



## CHALEUR – APPEL À LA VIGILANCE!

### MESURES PRÉVENTIVES POUR RÉDUIRE LES EFFETS DE LA CHALEUR SUR LA SANTÉ DESTINÉES AUX ORGANISMES COMMUNAUTAIRES DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE

Durant les épisodes de chaleur, certaines personnes sont plus à risque de souffrir des conséquences potentielles de la chaleur sur la santé. Ces personnes peuvent ne pas ou très peu fréquenter le réseau de la santé et des services sociaux. D'autres ne sont pas rejointes par les campagnes de prévention publiques.

En tant qu'organisme communautaire, vous pouvez jouer un rôle important dans la réduction des effets de la chaleur sur la santé chez les personnes les plus vulnérables.

#### En début de saison :

- ✓ Affichez les [affiches du MSSS](#) « Il fait très chaud! » dans vos locaux ou le hall du bâtiment de votre organisme <sup>1</sup>.

#### En période de grande chaleur :

- ✓ Prenez connaissance de l'[avis de santé publique](#) destiné aux partenaires pour vous renseigner sur les conséquences d'une exposition prolongée à la chaleur et sur les recommandations émises pour protéger les personnes vulnérables fréquentant votre organisme.
- ✓ Appliquez des mesures préventives, par exemple :
  - Sensibilisez vos bénévoles, travailleurs et proches aidants sur les effets de la chaleur sur la santé et partagez les recommandations;
  - Distribuez ou offrez des moyens de rafraîchissement (ex. : pichets d'eau disponibles dans votre milieu de vie);
  - Visitez à domicile les personnes fréquentant votre organisme afin de permettre de visualiser l'état du logement et de favoriser l'échange quant aux impacts de la chaleur extrême;
  - Contactez par téléphone (ou par courriel, si jugé efficace) les personnes fréquentant votre organisme et bénévoles plus vulnérables aux effets de la chaleur;

---

<sup>1</sup> Il est possible de [commander](#) ces affiches sur le site Internet du Ministère de Santé et des Services sociaux.



- Privilégiez les activités extérieures aux moments de la journée où il fait moins chaud;
- Organisez des activités dans vos locaux, s'ils sont plus frais, ou dans des endroits climatisés (ex. : sortie au cinéma);
- Diffusez les activités gratuites ayant lieu dans des endroits climatisés (ex. : les bibliothèques municipales);
- Distribuez les feuillets du MSSS « Il fait très chaud! »<sup>2</sup>.

Pour toute question en lien avec les effets de la chaleur sur la santé, vous pouvez vous référer aux services 24/7 d'Info-Santé en signalant le numéro 811.

Lors des situations d'urgence uniquement, vous pouvez contacter le 911, notamment lors de la nécessité d'un transport ambulancier.

Nous vous remercions pour votre vigilance auprès des personnes les plus vulnérables à la chaleur. Ensemble, nous pouvons réduire les effets de la chaleur sur la santé des personnes les plus vulnérables.

Outils en ligne: [Prévenir les effets de la chaleur](#)

**Julien Bédard**

Adjoint à la sécurité civile et aux mesures d'urgence

Coordonnateur régional de la sécurité civile – Mission *Santé*

Centre intégré universitaire de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale

---

<sup>2</sup> Il est possible de [commander](#) ces feuillets sur le site Internet du Ministère de Santé et des Services sociaux.