logement qu'aux heures les plus fraîches, nuit et matin
- j'évite de sortir aux heures les plus chaudes de la journée, je limite mes déplacements et porte chapeau et vêtements légers
- je m'hydrate régulièrement, même en l'absence de sensation de soif
- je me procure un ventilateur, un éventail ou un brumisateur
- j'humidifie mon visage et mon corps (douche, brumisateur, linge mouillé)
- si je prends des médicaments, je n'hésite pas à demander conseil à mon médecin traitant ou à mon pharmacien
- je donne des nouvelles régulièrement à mes proches ou mon voisinage



## DURANT LA CANICULE JE RESPECTE CES RECOMMANDATIONS ET CELLES DE MON MÉDECIN TRAITANT:

- je cherche à récupérer dans un endroit frais ou un lieu rafraîchi proche de mon domicile : maison de retraite, piscines...
- je bois de l'eau, je continue à manger normalement
- je prends des douches régulièrement
- je donne de mes nouvelles à mes proches ou à mon entourage, et n'hésite pas à demander leur aide notamment pour mes déplacements

### LES 3 CONDITIONS DE LA CANICULE ma santé peut être mise à mal quand ces 3 conditions sont réunies dans le département des Deux-Sèvres,

- 1 Il fait très chaud le jour : **35° C**
- 2 La nuit les températures restent élevées : **20° C**
- 3 La vague de chaleur dure depuis **3 jours** au moins

Seul(e) et inscrit(e) au registre canicule, je peux demander une aide au  **N°Vert 0 800 88 13 29**  
Renseignements Mairie de Niort > appel gratuit



En cas de malaise, j'appelle mon médecin ou le SAMU (15) en cas d'urgence

### Pour en savoir plus

téléphonez au **0.800.06.66.66** (appel gratuit)  
ou consultez [www.sante.gouv.fr/canicule](http://www.sante.gouv.fr/canicule)



### ATTENTION AUX PREMIERS SIGNES

L'exposition à de fortes chaleurs constitue un stress pour l'organisme et va fatiguer les personnes fragiles. Si le corps ne peut maintenir sa température autour de 37°C, des signes peuvent apparaître comme des crampes musculaires, un épuisement dû à la fatigue, une insolation avant un coup de chaleur.



### Les pieds dans l'eau

La piscine du Pré-Leroy est ouverte tout l'été.  
Tél. 05 49 24 09 96

La piscine de Champommier est seulement ouverte en juillet.  
Tél. 05 49 24 59 19