

DOCUMENT D'  
INFORMATION  
COMMUNAL SUR LES  
RISQUES  
MAJEURS

# DICRIM

PERROS-GUIREC  
Côtes-d'Armor





Perros-Guirec, Ploumanac'h et la Côte de Granit rose

# SOMMAIRE

## MOT DU MAIRE

## PARTIE I : INFORMATION PRÉVENTIVE SUR LES RISQUES MAJEURS

1. QU'EST-CE QU'UN RISQUE MAJEUR ? .....	p. 5
2. L'INFORMATION PRÉVENTIVE .....	p. 6
3. LA VIGILANCE MÉTÉOROLOGIQUE .....	p. 7
4. LE PLAN COMMUNAL DE SAUVEGARDE .....	p. 7
5. L'ALERTE SONORE .....	p. 7

## PARTIE II : LES RISQUES NATURELS

1. LE RISQUE INONDATION .....	p. 9
2. LES RISQUES LITTORAUX .....	p. 12
3. LES RISQUES DE MOUVEMENT DE TERRAIN .....	p. 16
4. LES RISQUES SISMIQUES .....	p. 18
5. LES RISQUES TEMPÊTE .....	p. 21

## PARTIE III : LES RISQUES MAJEURS PARTICULIERS

1. LES RISQUES DE PANDÉMIE .....	p. 26
2. LES RISQUES LIÉS AU CHANGEMENT CLIMATIQUE .....	p. 27
3. LE RISQUE RADON .....	p. 32
4. ATTENTAT TERRORISTE .....	P. 34

<b>CONTACTS UTILES</b> .....	p. 35
------------------------------	-------

<b>ANNEXES</b> .....	p. 36 à 39
----------------------	------------



### *"La prévention commence par l'information"*

Les citoyens ont un droit à l'information sur les risques majeurs auxquels ils sont soumis dans certaines zones du territoire et sur les mesures de sauvegarde qui les concernent (art L125-2 du code de l'environnement).

L'information sur ces risques doit être régulière pour être efficace en période de crise, et ainsi limiter la vulnérabilité des populations.

Le Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs (DICRIM), réalisé par la Ville de Perros-Guirec, contribue à préparer les citoyens à réagir face à ces risques. Au niveau départemental, vous pouvez également consulter le Dossier Départemental sur les Risques Majeurs (DDRM).

La prévention des risques majeurs regroupe l'ensemble des dispositions à mettre en œuvre pour réduire l'impact d'un phénomène naturel ou technologique sur les personnes et les biens.

À Perros-Guirec, nous pourrions notamment être confrontés aux risques majeurs suivants : inondation, submersion marine, tempête, mouvement de terrain.

Le DICRIM est un document que je vous invite à lire attentivement et à conserver soigneusement, non pas à portée de main, mais dans un lieu où il ne sera pas oublié. Attention, le DICRIM ne doit pas nous faire oublier tous les autres risques de la vie courante auxquels nous devons tous rester attentifs.

C'est grâce à cette vigilance commune que nous pourrions continuer à bien vivre ensemble.

*Bonne lecture*  
*Erven LÉON, Maire de Perros-Guirec*

# I. INFORMATION PRÉVENTIVE SUR LES RISQUES MAJEURS

1. QU'EST CE QU'UN RISQUE MAJEUR ?
2. L'INFORMATION PRÉVENTIVE
3. LA VIGILANCE MÉTÉOROLOGIQUE
4. LE PLAN COMMUNAL DE SAUVEGARDE
5. L'ALERTE SONORE

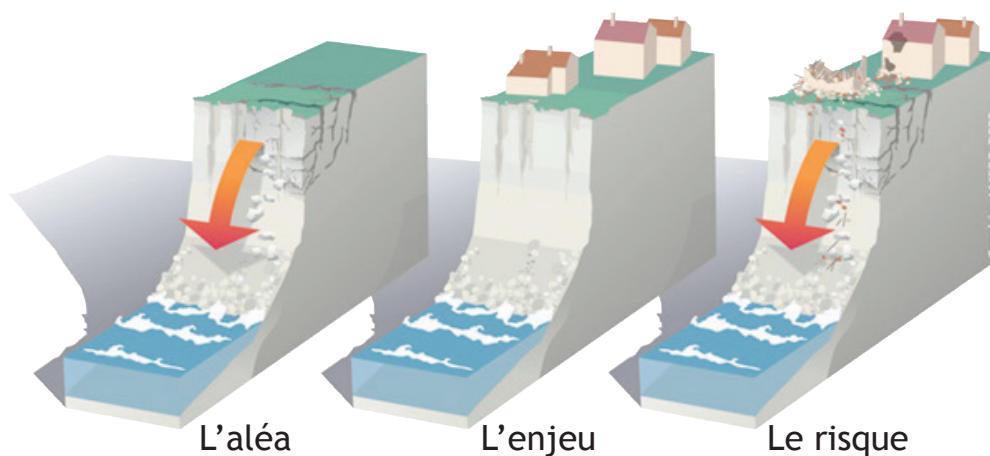
# I. INFORMATION PRÉVENTIVE SUR LES RISQUES MAJEURS

## 1. QU'EST-CE QU'UN RISQUE MAJEUR ?

Le risque majeur est la possibilité d'un événement d'origine naturelle ou humaine, dont les effets peuvent mettre en jeu un grand nombre de personnes, occasionner des dommages importants et dépasser les capacités de réaction de la société.

L'existence d'un risque majeur est liée :

- D'une part à la présence d'un événement, manifestation d'un phénomène naturel ou humain.
- D'autre part à l'existence d'enjeux, représentant l'ensemble des personnes, biens, activités, éléments du patrimoine culturel ou environnemental, menacés, susceptibles d'être affectés ou endommagés par un aléa.



Le risque majeur a deux caractéristiques essentielles :

- Sa gravité, si lourde à supporter par les populations, voire l'État.
- Sa fréquence, si faible que nous pourrions être tentés de l'oublier et de ne pas se préparer à sa survenue.

Classe	Dommages humains	Dommages matériels
0 incident	Aucun blessé	Moins de 0,3 M€
1 accident	1 ou plusieurs blessés	Entre 0,3 M€ et 3 M€
2 accidents graves	1 à 9 morts	Entre 3 M€ et 30 M€
3 accidents très graves	10 à 99 morts	Entre 30 M€ et 300 M€
4 catastrophes	100 à 999 morts	Entre 300 M€ et 3 000 M€
5 catastrophes majeures	1 000 morts ou plus	3 000 M€ et plus

## 2. L'INFORMATION PRÉVENTIVE

L'information préventive consiste à renseigner le citoyen sur les risques majeurs susceptibles de se développer sur ses lieux de vie, de travail ou de vacances. Elle a été instaurée par l'article L125-2 du code de l'environnement : "Les citoyens ont un droit à l'information sur les risques majeurs auxquels ils sont soumis dans certaines zones du territoire et sur les mesures de sauvegarde qui les concernent."

Étape 1 : Le préfet établit le dossier départemental des risques majeurs (DDRM) et pour chaque commune concernée transmet les éléments d'information au maire.

Étape 2 : Le maire réalise le document d'information communal sur les risques majeurs (DICRIM). Ces deux dossiers sont consultables en mairie par le citoyen.

Étape 3 : Le maire établit un plan d'affichage pour sa commune. L'affiche est réalisée par l'exploitant ou le propriétaire de locaux regroupant plus de cinquante personnes, locaux d'habitation de plus de quinze logements ou terrains de camping de capacité supérieure à cinquante campeurs ou quinze tentes et caravanes. Les modèles d'affiches sont arrêtés par les ministres chargés de la sécurité civile et de la prévention des risques majeurs.

[Voir annexe 1](#)



Les risques littoraux doivent également être pris en compte dans divers documents relatifs à l'aménagement du territoire :

Le Schéma de Cohérence Territoriale (SCoT) du Trégor  
Le Plan Local d'Urbanisme (PLU) de Perros-Guirec



### 3. LA VIGILANCE MÉTÉOROLOGIQUE

Une carte de “vigilance météorologique” est élaborée au minimum deux fois par jour et attire l’attention sur la possibilité d’occurrence d’un phénomène météorologique dangereux dans les prochaines 24 heures qui suivent son émission. Le niveau de vigilance vis-à-vis des conditions météorologiques est présenté sous une échelle de quatre couleurs.

Cette carte est complétée par la vigilance vague-submersion qui anticipe le risque de fortes vagues à la côte et submersion d’une partie ou de l’ensemble du littoral du département, en tenant compte de la vulnérabilité locale, de paramètres météorologiques, océaniques, de la marée et de facteurs conjoncturels.



niveau 1 (vert)



Pas de vigilance particulière

niveau 2 (jaune)



ÊTRE ATTENTIF à la pratique d’activités sensibles au risque météorologique ; des phénomènes habituels dans la région mais occasionnellement dangereux sont en effet prévus ; se tenir au courant de l’évolution météo.

niveau 3 (orange)



ÊTRE TRÈS VIGILANT : phénomènes météos dangereux prévus. Se tenir informé de l’évolution météo et suivre les consignes.

niveau 4 (rouge)



VIGILANCE ABSOLUE : phénomènes météos dangereux d’intensité exceptionnelle. Se tenir régulièrement informé de l’évolution météo et se conformer aux consignes.

