

**PLAN CANICULE 2026  
Info Service Communication Ville**

En cas de fortes chaleurs, les personnes vulnérables, et en particulier les personnes âgées ou en situation de handicap, doivent rester vigilantes pour ne pas mettre leur santé en danger.

**Afin d'accompagner ces personnes lors des situations de risques exceptionnels, comme les périodes de fortes chaleurs, la ville met en place un registre sur lequel vous pouvez vous inscrire en remplissant un formulaire.**

Le recueil de vos coordonnées permettra d'organiser un contact téléphonique régulier et également de favoriser l'intervention des services sociaux lors du plan d'urgence.

**Qui peut s'inscrire ?**

Les personnes résidant à leur domicile :

- Âgées de 65 ans et plus
- Âgées de plus de 60 ans, reconnues inaptes au travail
- Adultes en situation de handicap

**Comment s'inscrire ?**

L'inscription sur ce registre, non obligatoire, peut être demandée auprès du **CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE** de la Ville de Marignane à l'adresse suivante :

**20 Bis, Avenue du Maréchal Juin  
Immeuble Le Saint-Laurent  
13700 MARIGNANE**

**Contact accueil CCAS : 04.42.31.12.90 – Mail : marignane.ccas@orange.fr**

**Le formulaire est également disponible au Guichet Unique « Espace M » - Guichet Action Sociale – 4, Rue de Verdun – 13700 MARIGNANE**

ou peut être téléchargé sur le lien suivant : [Formulaire Demande Inscription Registre Nominatif.pdf](#)

Si vous connaissez des personnes âgées, en situation de handicap ou fragiles qui sont isolées, **incitez-les à s'inscrire sur le Registre Nominatif** relatif au Plan d'Alerte et d'Urgence Départemental en cas de risques exceptionnels (canicule) et, pendant une vague de chaleur, prenez de leurs nouvelles régulièrement.

**Canicule – Fortes chaleurs : Adoptez les bons réflexes**

Un rappel des **conseils simples à adopter par tous**, mais surtout par les personnes fragiles les plus à risques (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes en situation de handicap ou malades à domicile, personnes dépendantes, femmes enceinte...) afin de lutter au mieux contre les conséquences de la chaleur :

- Buvez régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif
- Rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avant-bras) plusieurs fois par jour
- Mangez en quantité suffisante des plats légers et riches en eau, (fruits et légumes) et ne buvez pas d'alcool
- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes
- Si votre logement ne peut rester frais, passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais ou climatisé, (cinéma, médiathèque, centre commercial, musée...)

- Préférez les activités sans effort aux heures les plus chaudes
- Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide
- Consultez régulièrement le site de Météo France pour vous informer

### En amont des fortes chaleurs, les personnes fragiles peuvent par ailleurs, en lien avec leur entourage :

- Prévoir le matériel nécessaire pour lutter contre la chaleur : brumisateur, ventilateur...
- Faire une liste des lieux climatisés (ou frais) où se rafraîchir près de chez elles : grande surface, commerce, cinéma, musée...
- Ne pas hésiter à demander conseil à leur médecin traitant, tout particulièrement en cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier (adaptation de doses par exemple).

### Les points climatisés dans la Ville

Des locaux climatisés peuvent accueillir la journée pendant les heures d'ouverture, les personnes fragilisées :

- Le Foyer des Anciens « L'Oustaou du Bel Age » au 28 Rue Lamartine – 13700 Marignane : Du lundi au vendredi de 13h30 à 17h00
- La Résidence Autonomie « La Maison du Soleil » au 18 Chemin de Saint Pierre – 13700 Marignane
- La Médiathèque Jean d'Ormesson Rue de Figueras – 13700 Marignane : Les mardi, mercredi, vendredi de 09h30 à 18h00 et le samedi de 09h30 à 17h00
- L'Espace Culturel Saint Exupéry Avenue Jean Mermoz – 13700 Marignane

D'autres sites sont également frais ou climatisés notamment les galeries marchandes, les centres commerciaux, les cinémas, théâtres...



Un numéro d'information est disponible en cas d'épisode de forte chaleur :

**0 800 06 66 66 - Canicule Info Service**  
(appel gratuit depuis un poste fixe)