

# Les signaux d'alerte



Crampes



Fatigue  
inhabituelle



T° supérieure  
à 38°



Propos  
incohérents



Vertiges,  
Nausées



Maux  
de tête

## EN CAS D'URGENCE, APPELEZ LE 112

En attendant l'arrivée des secours,  
assurez un apport de fraîcheur et offrez de l'eau à la victime

### Rappel

*Le dispositif de veille est toujours actif !*

*En situation de crise, telle que la canicule, une attention particulière est apportée, par le CPAS, aux personnes âgées de 75 ans et plus et/ou isolées inscrites au dispositif.*

Les inscriptions sont toujours possibles. Via retour du formulaire téléchargeable depuis <https://www.cpas.mons.be> soit :



Par mail à l'adresse suivante :  
[dispositifdeveille@cpas.mons.be](mailto:dispositifdeveille@cpas.mons.be)



Par courrier au Plan de Cohésion Social  
du CPAS de la Ville de Mons :  
rue de Bouzanton, 1 à 7000 Mons

**Renseignements complémentaires : 065/88.22.25**

# Plan Canicule à Mons. Restons solidaires !

Nous avons tous un rôle à jouer. Il y a toujours autour de nous des personnes sensibles et isolées qui peuvent se trouver dans une situation d'inconfort ou de danger à cause de la canicule. Pensons à eux !



Boire fréquemment de l'eau.



Éviter les efforts physiques pendant les heures chaudes.



Éviter l'alcool et les boissons sucrées.



Fermer les fenêtres, tentures et volets pendant la journée et aérer pendant la nuit.



Ne jamais abandonner une personne ou un animal dans une voiture en stationnement.



Rester à l'intérieur, particulièrement en cas de pics d'ozone.

**EN CAS D'URGENCE : 112**  
**INFOS : 065/88 22 25**