### 4. LE PLAN COMMUNAL DE SAUVEGARDE

Le Plan Communal de Sauvegarde (PCS) est un document qui peut être réalisé en parallèle du DICRIM. En France, cet outil est réalisé à l’échelle communale, sous la responsabilité du maire, pour planifier les actions des acteurs communaux de la gestion du risque (élus, agents municipaux, bénévoles, entreprises partenaires) en cas d’événements majeurs naturels, technologiques ou sanitaires. Un Plan Communal de Sauvegarde à Perros-Guirec est en cours d’élaboration - mai 2016 - projet terminé pour la fin de l’année 2016.

### 5. L’ALERTE SONORE

En cas de survenance d’un risque majeur, alertée par le Préfet ou les sapeurs-pompiers, la commune doit informer l’ensemble de la population des conduites à tenir. Selon la nature de l’évènement, elle est diffusée par différents vecteurs : le passage d’un véhicule de secours sonorisé, les panneaux à messages variables, les radios, le site internet de la ville, une visite à domicile, les sirènes.

#### Les sirènes d’alerte nationale

→ Début d’alerte : un signal caractéristique de trois séquences d’1 minutes et 41 secondes séparées par un silence de cinq secondes.

→ Fin d’alerte : une fois le danger écarté, les sirènes émettent un son continu de 30 secondes.



**Remarque :** le premier mercredi du mois à midi, il est procédé à un signal d’essai d’une séquence d’1 minutes et 41 secondes.

# II. LES RISQUES NATURELS

1. LES RISQUES D'INONDATION
2. LES RISQUES LITTORAUX
3. LES RISQUES DE MOUVEMENT DE TERRAIN
4. LES RISQUES SISMIQUES
5. LES RISQUES DE TEMPÊTE

## II. LES RISQUES NATURELS

### 1. LES RISQUES D'INONDATION



Une inondation est une submersion, rapide ou lente, d'une zone habituellement hors d'eau, avec des hauteurs d'eau variables. Elle est due à une augmentation du débit d'un cours d'eau provoquée par des pluies importantes, associés à des coefficients de grandes marées.

Les inondations de plaine se manifeste par une lente montée des eaux en région de plaine, par débordement d'un cours d'eau. Les ruissellements et coulées de boues sont des formations rapides de crues torrentielles consécutives à des averses violentes parfois accentuées par le ruissellement pluvial dû à l'imperméabilisation des sols et les pratiques culturales limitant l'infiltration des précipitations. Ces deux sortes d'inondation peuvent être liées.

#### 1.1.- L'historique des principales inondations dans la commune

Les secteurs les plus particulièrement concernés ont été : Pont-Couënnec et la rue Ernest Renan.

##### ► Inondations sur l'ensemble de la commune

20 juin et 5 juillet 2012	Inondations à la suite d'orages violents
---------------------------	--

##### ► Inondations à Pont-Couënnec et rue Ernest Renan

Du 25 au 29 décembre 1999	À la suite de nombreuses précipitations, d'importantes inondations ont eu lieu aux abords du Kerduel. Seul un garage appartenant à un particulier a été inondé
9 février 2001	Crue du Kerduel à la suite d'une importante pluviométrie. Les eaux du Kerduel ont inondé l'ensemble du quartier. L'inondation a endommagé 13 habitations et 14 véhicules et causé quelques dégâts au Centre d'Incendie et de Secours de Perros-Guirec
30 août 2003	Non connaissance de sinistre
28 février 2010	Conjonction d'une importante pluviométrie et d'un fort coefficient de marée. Une cinquantaine de riverains a déclaré un sinistre
4 et 5 décembre 2010	Une dizaine de riverains a déclaré un sinistre (appartements, local commercial ou voitures inondées) suite à la crue du Kerduel
23 novembre 2012	Pluviométrie importante ayant conduit à une crue du Kerduel

## 1.2. - L'état de catastrophe naturelle

Certaines de ces inondations ont fait l'objet d'une procédure de reconnaissance de l'état de catastrophe naturelle.

### **Inondations - coulées de boue**

- Arrêté CatNat du 5 décembre 1989 pour l'événement qui s'est produit le 11 septembre 1989,
- Arrêté CatNat du 6 juillet 2001 pour l'événement qui s'est produit le 9 février 2001,
- Arrêté CatNat du 5 avril 2011 pour l'événement qui s'est produit les 4 et 5 décembre 2010,
- Arrêté CatNat du 18 octobre 2012 pour l'événement qui s'est produit le 20 juin 2012,
- Arrêté CatNat du 18 avril 2013 pour l'événement qui s'est produit le 23 novembre 2012.

### **Inondations, coulées de boue, et chocs mécaniques liés à l'action des vagues**

- Arrêté CatNat du 17 juillet 1996 pour l'événement qui s'est produit du 19 au 20 février 1996.

### **Inondations et chocs mécaniques liés à l'action des vagues**

- Arrêté CatNat du 15 mai 2008 pour l'événement qui s'est produit du 9 au 10 mars 2008.

### **Inondations, coulée de boue, glissements et chocs mécaniques liés à l'action des vagues**

- Arrêté CatNat du 29 décembre 1999 pour l'événement qui s'est produit du 25 au 29 décembre 1999.

### **Chocs mécaniques liés à l'action des vagues**

- Arrêté CatNat du 30 mars 2010 pour l'événement qui s'est produit le 28 février 2010.

L'article L125-5 du code de l'environnement instaure notamment l'obligation d'information sur les sinistres, résultant de catastrophes technologiques ou naturelles reconnues, ayant affecté tout ou partie d'un immeuble. Lors de toute transaction relative à un immeuble bâti sinistré, le vendeur ou le bailleur informe l'acquéreur ou le locataire des sinistres ayant affecté le bien pendant la période où il a été propriétaire et des sinistres dont lui-même a été informé en effectuant une déclaration sur papier libre.

**IMPORTANT - Il existe un risque inondation par crue du cours d'eau "Kerduel" sur le territoire communal.**

Cependant, depuis les derniers travaux, élargissement et approfondissement du lit du ruisseau, réalisés en 2012 (avec la création d'un collecteur eaux pluviales surdimensionné et mise en place de nombreux avaloirs), aucune inondation n'est survenue dans ce secteur.

## 1.3. - Quelles sont les mesures prises à titre de prévention et de protection ?

### **Les travaux de prévention et de protection, Pont-Couënnec et rue Ernest Renan**

Incitation des propriétaires à nettoyer leur rive de ruisseau	Dès décembre 2010
Vigilance organisée par le Centre Technique Municipal à certains endroits considérés à risque	Dès décembre 2010
Modification et adaptation de grilles devant des buses d'évacuation	Mai 2011
Mise en place d'un tampon grille et d'un caniveau à grille aux abords du Kerduel	Décembre 2012
Création d'avaloirs supplémentaires	Décembre 2012
Création d'un collecteur eau pluviale	Octobre 2012 à février 2013
Réalisation d'une étude hydraulique sur le secteur	Résultats le 11 avril 2013
Approfondissement et élargissement du lit mineur du Kerduel	Juin 2013

Le département des Côtes-d'Armor est couvert par le Service Prévision des Crues (SPC) « Vilaine et côtiers bretons » depuis octobre 2015.

**IMPORTANT** - Il faut également noter que dans le cadre de la révision du Plan Local d'Urbanisme (PLU), qui devrait intervenir courant 2017, un Schéma Directeur d'Assainissement Pluvial (SDAP) sera mis en place. Une réflexion est également menée sur différents emplacements de bassins de rétention afin de limiter les conséquences éventuelles des inondations sur le territoire communal.

## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS D'INONDATION

### AVANT

- Informez-vous sur l'existence éventuelle du risque et les consignes à observer (voir annexe grandes marées)
- Demandez à la mairie la carte des zones inondables ou fréquemment inondées

### PENDANT

- Informez-vous de la montée des eaux (radio, mairie...)
- N'évacuez qu'après en avoir reçu l'ordre
- Fermez les portes, les fenêtres et les aérations
- Bouchez toutes les ouvertures basses de votre domicile
- Coupez le gaz et l'électricité
  
- Evacuez les lieux inondés en montant dans les étages
  
- Écoutez la radio pour connaître les consignes à suivre :
  - France Bleu Armorique (Saint-Brieuc) = 104,50 MHz
  - France Bleu Breiz Izel (Guingamp) = 101,40 MHz
  
- Ne tentez pas de rejoindre vos proches ou d'aller chercher vos enfants à l'école. Ils sont protégés et les enseignants s'occupent d'eux
  
- Ne téléphonez pas et libérez les lignes pour les secours

### APRÈS

- Aérez et désinfectez les pièces
- Chauffez dès que possible
- Ne rétablissez l'électricité que sur une installation sèche



## 2. LES RISQUES LITTORAUX

### 2.1. Qu'est-ce qu'un risque littoral ?

Dans les Côtes-d'Armor, il existe deux phénomènes littoraux :

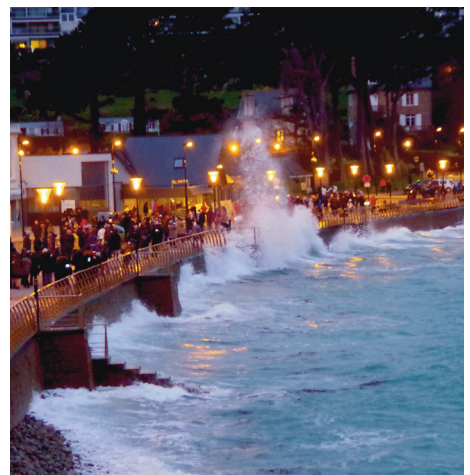
#### ► L'évolution du trait de côte

Ce phénomène se manifeste sur le littoral par glissement et effondrement de falaise ou par un recul plus ou moins brutal, notamment lors de tempêtes, des espaces dunaires urbanisés ou non. Toutefois sur certains secteurs littoraux soumis au problème d'infiltration d'eau déstabilisant les falaises, il s'agit plutôt d'érosion continentale. Le recul du trait de côte par érosion concerne une grande partie des côtes basses meubles et certaines côtes à falaises. Il correspond au déplacement vers l'intérieur des terres de la limite entre le domaine marin et le domaine continental.



#### ► La submersion marine

Les submersions marines sont des inondations temporaires de la zone côtière par la mer dans des conditions météorologiques désavantageuses (surcote due aux fortes dépressions et vents de mer) et marégraphiques sévères engendrant des niveaux marins importants et des conditions d'état de mer défavorables. Dans les estuaires et zones littorales, la conjonction d'une crue (pour les estuaires), de vents violents, d'une surcote liée à une tempête, associés à un fort coefficient de marée et à un phénomène de vagues peut engendrer une submersion marine parfois aggravée par la destruction ou la fragilisation de barrières naturelles ou d'ouvrages de protection.



L'événement exceptionnel de référence défini au niveau national pour les submersions marines correspond à un événement de période de retour au moins 100 ans appelé événement centennal, c'est-à-dire une chance sur cent de se produire chaque année (aléa de référence).

### 2.2. - Quels sont les risques dans la commune ?



#### A. Les risques d'érosion littorale

L'étude "Érosion littorale - Évaluation du risque" (CNRS-2003/2004) a permis de localiser et hiérarchiser les zones exposées à un risque potentiel. La commune de Perros-Guirec a été identifiée comme site sensible vis-à-vis de l'érosion avec un risque "éboulement des falaises meubles" sur le site de Trestignel et Trestraou.

Principaux événements d'érosion littorale dans la commune :

- Tempête et intrusion marine qui a entraîné, au niveau de la cale de Pors-Kamor, des dégâts sur la cale de la SNSM.
- Recul de près d'1m50 du littoral à la pointe du Squewel
- Effondrement d'une portion du sentier littoral situé sur le site naturel de Ploumanac'h.
- Eboulement et glissement de terrain à Pors nevez

Voir annexe 2

## LES TRAVAUX DE PRÉVENTION ET DE PROTECTION DU TRAIT DE CÔTE À PERROS-GUIREC

2002	Étude réalisée par le bureau d'études Antea Sogreah "Préservation du littoral - Recul du trait de côte sur la commune de Perros-Guirec" afin d'établir un diagnostic et de proposer des actions visant à préserver le littoral
2013	Fermeture d'un sentier pédestre de la plage Saint-Guirec
2014	Secteur de "La Sorcière", matérialisation de zones interdites au public afin d'éviter l'érosion des sols
2014/ 2015	Étude du recul du trait de côte sur les secteurs "sensibilisés" au niveau du site naturel des landes de Ploumanac'h (relevés DGPS, recensement des ouvrages de protection, suivi photos...)
2015	Réfection et déviation du sentier des douaniers dans le secteur de la Roseraie, sous le sémaphore
2010	Fermeture de l'escalier de descente à la plage de Pors Nevez

### L'information et l'éducation sur les risques d'érosion du littoral en août 2015 :


→ Animation guidée par la Maison du Littoral avec comme objectif d'aborder l'évolution des littoraux, les facteurs incidents, les risques littoraux, les comportements à avoir en cas d'alerte et les bonnes pratiques du quotidien.

→ Exposition permanente à la Maison du littoral : "Programme ALERT" sur le recul du trait de côte.

→ [R]évolution littorale : promenade organisée par la Maison du littoral, sur le sentier des douaniers, afin d'étudier les conséquences des phénomènes météorologiques sur le trait de côte.

→ Conférence organisée par la Maison du littoral : "L'érosion des côtes, un phénomène inéluctable ?"



 Zone principale concernée par la submersion marine.

### B. Les risques de submersion marine

À Perros-Guirec, plusieurs secteurs sont concernés par les risques de submersion marine, notamment Pont-Couënnec, les alentours de la rue Ernest Renan, le quartier du port et du Linkin.

#### Principaux incidents dus aux grandes marées, en 2014 :

→ Plage de Trestrignel (cales) et plage de Trestraou (Centre nautique et cales)

En février 2015, en raison des risques élevés de submersion marine dus aux "grandes marées", Perros-Guirec a mis en place une surveillance renforcée de ces secteurs ainsi que des astreintes.

#### Principaux incidents dus aux grandes marées, février 2015 :

→ Pont Couënnec et rue Ernest Renan. Un tiers de la chaussée partiellement inondée.

→ Boulevard de la mer. Inondation de la chaussée par vagues arrivant de la cale.

→ Rue Anatole Le Braz. Hauteur maximale des eaux : 29 cm (pose de repères gradués).

## L'information et l'éducation sur les risques de submersions marines

- Information des populations avant les périodes à risques (lettre du maire et document technique de protection envoyé aux foyers concernés) - Voir annexe 3
- Informations diffusées sur le site internet de la ville et sur la station Millénium = 102,5 MHz
- Affichage public dans les zones à risques

### 2.3. - Les mesures de prévention et de protection en cas de risques littoraux à portée générale

#### Vigilance météorologique

La carte est actualisée au moins 2 fois par jour, à 6h et 16h.

Une vigilance absolue s'impose des phénomènes dangereux d'intensité exceptionnelle sont prévus...

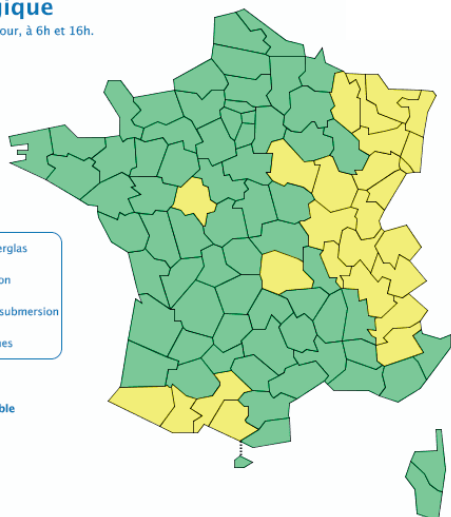
Soyez très vigilant, des phénomènes dangereux sont prévus...

Soyez attentif si vous pratiquez des activités sensibles au risque météorologique...

Pas de vigilance particulière.



Les vigilances pluie-inondation et inondation sont élaborées avec le réseau Vigicrues du Ministère du Développement durable



METEO FRANCE  
Toujours un temps d'avance

• Bison Futé

Le centre météorologique publie une carte de vigilance à quatre niveaux, reprise par les médias en cas de niveau orange ou rouge.

Cette carte est complétée par la vigilance vagues/submersion qui anticipe le risque de fortes vagues à la côte et de submersion d'une partie ou de l'ensemble du littoral du département, en tenant compte de la vulnérabilité locale, de paramètres météorologiques, océaniques, de la marée et de facteurs conjoncturels. Il est cependant difficile de quantifier avec précision les précipitations et surtout de localiser le ou les petits bassins versants qui seront concernés.

Dès le niveau de vigilance orange, le préfet diffuse l'information aux maires des communes concernées.

