

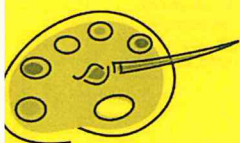
Moutiers Actualités N° 35

Juillet 2015

## Bulletin Municipal

Mairie	03.82.46.08.76	Gendarmerie	03.82.46.01.90
Poste	03.82.46.24.96	Pompiers – SAMU	18
Pharmacie HENNEQUIN	03.82.46.11.08	E.D.F	08.10.33.34.57
Mme SCHULER Infirmière	03 82 33 83 29	G.D.F	08.10.43.31.57
J.B.N.	03.82.46.37.26	Réseau eau potable	03.87.73.33.33
Assistante Sociale	03.82.46.23.98	Ordures ménagères SIRTOM	03.82.20.22.00
Presbytère JOEUF	03.82.22.27.49	Syndicat d'assainissement	03.87.73.33.33
Police	03.82.47.12.30	Déchèterie Homécourt	03.82.22.96.86
Taxi	03.82.21.23.55	Numéricable	39.90

Organisée par la Commission Culture, l'exposition des œuvres de nos artistes locaux aura lieu pour cette quatrième année consécutive les :



**Samedi 29 août 2015 (de 14h à 18h30)**  
**et Dimanche 30 août 2015 (de 10h à 18h30 non-stop)**  
**à Moutiers**

**dans une salle du bâtiment D'Estienne D'Orves.**

Les personnes qui désirent exposer leurs œuvres sont priées de remplir le bon ci-dessous et de le déposer en mairie.

Pour d'autres renseignements, contacter Mme KOCKEISEN Aline au  
 06.76.01.67.76.

✂ .....

NOM : .....

PRENOM : .....

ADRESSE : .....

☎ : .....



# PLAN CANICULE

## Il y a danger pour ma santé lorsque :



Il fait très chaud

La température ne descend pas

Cela dure 3 jours ou plus.

## BON A SAVOIR

A partir de 60 ans, en situation de handicap, ou seul(e), je contacte ma mairie au 03.82.46.08.76 pour bénéficier d'un accompagnement personnalisé.

## Quelques conseils :

En période de canicule, **il y a des risques pour ma santé, quels sont les signaux d'alerte?**



Crampes



Fatigue inhabituelle



Maux de tête



Fièvre > 38°C



Vertiges / Nausées



Propos incohérents

Si vous voyez quelqu'un victime d'un malaise, appelez le 15.

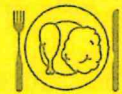
En période de canicule, **quels sont les bons gestes?**



JE BOIS RÉGULIÈREMENT DE L'EAU



Je mouille mon corps et je me ventile



Je mange en quantité suffisante



J'évite les efforts physiques



Je ne bois pas d'alcool



Je maintiens ma maison au frais : je ferme les volets le jour



Je donne et je prends des nouvelles de mes proches

## BON À SAVOIR

À partir de 60 ans ou en situation de handicap, je peux bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Il me suffit de contacter ma mairie ou mon Centre Communal d'Action Sociale (CCAS).

## ATTENTION

Je suis particulièrement concerné si je suis enceinte, j'ai un bébé ou je suis une personne âgée. Si je prends des médicaments : je demande conseil à mon médecin ou à mon pharmacien.

## Solidarité :

L'isolement constitue un facteur de risque supplémentaire très important lors d'épisodes caniculaires. Si dans votre entourage vous connaissez des personnes isolées et fragiles, signalez leur présence au 03.82.46.08.76.

Si vous voyez quelqu'un victime d'un malaise, appelez le 15.