

CONSEILS EN CAS DE VIGILANCE ORANGE

Vent

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>Des coupures d'électricité et de téléphone peuvent affecter les réseaux de distribution pendant des durées relativement importantes.</p> <p>Les toitures et les cheminées peuvent être endommagées.</p> <p>Des branches d'arbre risquent de se rompre.</p> <p>Les véhicules peuvent être déportés.</p> <p>La circulation routière peut être perturbée, en particulier sur le réseau secondaire en zone forestière.</p> <p>Le fonctionnement des infrastructures des stations de ski est perturbé.</p> <p>Quelques dégâts peuvent affecter les réseaux de distribution d'électricité et de téléphone.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Je protège ma maison et les biens exposés au vent.• Je me tiens informé auprès des autorités.• Je limite mes déplacements.• Je prends garde aux chutes d'arbres et d'objets.• Je n'interviens pas sur les toits.• J'installe les groupes électrogènes à l'extérieur de la maison.

Orages

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>De fortes précipitations susceptibles d'affecter les activités humaines sont attendues.</p> <p>Des inondations importantes sont possibles dans les zones habituellement inondables, sur l'ensemble des bassins hydrologiques des départements concernés.</p> <p>Des cumuls importants de précipitation sur de courtes durées, peuvent, localement, provoquer des crues inhabituelles de ruisseaux et fossés.</p> <p>Risque de débordement des réseaux d'assainissement.</p> <p>Les conditions de circulation routière peuvent être rendues difficiles sur l'ensemble du réseau secondaire et quelques perturbations peuvent affecter les transports ferroviaires en dehors du réseau « grandes lignes ».</p> <p>Des coupures d'électricité peuvent se produire.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Je m'éloigne des cours d'eau et des points bas, je rejoins un point haut ou je m'abrite à l'étage• Je ne m'engage pas sur une route immergée, même partiellement• J'évite de me déplacer• Je me tiens informé et je surveille la montée des eaux• Je ne descends pas dans les sous-sols• Je mets mes biens hors d'eau et je localise mon kit d'urgence

Pluie Inondation

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>De fortes précipitations susceptibles d'affecter les activités humaines sont attendues.</p> <p>Des inondations importantes sont possibles dans les zones habituellement inondables, sur l'ensemble des bassins hydrologiques des départements concernés.</p> <p>Des cumuls importants de précipitation sur de courtes durées, peuvent, localement, provoquer des crues inhabituelles de ruisseaux et fossés.</p> <p>Risque de débordement des réseaux d'assainissement.</p> <p>Les conditions de circulation routière peuvent être rendues difficiles sur l'ensemble du réseau secondaire et quelques perturbations peuvent affecter les transports ferroviaires en dehors du réseau « grandes lignes ».</p> <p>Des coupures d'électricité peuvent se produire.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Je m'éloigne des cours d'eau et des points bas, je rejoins un point haut ou je m'abrite à l'étage• Je ne m'engage pas sur une route immergée, même partiellement• J'évite de me déplacer• Je me tiens informé et je surveille la montée des eaux• Je ne descends pas dans les sous-sols• Je mets mes biens hors d'eau et je localise mon kit d'urgence

Canicule

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé.</p> <p>Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les personnes atteintes de maladie chronique ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, et les personnes isolées.</p> <p>Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention à la déshydratation et au coup de chaleur.</p> <p>Veillez aussi sur les enfants.</p> <p>Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 40 °C, une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, une somnolence, une soif intense, une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Buvez de l'eau plusieurs fois par jour.• Continuez à manger normalement.• Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateuse, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains tièdes.• Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h-21h).• Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers.• Essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé deux à trois heures par jour, tout en continuant de respecter la distanciation physique et les gestes barrière.• Limitez vos activités physiques et sportives.• Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit.• Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite. Accompagnez-les dans un endroit frais.• En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin.• Si vous avez besoin d'aide appelez la mairie.• Pour en savoir plus, consultez le site https://sante.gouv.fr/