#### Mesures de prévention, sur le territoire communal, en cas de risque de submersion marine :

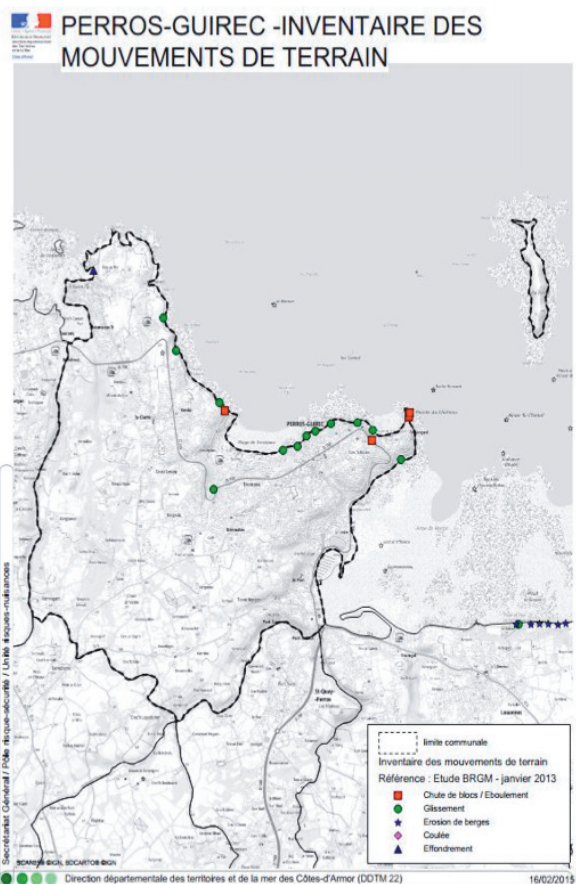
- Identification des zones et des périodes à risques
- Mise en place de plans de déviation de circulation routière sur l'ensemble de la commune
- Organisation des équipes d'astreinte pour les périodes à risques
- Création d'une procédure de gestion de crise en cas de catastrophe naturelle (déclenchement de l'alerte, secours aux personnes, plans de déviation...)



## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS DE RISQUES LITTORAUX

AVANT	
Falaises	<p>Il est déconseillé de circuler à moins de quelques mètres du rebord d'une falaise. Il est recommandé de rester toujours le plus éloigné possible du pied de la falaise (30 ou 40 m minimum). Si l'effondrement massif reste exceptionnel, la simple chute de pierres est quant à elle très fréquente.</p> <p>→ Signalez à la mairie toute chute de pierres ou fissuration suspecte visible sur le replat en arrière de la crête de falaise</p> <p>→ Informez-vous des mesures de sauvegarde et respectez les consignes de sécurité</p>
Submersion marine	<p>→ Renseignez-vous des risques, des modes d'alerte et des consignes en mairie</p> <p>→ Mettez hors d'eau les meubles, objets et matières dangereuses ou polluantes</p> <p>→ Coupez le gaz et l'électricité</p> <p>→ Aménagez les entrées possibles d'eau : portes, soupiraux, évents</p> <p>→ Amarrez les cuves</p> <p>→ Repérez les stationnements hors zones inondables</p> <p>→ Prévoyez les équipements minimum : radio à piles, eau potable, produits alimentaires, médicaments, etc.</p>
PENDANT	
Falaises	<p>→ Écartez-vous au plus vite de la zone dangereuse et ne revenez pas sur vos pas</p> <p>→ Prévenez les sapeurs-pompiers (18 ou 112) et la police ou la gendarmerie (17)</p>
Submersion marine	<p>→ Informez-vous de la montée des eaux (mairie, radio...) :</p> <p>France Bleu Armorique (Saint-Brieuc) : 104,5 MHz</p> <p>France Bleu Breiz Izel (Guingamp) : 101,4 MHz</p> <p>→ Réfugiez-vous en un point haut préalablement repéré : étages, collines...</p> <p>→ Ne tentez pas de rejoindre vos proches ou d'aller chercher vos enfants à l'école, ils sont protégés et les enseignants s'occupent d'eux</p> <p>→ Évitez de téléphoner afin de libérer les lignes de secours</p> <p>→ N'entreprenez pas une évacuation que si vous en recevez l'ordre des autorités ou si vous êtes forcés par la crue</p> <p>→ Ne vous engagez pas sur une route inondée à pied ou en voiture</p>
APRÈS	
Falaises	<p>→ Coupez l'eau et l'électricité (si cela n'est pas dangereux)</p> <p>→ Faites évaluer les dégâts et les dangers</p> <p>→ Informez les autorités (mairie)</p>
Submersion marine	<p>→ Aérez et désinfectez les pièces</p> <p>→ Chauffez dès que possible</p> <p>→ Ne rétablissez le courant électrique que si l'installation est sèche</p> <p>→ Ne consommez pas l'eau du réseau de distribution sans autorisation des services sanitaires</p>

### 3. LES RISQUES DE MOUVEMENT DE TERRAIN



Voir annexe 4

Les mouvements de terrain regroupent un ensemble de déplacements, plus ou moins brutaux, du sol ou du sous-sol, d'origine naturelle ou humaine. Les volumes en jeu sont compris entre quelques mètres cubes et quelques millions de mètres cubes. Les déplacements peuvent être lents (quelques millimètres par an) ou très rapides (quelques centaines de mètres par jour).

#### 3.1.- Quels sont les risques pour la commune ?

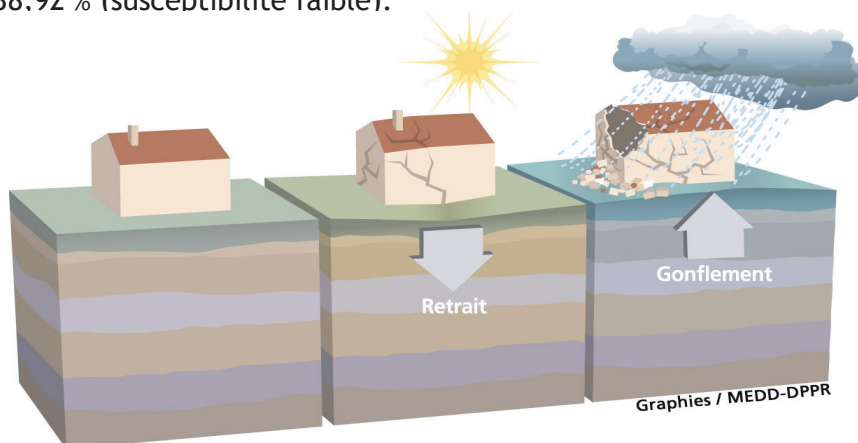


Voir annexe 5

#### A. Retrait-gonflement des sols argileux

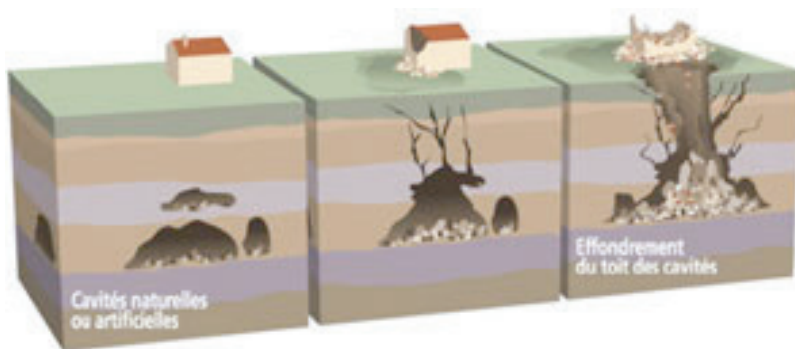
L'étude relative au retrait-gonflement des sols argileux réalisée par le BRGM (bureau de recherches géologiques et minières) en février 2011 dans les Côtes-d'Armor montre que la commune de Perros-Guirec est impactée par ce phénomène : aléa faible (26,18 % de superficie).

Le degré d'aléa "retrait-gonflement des argiles" correspond aux prédispositions des terrains sous-jacents à la probabilité qu'un sinistre se produise, en un lieu donné, estimée de façon qualitative selon les formations argileuses susceptibles d'exprimer le phénomène en cas d'épisode climatique extrême. À l'échelle du département, la superficie de l'aléa moyen est de 0,71 % (susceptibilité moyenne) et celle de l'aléa faible de 38,92 % (susceptibilité faible).



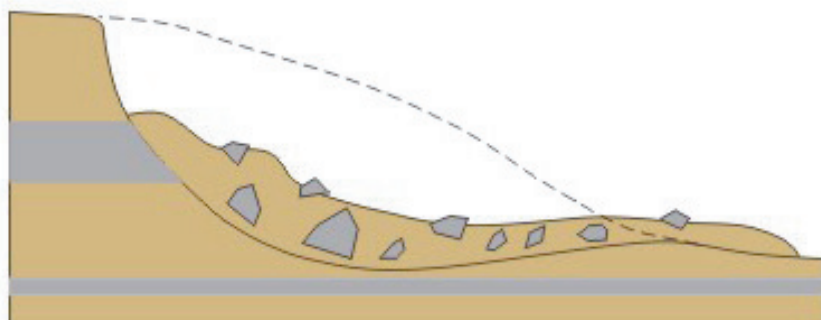
## B. Cavités souterraines

L'étude relative aux cavités souterraines (hors mines) réalisée par le BRGM (bureau de recherches géologiques et minières) en janvier 2013 dans les Côtes-d'Armor montre que deux cavités naturelles sont inventoriées à Perros-Guirec, à la Pointe du Château à Trestrignel.



