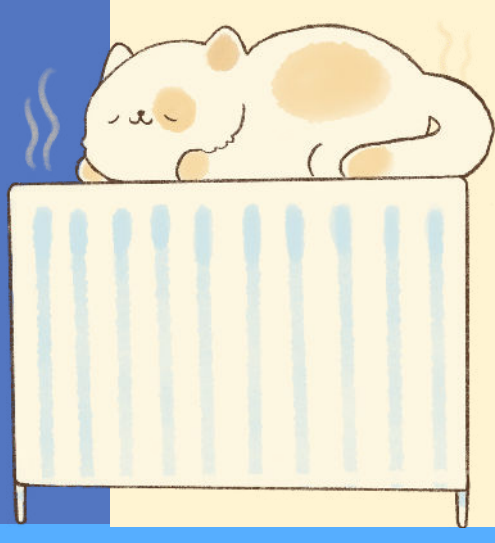
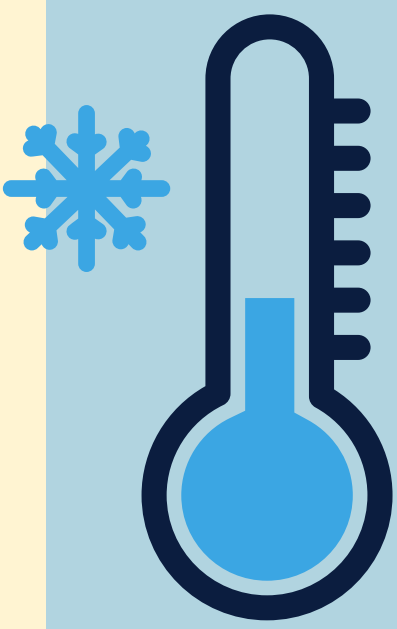
EN CAS DE GRAND FROID : LES BONS GESTES

Avant le début de l'hiver, il est indispensable de vérifier le bon fonctionnement des appareils de chauffage et des bouches d'aération de son habitat pour éviter tout risque de fuite d'air, de risque incendie ou encore d'empoisonnement au monoxyde de carbone.



Prendre des nouvelles des personnes dépendantes et isolées qui sont d'autant plus fragilisées par le froid et peuvent avoir besoin d'une aide extérieur et de se sentir soutenues. S'assurer qu'elles aient suffisamment de courses et une avance dans leurs médicaments.
Un simple coup de téléphone peut faire une grande différence !

Eviter au maximum de sortir de chez soi, anticiper les besoins pour réduire le temps passer à l'extérieur.
Se montrer particulièrement prudent en cas de neige et verglas.



En cas de sortie, s'habiller chaudement en protégeant particulièrement la tête, le cou, les pieds et les mains.
Pour respirer le moins possible d'air froid, se couvrir la bouche et le nez.