Grand froid

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>Le grand froid peut mettre en danger les personnes fragilisées ou isolées, notamment les personnes âgées, handicapées, souffrant de maladies cardiovasculaires, respiratoires, endocriniennes ou certaines pathologies oculaires, les personnes souffrant de troubles mentaux ou du syndrome de Raynaud.</p> <p>Veillez particulièrement aux enfants.</p> <p>Certaines prises médicamenteuses peuvent avoir des contre – indications en cas de grands froids : demandez conseil à votre médecin.</p> <p>En cas de sensibilité personnelle aux gerçures (mains, lèvres), consultez un pharmacien.</p> <p>Chez les sportifs et les personnes qui travaillent à l'extérieur : attention à l'hypothermie et à l'aggravation de symptômes préexistants.</p> <p>Les symptômes de l'hypothermie sont progressifs : chair de poule, frissons, engourdissement des extrémités sont des signaux d'alarme : en cas de persistance ils peuvent nécessiter une aide médicale.</p> <p>Veillez particulièrement aux moyens utilisés pour vous chauffer et à la ventilation de votre logement :</p> <ul style="list-style-type: none"> – une utilisation en continu des chauffages d'appoint ; – une utilisation de cuisinière, braséro, etc. pour vous chauffer ; – le fait de boucher les entrées d'air du logement ; peuvent entraîner un risque mortel d'intoxication au monoxyde de carbone 	<ul style="list-style-type: none"> • Évitez les expositions prolongées au froid et au vent, évitez les sorties le soir et la nuit. • Protégez-vous des courants d'air et des chocs thermiques brusques. • Habillez-vous chaudement, de plusieurs couches de vêtements, avec une couche extérieure imperméable au vent et à l'eau, couvrez-vous la tête et les mains ; ne gardez pas de vêtements humides. • De retour à l'intérieur, alimentez-vous convenablement et prenez une boisson chaude, pas de boisson alcoolisée. • Attention aux moyens utilisés pour vous chauffer : les chauffages d'appoint ne doivent pas fonctionner en continu ; ne jamais utiliser des cuisinières, braséros, etc. pour se chauffer. Ne bouchez pas les entrées d'air de votre logement. • Par ailleurs, aérez votre logement quelques minutes même en hiver. • Évitez les efforts brusques. • Si vous devez prendre la route, informez-vous de l'état des routes. En cas de neige ou au verglas, ne prenez votre véhicule qu'en cas d'obligation forte. En tout cas, emmenez des boissons chaudes (thermos), des vêtements chauds et des couvertures, vos médicaments habituels, votre téléphone portable chargé. • Pour les personnes sensibles ou fragilisées : restez en contact avec votre médecin, évitez un isolement prolongé. • Si vous remarquez une personne sans abri ou en difficulté, prévenez le « 115 ». • Pour en savoir plus, consultez les sites <ul style="list-style-type: none"> • https://sante.gouv.fr/ • https://www.santepubliquefrance.fr/ <p>sur les aspects sanitaires</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.bison-fute.gouv.fr pour les conditions de circulation

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>Des crues importantes sont possibles.</p> <p>Les conditions de circulation peuvent être rendues difficiles sur l'ensemble du réseau et des perturbations peuvent affecter les transports ferroviaires.</p> <p>Des coupures d'électricité peuvent se produire.</p> <p>Les digues peuvent être fragilisées ou submergées.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je m'éloigne des cours d'eau et des ponts, je rejoins un point haut ou je m'abrite à l'étage • Je ne m'engage pas sur une route immergée, même partiellement • J'évite de me déplacer et je me tiens informé sur les conditions météo • Je surveille la montée des eaux • Je ne descends pas dans les sous-sols • Je mets mes biens hors d'eau et je localise mon kit d'urgence

Neige Verglas

Conséquences possibles	Conseils de comportement
<p>Des chutes de neige ou du verglas, dans des proportions importantes pour la région, sont attendus.</p> <p>Les conditions de circulation peuvent devenir rapidement très difficiles sur l'ensemble du réseau, tout particulièrement en secteur forestier où des chutes d'arbres peuvent accentuer les difficultés.</p> <p>Les risques d'accident sont accrus.</p> <p>Quelques dégâts peuvent affecter les réseaux de distribution d'électricité et de téléphone.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je me tiens informé auprès des autorités • Je limite mes déplacements • Pour la route, je munis mon véhicule d'équipements spéciaux, j'emporte des vivres et des couvertures • J'installe les groupes électrogènes à l'extérieur de la maison et n'utilise pas les chauffages à combustion en continu