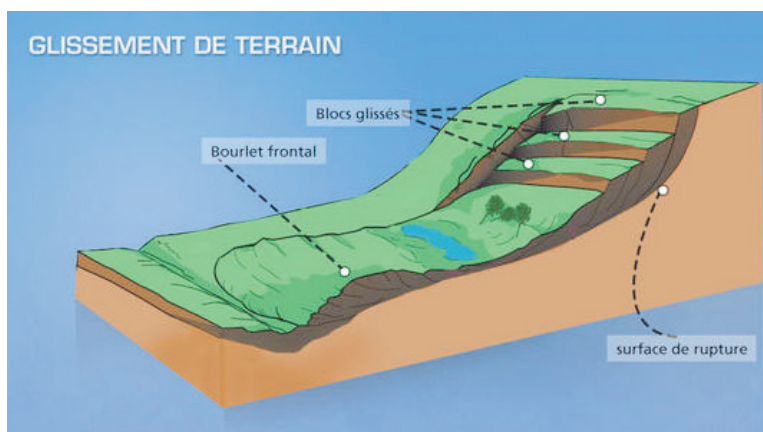
## C. Les éboulements, les chutes de pierres et les blocs

L'évolution des falaises et des versants rocheux engendre des chutes de pierres (volume inférieur à 1 dm<sup>3</sup>), des chutes de blocs (volume supérieur à 1 dm<sup>3</sup>) ou des éboulements en masse (volume pouvant atteindre plusieurs millions de m<sup>3</sup>). Les blocs isolés rebondissent ou roulent sur le versant, tandis que dans le cas des écroulements en masse, les matériaux "s'écoulent" à grande vitesse sur une très grande distance (cas de l'éboulement du Granier en Savoie qui a parcouru une distance horizontale de 7 km).



## D. Les glissements de terrain

Ils se produisent généralement en situation de forte saturation des sols en eau. Ils peuvent mobiliser des volumes considérables de terrain, qui se déplacent le long d'une pente. D'autres phénomènes y sont assimilés : les coulées boueuses, le fluage (mouvement lent sur des pentes faibles affectant surtout les argiles), la solifluxion (écoulement des sols en surface sur les pentes très faibles).



**IMPORTANT** - L'étude relative aux mouvements de terrain réalisée par le BRGM (Bureau de Recherches Géologiques et Minières) en janvier 2013 dans les Côtes-d'Armor montre que la commune de Perros-Guirec est impactée par des glissements de terrain, des chutes de blocs/éboulement et des effondrements.

## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS DE MOUVEMENT DE TERRAIN

### AVANT

Il faut prendre connaissance du risque éventuel sur la commune concernée (existence d'un inventaire, d'un plan de repérage ou d'archives en mairie)

- Ne vous aventurez jamais dans une carrière souterraine abandonnée
- Ne vous approchez jamais d'un puits ou d'un effondrement même ancien
- Informez-vous des mesures de sauvegarde et respecter les consignes de sécurité

### PENDANT

- Eloignez-vous du bâtiment et/ou du terrain affecté
- Ne revenez pas sur vos pas
- N'entrez pas dans un bâtiment endommagé
- Interdire l'accès au lieu
- Prévenez les sapeurs-pompiers (18 ou 112) et la police ou la gendarmerie (17)

### APRÈS

- Coupez l'eau et l'électricité (si cela n'est pas dangereux)
- Faites évaluer les dégâts et les dangers
- Informez les autorités (mairie)

## 4. LES RISQUES SISMIQUES

Un séisme est une fracturation brutale des roches en profondeur le long de failles dans la croûte terrestre (rarement en surface). Le séisme génère des vibrations importantes du sol qui sont ensuite transmises aux fondations des bâtiments.

### 4.1. - Quels sont les risques pour la commune ?

L'analyse de la sismicité historique (à partir des témoignages et archives depuis 1000 ans), de la sismicité instrumentale (mesurée par des appareils) et l'identification des failles actives, permettent de définir l'aléa sismique d'une commune, c'est-à-dire l'ampleur des mouvements sismiques attendus sur une période de temps donnée (aléa probabiliste).

Un zonage sismique de la France selon cinq zones a ainsi été élaboré (article D 563-8-1 du code de l'environnement). Ce classement est réalisé à l'échelle de la commune.

*D'après le zonage sismique de la France, la totalité du département des Côtes d'Armor est classée en zone 2, correspondant à une sismicité faible imposant des prescriptions parasismiques particulières sur certains bâtiments.*

#### 4.2. - Quelles sont les mesures prises à titre de prévention et de protection ?

Quelques mesures prises ou à prendre pour réduire la vulnérabilité des enjeux (mitigation) :

→ La réduction de la vulnérabilité des bâtiments et infrastructures existants : diagnostic puis renforcement parasismique, consolidation des structures, réhabilitation ou démolition et reconstruction.

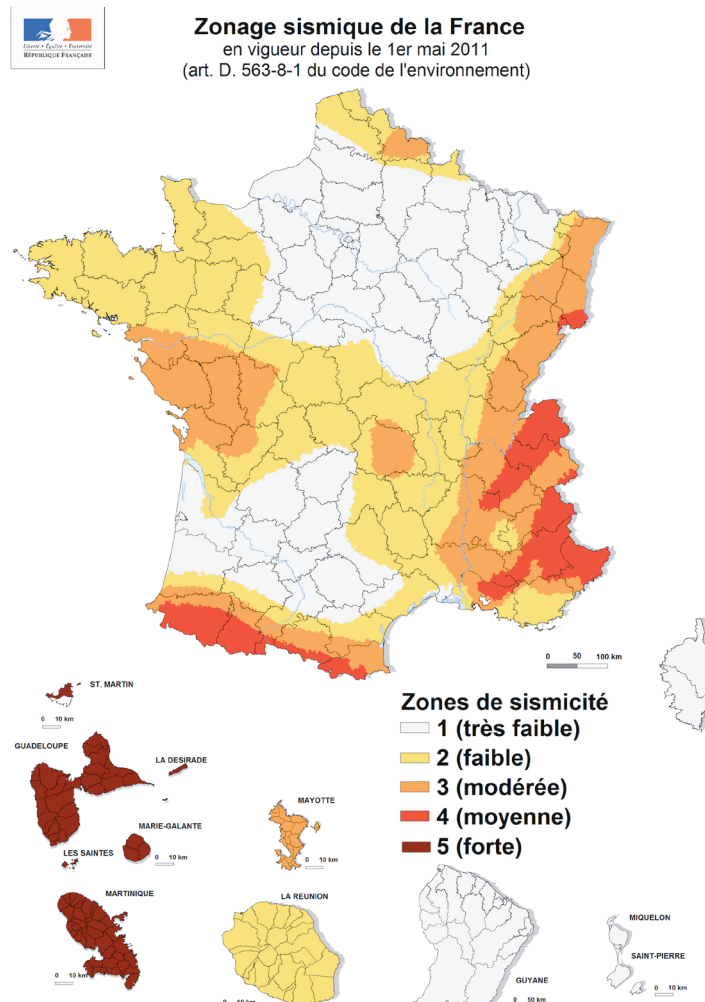
→ La construction parasismique : le zonage sismique impose l'application de règles parasismiques pour les constructions neuves et aux bâtiments existants dans le cas de certains travaux d'extension notamment. Ces règles sont définies dans les normes Eurocode 8, qui ont pour but d'assurer la protection des personnes contre les effets des secousses sismiques. Elles définissent les conditions auxquelles doivent satisfaire les constructions pour atteindre ce but.

*INFORMATION : Dans les Côtes-d'Armor, en zone de sismicité faible (zone 2), les règles de construction parasismiques sont obligatoires pour les bâtiments de catégories III (certains établissements recevant du public, et IV. Il en est de même pour les travaux lourds des bâtiments de catégorie IV (Arrêté du 22 octobre 2010 relatif à la classification et aux règles de construction parasismique applicables aux bâtiments de la classe dite "à risque normal").*

#### 4.3. - L'application des règles de construction parasismique

Lors de la demande du permis de construire pour les bâtiments où la "mission PS" est obligatoire (mission relative à la sécurité des personnes dans les constructions en cas de séisme), une attestation établie par le contrôleur technique doit être fournie. Elle spécifie que le contrôleur a bien fait connaître au maître d'ouvrage son avis sur la prise en compte des règles parasismiques au niveau de la conception du bâtiment.

A l'issue de l'achèvement des travaux, le maître d'ouvrage doit fournir une nouvelle attestation stipulant qu'il a tenu compte des avis formulés par le contrôleur technique sur le respect des règles parasismiques.



## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS DE SÉISME

### AVANT

- Repérez les points de coupure du gaz, d'eau, d'électricité
- Fixez les appareils et les meubles lourds
- Informez-vous des mesures de sauvegarde

### PENDANT

Au moment de la secousse, prenez garde aux chutes d'objets  
Restez où vous êtes :

- À l'intérieur : mettez-vous près d'un mur, une colonne porteuse ou sous des meubles solides, éloignez-vous des fenêtres.
- À l'extérieur : ne restez pas sous des fils électriques ou sous ce qui peut s'effondrer (ponts, corniches, toitures...)
- En voiture : arrêtez-vous et ne descendez pas avant la fin des secousses
- Protégez-vous la tête avec les bras
- N'allumez pas de flamme

### APRÈS

*se méfier des répliques*

- Écoutez la radio pour connaître les consignes à suivre (prévoir un transistor à piles)  
France Bleu Armorique (Saint-Brieuc) : 104,5 MHz  
France Bleu Breiz Izel (Guingamp) : 101,4 MHz
- Coupez l'eau, l'électricité et le gaz. N'allumez pas de flamme. Ne fumez pas (risque d'explosion). En cas de fuite, ouvrez les fenêtres et les portes, sauvez-vous et prévenez les autorités
- Ne téléphonez pas pour ne pas encombrer le réseau téléphonique, pour les secours
- Évacuez l'immeuble. Ne prenez pas les ascenseurs pour quitter un immeuble
- Marchez vers un lieu isolé à l'abri des chutes d'objets. Marchez au milieu de la chaussée en prenant garde à ce qui peut tomber
- Eloignez-vous des zones côtières, même longtemps après la fin des secousses, en raison d'éventuels raz-de-marée. Ne touchez pas les câbles tombés à terre.  
Si vous êtes bloqués sous des décombres, gardez votre calme et signalez votre présence en frappant sur l'objet le plus approprié (table, poutre, canalisation ...). Évaluez les dégâts et les dangers
- N'allez pas chercher vos enfants à l'école. Les enseignants connaissent les consignes et s'occupent de vos enfants. En vous déplaçant, vous risqueriez de vous mettre inutilement en danger et de gêner les secours.

## 5. LES RISQUES DE TEMPÊTE

Une tempête est une perturbation atmosphérique ou dépression, le long de laquelle s'affrontent deux masses d'air aux caractéristiques distinctes (température, teneur en eau). Nous parlons de tempête lorsque les vents moyens dépassent 89 km/h durant 10 mn (soit 48 nœuds, degré 10 de l'échelle Beaufort).

### 5.1. - Comment se manifeste une tempête ?

Les tempêtes peuvent se traduire par :

→ Des vents tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre autour du centre dépressionnaire,

→ Des pluies potentiellement importantes pouvant entraîner des inondations, des glissements de terrain, des coulées boueuses et pour les communes littorales :

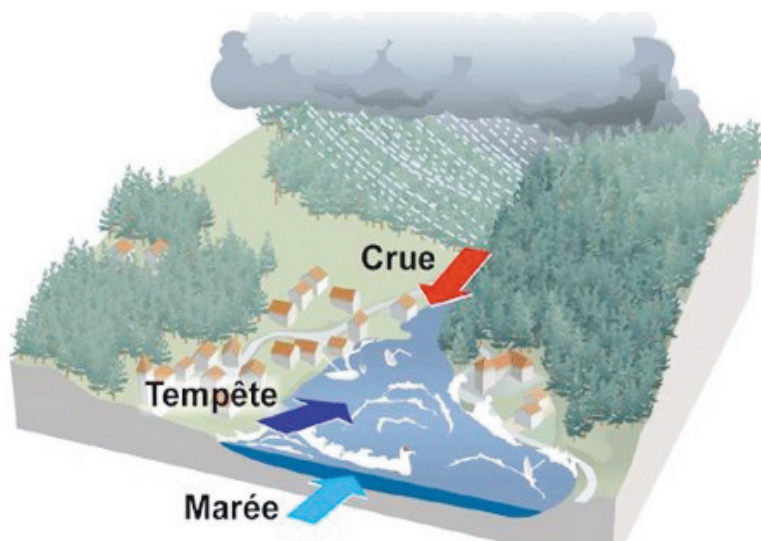
Des vagues dont la hauteur dépend de la vitesse des vents et de la durée de son action. Ces vagues peuvent être modifiées par le profil du fond marin, les courants de marée, la topographie du rivage. Et aussi des modifications du niveau normal de la marée et en conséquence de l'écoulement des eaux dans les estuaires.

#### ► Les vents violents

- Des coupures d'électricité et de téléphone peuvent affecter les réseaux de distribution pendant des durées relativement importantes,
- Les toitures et les cheminées peuvent être endommagées,
- Des branches d'arbre risquent de se rompre,
- Les véhicules peuvent être déportés,
- La circulation routière peut être perturbée, en particulier sur le réseau secondaire en zone forestière,
- Les transports aériens et ferroviaires peuvent être affectés.

#### ► Les fortes précipitations

- De fortes précipitations susceptibles d'affecter les activités humaines sont attendues,
- Des inondations importantes sont possibles dans les zones habituellement inondables, sur l'ensemble des bassins hydrologiques des départements concernés,
- Des cumuls importants de précipitation sur de courtes durées peuvent, localement, provoquer des crues inhabituelles de ruisseaux et fossés,
- Risque de débordement des réseaux d'assainissement,
- Les conditions de circulation routière peuvent être rendues difficiles sur l'ensemble du réseau secondaire et des perturbations peuvent affecter les transports ferroviaires en dehors du réseau grandes lignes,
- Des coupures d'électricité peuvent se produire.



## 5.2. - Quels sont les risques pour la commune ?

### A. Liste des arrêtés de reconnaissance de l'état de catastrophe naturelle

Phénomène lié à l'atmosphère - Tempête et grains (vent) - Tempête (vent)

→ Arrêté CatNat du 22 octobre 1987 pour l'événement qui s'est produit du 15 au 16 octobre 1987.

**INFORMATION** - Toutes les communes du département sont exposées à des vents plus ou moins violents. De plus les communes littorales et estuariennes peuvent être touchées par l'amplification du mouvement des vagues et du niveau de la marée. On observe en moyenne 3 à 4 situations par an donnant des rafales de vent de plus 100 km/h.

### B. Historique des principales tempêtes dans le département

Les tempêtes les plus significatives, où l'ensemble du département a été déclaré sinistré, sont :

→ L'événement qui s'est produit du 15 au 16 octobre 1987 où les vents maximum enregistrés en rafales ont été de 172 km/h à Bréhat et 176 km/h à Trémuson.

→ Des tempêtes de début 1990 les 25 janvier et 11 février 1990 où le vent maximum enregistré en rafales a été de 151 km/h à Bréhat. L'événement qui s'est produit du 25 au 29 décembre 1999 où le vent maximum enregistré en rafales a été de 172 km/h à Trémuson.

### C. Les enjeux exposés

Les risques les plus courants sont des fils électriques et/ou des arbres sur la voie publique, des chutes de cheminées, de grues et d'objets divers, des véhicules retournés...

## 5.3. Quelles sont les mesures prises à titre de prévention et de protection ?

L'arrêté préfectoral du 27 mai 2002, portant approbation du "schéma d'alerte météorologique des Côtes-d'Armor" s'appuie sur le dispositif de vigilance météorologique en vue de fournir les moyens d'anticiper une crise majeure et informer largement la population. La procédure "Vigilance Météo" de Météo-France a pour objectif de décrire, le cas échéant, les dangers des conditions météorologiques des prochaines vingt-quatre heures et les comportements individuels à respecter.

Lors d'une mise en vigilance orange ou rouge, des bulletins de suivi nationaux et régionaux sont élaborés, afin de couvrir le ou les phénomène(s) signalé(s). Ils contiennent quatre rubriques : la description de l'événement, sa qualification, les conseils de comportement et la date et heure du prochain bulletin.



## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS DE VENTS VIOLENTS

- Limitez vos déplacements et renseignez-vous avant de les entreprendre
- Limitez votre vitesse sur route et autoroute, en particulier si vous conduisez un véhicule ou attelage sensible aux effets du vent
- Ne vous promenez pas en forêt et sur le littoral
- Veillez à un habillement adéquat

### **En ville, soyez vigilants face aux chutes possibles d'objets divers :**

- Prenez garde aux chutes d'arbres
- N'intervenez pas sur les toitures et ne touchez en aucun cas à des fils électriques tombés au sol
- Rangez ou fixez les objets sensibles aux effets du vent ou susceptibles d'être endommagés

### **Dans la mesure du possible :**

- Restez chez vous, à l'écoute de vos stations de radio locales
- Prenez contact avec vos voisins et organisez-vous

### **En cas d'obligation de déplacement :**

- Limitez-vous au strict indispensable en évitant, de préférence, les secteurs forestiers
- Signalez votre départ et votre destination à vos proches

### **Pour protéger votre intégrité et votre environnement proche :**

- Rangez ou fixez les objets sensibles aux effets du vent ou susceptibles d'être endommagés
- N'intervenez pas sur les toitures et ne touchez en aucun cas à des fils électriques tombés au sol
- Prévoyez des moyens d'éclairage de secours et faites une réserve d'eau potable

### **Si vous utilisez un dispositif d'assistance médicale (respiration ou autre) alimenté par électricité :**

- Prenez vos précautions en contactant l'organisme qui en assure la gestion
- Vérifiez par avance la qualité de l'air dans les espaces habités afin d'éviter les intoxications possibles (monoxyde de carbone)
- Demeurez actif et restez attentif aux autres

## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS DE FORTES PRÉCIPITATIONS

- Renseignez-vous avant d'entreprendre vos déplacements et soyez très prudents
- Respectez, en particulier, les déviations mises en place
- Ne vous engagez en aucun cas, à pied ou en voiture, sur une voie immergée
- Mettez en sécurité vos biens susceptibles d'être endommagés, si vous habitez dans les zones habituellement inondables et surveillez la montée des eaux

### **Dans la mesure du possible :**

- Restez chez vous ou évitez tout déplacement dans les départements concernés

### **En cas de déplacement absolument indispensable :**

- Soyez très prudents. Respectez, en particulier, les déviations mises en place
- Ne vous engagez en aucun cas, à pied ou en voiture, sur une voie immergée
- Signalez votre départ et votre destination à vos proches

### **Pour protéger votre intégrité et votre environnement proche :**

- Prévoyez des moyens d'éclairage de secours et faites une réserve d'eau potable
- Facilitez le travail des sauveteurs qui vous proposent une évacuation et soyez attentifs à leurs conseils
- N'entreprenez aucun déplacement avec une embarcation sans avoir pris toutes les mesures de sécurité

### AVANT

**Connaître le système d'alerte si un système a été mis en place :**

→ Connaître les points hauts sur lesquels se réfugier (collines, étages élevés des immeubles résistants), les moyens et itinéraires d'évacuation

**Organisez-vous et anticipez :**

- Informez-vous des risques, des modes d'alerte et des consignes en mairie
- Tenez-vous au courant de la météo et des prévisions de crue par radio, TV et sites internet
- Organisez-vous et élaborez les dispositions nécessaires à la mise en sûreté
- Simulez l'exercice annuellement

**De façon plus spécifique :**

Mettez hors d'eau les meubles et objets précieux : albums de photos, papiers personnels, factures ..., les matières et les produits dangereux ou polluants

- Identifiez le disjoncteur électrique et le robinet d'arrêt du gaz
- Aménagez les entrées possibles d'eau : portes, soupiraux, évents
- Amarrez les cuves...
- Repérez les stationnements hors zone inondable
- Prévoyez les équipements minimum : radio à piles, réserve d'eau potable et de produits alimentaires, papiers personnels, médicaments urgents, vêtements de rechange, couvertures ...

### PENDANT

**Mettez en place les mesures conservatoires ci-dessus :**

- Informez-vous de la montée des eaux par radio ou auprès de la mairie
- Réfugiez-vous en un point haut préalablement repéré : étage, colline...
- Écoutez la radio pour connaître les consignes à suivre

**De façon plus spécifique :**

- Ne tentez pas de rejoindre ses proches ou d'aller chercher ses enfants à l'école
- Évitez de téléphoner afin de libérer les lignes pour les secours
- N'entreprenez une évacuation que si vous en recevez l'ordre des autorités ou si vous y êtes forcés par la crue
- Ne vous engagez pas sur une route inondée (à pied ou en voiture) : lors des inondations du Sud-Est des dix dernières années, plus du tiers des victimes étaient des automobilistes surpris par la crue
- N'encombrez pas les voies d'accès ou de secours.

### APRÈS

**Respectez les consignes :**

- Informez les autorités de tout danger
- Aidez les personnes sinistrées ou à besoins spécifiques

**De façon plus spécifique :**

- Aérez
- Désinfectez à l'eau de javel
- Chauffez dès que possible
- Ne rétablissez pas le courant électrique que si l'installation est sèche

# III. LES RISQUES MAJEURS PARTICULIERS

1. LES RISQUES DE PANDÉMIE
2. LES RISQUES LIÉS AU CHANGEMENT CLIMATIQUE
3. LE RISQUE RADON
4. ATTAQUE TERRORISTE

# III. LES RISQUES MAJEURS PARTICULIERS

## 1. LES RISQUES DE PANDÉMIE

Une pandémie est une épidémie touchant une part exceptionnellement importante de la population et présente sur une large zone géographique. Le Ministère de la Santé met régulièrement à jour un Plan national de prévention et de lutte contre la "Pandémie grippale" (le dernier date de 2011 et est disponible sur le site internet du ministère de la santé : [www.social-sante.gouv.fr](http://www.social-sante.gouv.fr))

Le maire peut prendre toutes les mesures destinées à prévenir et faire cesser les pandémies dans le cadre de ses pouvoirs de police. La commune doit, dans un premier temps, informer la population des risques de contagion et mettre en place des mesures afin de limiter les contaminations entre les habitants (elle peut par exemple interdire les manifestations et rassemblements). La commune doit également veiller à assurer la continuité des services publics.

**GRIPPE**

### DES GESTES SIMPLES POUR LIMITER LES RISQUES DE TRANSMISSION

 **LAVEZ-VOUS LES MAINS PLUSIEURS FOIS PAR JOUR**  
AVEC DU SAVON OU UTILISEZ UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE

 **LORSQUE VOUS ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ, COUVREZ-VOUS LA BOUCHE ET LE NEZ AVEC VOTRE MANCHE**  
OU UN MOUCHOIR À USAGE UNIQUE

 **EN CAS DE SYMPTÔMES GRIPPAUX, APPELEZ VOTRE MÉDECIN TRAITANT**  
CONTACTEZ LE 15 UNIQUEMENT EN CAS D'URGENCE

**POUR TOUTE INFORMATION**  
**0 825 302 302**  
(0,15 euro/min depuis un poste fixe)  
[www.pandemie-grippale.gouv.fr](http://www.pandemie-grippale.gouv.fr)

**Les gestes de chacun font la santé de tous**

 **MINISTÈRE CHARGÉ DE LA SANTÉ**

 **inpes**  
Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

 **STOP**  
aux virus de la grippe

### 1.1 - La dernière pandémie en France

Le 11 juin 2009, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a annoncé la première pandémie du XXI<sup>e</sup> siècle (virus A (H1N1) ). Une grande campagne nationale de sensibilisation et de vaccination avait alors eu lieu.

Le Gouvernement, tirant les enseignements de la gestion de l'épisode pandémique de 2009 et des différents retours d'expériences et évaluations qui ont été conduits, a procédé à une réforme en profondeur du Plan national de prévention et de lutte "Pandémie grippale".

Une vaccination peut s'avérer nécessaire, dans ce cas contactez le centre de vaccination le plus proche de chez vous.

*Plateforme Info'grippe 0 825 302 302*

### Les bons gestes d'hygiène



## 2. LES RISQUES LIÉS AU CHANGEMENT CLIMATIQUE

### 2.1 - Le risque grand froid

Nous entendons par risque "grand froid", le risque de gelures et/ou de décès par hypothermie des personnes durablement exposées à de basses ou très basses températures.

#### A. Comment se manifeste-t-il ?

##### Phénomène de neige-verglas

La neige est une précipitation solide qui tombe d'un nuage et atteint le sol lorsque la température de l'air est négative ou voisine de 0°C. La température est bien le paramètre clé de la prévision des chutes de neige. Non seulement la température de l'air près du sol, mais aussi celle du sol et de la masse d'air sur plusieurs kilomètres d'altitude. D'autres paramètres entrent également en jeu et déterminent la nature de la neige : l'humidité de l'air, à savoir sa teneur en eau, le vent et son effet de refroidissement, plus ou moins rapide et intense.

Le verglas est un dépôt de glace compacte provenant d'une pluie ou bruine qui se congèle en entrant en contact avec le sol.

##### Phénomène "grand froid"

C'est un épisode de temps froid caractérisé par sa persistance, son intensité et son étendue géographique. L'épisode dure au moins deux jours. Les températures atteignent des valeurs nettement inférieures aux normales saisonnières. Les températures les plus basses de l'hiver surviennent habituellement en janvier mais des épisodes précoces (en décembre) ou tardifs (en mars ou en avril) sont également possibles.

