



MEINIER

infos

07
2025



Canicule



Le médecin cantonal recommande vivement à la population de prendre les précautions suivantes (<https://www.ge.ch/recommandations-cas-canicule>) :

- **Se protéger de la chaleur** : éviter les activités physiques aux heures les plus chaudes, adapter sa tenue (préférer les vêtements légers, amples, en coton et de couleur claire, porter un chapeau ou retirer sa cravate, par exemple).
- **Préserver la fraîcheur du logement autant que possible** : fermer les fenêtres et volets le jour et les ouvrir la nuit pour provoquer des courants d'air.
- **S'hydrater suffisamment** : boire régulièrement (au moins 1,5 litre d'eau par jour pour un adulte), même en l'absence de sensation de soif, et en évitant l'alcool, car il accentue l'effet néfaste de la chaleur et augmente la déshydratation.
- **Ne pas oublier de manger** : manger léger, en plusieurs petites portions (fruits, légumes, soupes froides).
- **Se rafraîchir** : prendre régulièrement des douches ou des bains frais, en s'humidifiant le corps plusieurs fois par jour avec un brumisateuseur ou un gant de toilette et sortir dans des endroits frais et ombragés.
- **Se faire aider** : s'appuyer sur des proches, des voisins ou un professionnel de santé si nécessaire.

➔ **LES PERSONNES SOUHAITANT ÊTRE CONTACTÉES** lors de canicule sont priées de s'annoncer auprès de notre coordinatrice sociale, Heidi Gusset, au ☎ 022 855 13 00 ou h.gusset@meinier.ch



COUP DE CHALEUR, SIGNES À RECONNAÎTRE :

- température corporelle élevée
- faiblesse générale, confusion, vertiges, nausées et crampes.

➔ **EN CAS DE SYMPTÔMES**, il faut agir immédiatement, faire boire et rafraîchir la personne, et **APPELER LE 144** s'il n'y a pas d'amélioration.

REPRISE DU Marché de Meinier

Après une absence de maraîcher depuis le mois de mars, nous avons effectué plusieurs recherches pour trouver un « repreneur »... et une association s'est annoncée partante pour reprendre le flambeau ! 👍😊

Dès le **VENDREDI 22 août de 16h à 20h**, le marché retrouvera donc des étals de légumes et autres produits locaux. L'association sera présente ensuite **CHAQUE VENDREDI de 16H00 à 20H00 sur le parvis de la salle communale**.

Merci de leur réserver bon accueil et de reprendre vos achats au Marché !



Information éditée par la Mairie de Meinier, route de Gy 17, 1252 Meinier – disponible sur www.meinier.ch
Mairie : ☎ 022 722 12 12 info@meinier.ch – **Heidi Gusset, coordinatrice sociale** : ☎ 022 855 13 00 ou 076 679 13 42
Mairie ouverte le : Lundi, Mardi, Mercredi et Vendredi 9h30-11h30 (Jeudi matin fermé) et Jeudi 15h-19h.
Pendant les **VACANCES** scolaires, horaire réduit : Mardi 9h30-11h30 et Jeudi 15h-17h.

02.07.2025 - 2025-07aMeinierInfos.docx