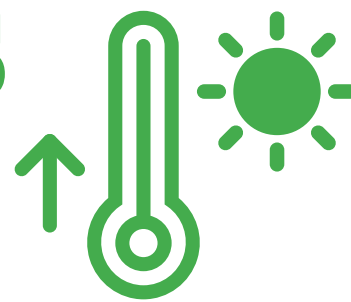


RECOMMANDATIONS EN PÉRIODE D'ÉTÉ



MEYRIN

Plan canicule
Ville de Meyrin

Le soleil contribue à notre bien-être, mais il peut aussi être source de danger.

Les rayons UV jouent un rôle important dans la genèse du cancer de la peau et accélèrent le vieillissement cutané. Quant à la chaleur, elle peut avoir des effets sur la santé, mais aussi sur la sécurité du travailleur (altération des performances mentales et physiques).

Face à la chaleur, personne ne réagit de la même façon. Il convient donc d'être attentif et de suivre les recommandations ci-dessous.

1 TRAVAIL À L'EXTÉRIEUR SE PROTÉGER DES UV ET DE L'OZONE



Ne pas sous-estimer les risques: la peau a bonne mémoire.



Appliquer régulièrement un produit solaire avec un indice de protection de 25 ou plus.



L'ombre constitue la meilleure protection contre le soleil.



Examiner régulièrement la peau (taches ou grains de beauté suspects) et consulter en cas de doute.



Eviter de rester en plein soleil entre 11h et 15h (maximum d'UV).



En été, les concentrations d'ozone sont maximales en fin d'après-midi (entre 16h et 18h). Eviter les efforts physiques intenses en plein air.



Porter des lunettes de soleil, un couvre-chef et protéger également la nuque.

2 TRAVAIL À L'INTÉRIEUR LAISSER LA CHALEUR DEHORS



Ouvrir les fenêtres en grand en début de matinée.



Favoriser les mouvements d'air, utiliser les ventilateurs à disposition (voir avec le concierge).



Fermer les fenêtres durant la journée, ainsi que les stores et rideaux des façades exposées au soleil, et aérer ponctuellement pour évacuer la chaleur accumulée.



Boire régulièrement et sans attendre d'avoir soif (au moins 1 à 1,5 l par jour).



Manger léger et frais (crudités, fruits).



Réduire au maximum les sources internes de chaleur (éclairage, appareils de bureaux, machines).



S'habiller léger, dans le respect du code vestimentaire et des consignes de sécurité.

3 PLAN CANICULE VILLE DE MEYRIN

Afin de prévenir et limiter les effets sanitaires d'une période caniculaire, la ville de Meyrin s'est dotée d'un plan canicule en trois phases:



Phase de veille
Mi-mai à mi-septembre



Phase d'information
Alerte cantonale



Phase d'activation
Alerte cantonale

Un plan d'action a été élaboré, afin de protéger la population de la Commune et le personnel de l'administration par la mise en place de mesures adaptées aux niveaux d'alerte.