#### B. Quelles sont les mesures prises à titre de prévention et de protection ?

Les prévisions météorologiques constituent la meilleure des sources de prévention du risque. Par ailleurs, le plan hivernal, constitué de **quatre niveaux d'alerte**, est destiné à organiser l'aide aux plus fragiles dont les sans-abris et pour signaler une personne en difficulté, **composer le 115**. Les vagues de froid intense sont signalées par Météo-France et les médias. Les niveaux d'intervention du plan "grand froid" sont déterminés par le Préfet de chaque département, au regard notamment de la situation locale et des conditions climatiques. Celui-ci prend alors les mesures adéquates en fonction des besoins.

Pour plus de lisibilité, le plan hiver départemental comporte **quatre niveaux de vigilance** :

<b>Niveau 0</b> (période hivernale : du 1 <sup>er</sup> novembre au 31 mars)	Degré de vigilance vert ou jaune, température ressentie supérieure à - 5 degrés, pas de saturation du dispositif d'hébergement d'urgence.
<b>Niveau 1</b>	Degré de vigilance jaune ou orange, température ressentie comprise entre - 5 et - 10 degrés et/ou saturation du dispositif d'hébergement d'urgence.
<b>Niveau 2</b>	Degré de vigilance jaune, orange ou rouge, température ressentie comprise entre - 10 et - 18 degrés et/ou saturation du dispositif d'hébergement d'urgence.
<b>Niveau 3</b>	Degré de vigilance rouge, température ressentie inférieure à - 18 degrés et/ou saturation du dispositif d'hébergement d'urgence.

Les températures négatives peuvent mettre en danger les personnes à risque notamment les sans-domiciles fixes et les personnes à la santé fragilisée. Toute personne souhaitant solliciter le Samu social peut composer le 115\*. Restez vigilant, n'hésitez pas à appeler si vous remarquez une personne sans-abri en difficulté.

\*Appel gratuit depuis un fixe et un mobile

### C. Que doit faire la population en cas de "très grand froid" ?

#### Phénomène neige-verglas

→ Des chutes de neige ou de verglas dans des proportions importantes pour la région sont attendues, susceptibles d'affecter les activités humaines et la vie économique.

→ Les conditions de circulation peuvent devenir rapidement très difficiles sur l'ensemble des réseaux, tout particulièrement en secteur forestier où des chutes d'arbres peuvent accentuer les difficultés.

→ Les risques d'accident sont accrus.

→ Quelques dégâts peuvent affecter les réseaux de distribution d'électricité et de téléphone.

→ De très importantes perturbations sont à craindre concernant les transports aériens et ferroviaires.

**Attention vague de très grand froid**

Le très grand froid demande à mon corps de faire des efforts supplémentaires sans que je m'en rende compte. Mon cœur bat plus vite pour éviter que mon corps se refroidisse. Cela peut être particulièrement dangereux pour les personnes âgées et les malades chroniques.

**Si je reste dans le froid trop longtemps, ma température corporelle peut descendre en dessous de 35 °C, je suis alors en hypothermie. Mon corps ne fonctionne plus normalement et cela peut entraîner des risques graves pour ma santé.**

**Si je reste dans le froid trop longtemps, les extrémités de mon corps peuvent devenir d'abord rouges et douilleuses, puis grises et insensibles (gelures). Je risque l'amputation.**

**Si je fais des efforts physiques en plein air, je risque d'aggraver d'éventuels problèmes cardio-vasculaires.**

**Je reste chez moi autant que possible en m'étant organisé à l'avance**

**Si je dois absolument sortir, je suis prudent et je pense aux autres**

**Si je dois absolument utiliser ma voiture**

- J'ai prévu de l'eau et des produits alimentaires ne nécessitant pas de cuisson (risque de gel des canalisations ou de coupure d'électricité).
- Je chauffe sans surchauffer, j'ai vérifié le bon état de marche de mon installation de chauffage, je ne bouche pas les aérations, et j'aère mon logement une fois par jour.
- J'ai tous les médicaments nécessaires en cas de besoin, et particulièrement si je suis un traitement régulier.
- Je donne de mes nouvelles à mes proches, et je contacte ceux qui sont seuls. Et si je suis isolé ou malade, je me fais connaître auprès de ma mairie.
- J'écoute à la radio les conseils des pouvoirs publics.

- Je couvre particulièrement les parties de mon corps qui perdent de la chaleur : tête, cou, mains et pieds.
- Je me couvre le nez et la bouche pour respirer de l'air moins froid.
- Je mets plusieurs couches de vêtements, plus un coupe-vent imperméable.
- J'évite de sortir les bébés, même bien protégés.
- J'évite de sortir le soir car il fait encore plus froid.
- Je me nourris convenablement, et je ne bois pas d'alcool car cela ne réchauffe pas.
- Je ne fais pas d'efforts physiques, comme porter des objets lourds...
- Je mets de bonnes chaussures pour éviter les chutes sur un sol glissant.

- Je vérifie le bon état de fonctionnement général : huile, batterie, éclairage, plein d'essence.
- Je prépare des couvertures, une trousse de secours, un téléphone portable chargé et une bouteille chaude.
- Avant chaque déplacement, je me renseigne sur la météo et sur l'état des routes.

Si je remarque une personne sans abri ou en difficulté dans la rue, j'appelle le « 115 »

Pour plus d'informations : [www.meteo.fr](http://www.meteo.fr) • [www.bison-futa.equipement.gouv.fr](http://www.bison-futa.equipement.gouv.fr) • [www.samu.gouv.fr](http://www.samu.gouv.fr) • [www.invs.samu.fr](http://www.invs.samu.fr)

## LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ POUR VOS DÉPLACEMENTS

### Dans la mesure du possible :

- Restez chez vous
- N'entrez aucun déplacement autre que ceux absolument indispensables
- Mettez-vous à l'écoute de vos stations de radio locales

### En cas d'obligation de déplacement :

- Renseignez-vous auprès du Centre Régional d'Information et de Coordination Routières
- Privilégiez les transports en commun
- Signalez votre départ et votre lieu de destination à vos proches
- Munissez-vous d'équipements spéciaux
- Respectez scrupuleusement les déviations et les consignes de circulation
- Facilitez le passage des engins de dégagement des voies de circulation, en particulier en stationnant votre véhicule en dehors des couloirs de circulation. Il est rappelé que le dépassement des engins de déneigement est interdit par le code de la route
- Prévoyez un équipement minimum au cas où vous seriez obligés d'attendre plusieurs heures sur la route à bord de votre véhicule
- Ne quittez celui-ci sous aucun prétexte autre que sur sollicitation des sauveteurs

### Pour protéger votre intégrité et votre environnement proche :

- Protégez-vous des chutes et protégez les autres en dégagant la neige et en salant les trottoirs devant votre domicile, tout en évitant d'obstruer les regards d'écoulement des eaux
- Ne touchez en aucun cas à des fils électriques tombés au sol
- Protégez vos canalisations d'eau contre le gel
- Prévoyez des moyens d'éclairage de secours et faites une réserve d'eau potable
- Si vous utilisez un dispositif d'assistance médicale (respiration ou autre) alimenté par électricité, prenez vos précautions en contactant l'organisme qui en assure la gestion

## Phénomène "grand froid"

- Évitez les expositions prolongées au froid, au vent et aux courants d'air,
- Veillez à un habillement adéquat,
- Vérifiez par avance la qualité de l'air dans les espaces habités afin d'éviter les intoxications possibles au monoxyde de carbone,
- Demeurez actif et restez attentif aux autres.

PRÉVENTION GRAND FROID



## 2.3 - Les risques canicule

Le mot "canicule" désigne un épisode de températures élevées, de jour comme de nuit, sur une période prolongée. Nous entendons par risque canicule, le risque de dégradation de santé que peuvent subir des personnes déjà fragiles face à une période de trop fortes températures moyennes.

### A. Comment se manifeste-t-il ?

En France, la période des fortes chaleurs pouvant donner lieu à des canicules s'étend généralement du 15 juillet au 15 août, parfois depuis la fin juin. Des jours de fortes chaleurs peuvent survenir en dehors de cette période. Cela correspond globalement à une température qui ne descend pas, la nuit, en dessous de 18°C pour le Nord de la France et 20°C pour le Sud, et atteint ou dépasse, le jour, 30°C pour le Nord et 35°C pour le Sud.


Le réchauffement climatique lié aux émissions de gaz à effet de serre va engendrer, selon les scénarios climatiques envisagés :

- Une augmentation du nombre annuel de jours où la température est anormalement élevée,
- Un allongement de la durée des sécheresses estivales,
- Une diminution généralisée des débits moyens des cours d'eau en été et en automne,
- L'augmentation de la température peut mettre en danger les personnes à risque (personnes âgées, handicapées, atteintes de maladies chroniques ou de troubles mentaux, isolées...),
- Les personnes ayant des activités extérieures doivent prendre garde aux coups de chaleur,
- Les enfants doivent faire l'objet d'une surveillance particulière.

## B. Quelles sont les mesures prises à titre de prévention et de protection ?

Le plan de gestion départemental d'une canicule comporte **quatre niveaux**. Il définit en particulier les mesures de protection des personnes âgées (isolées à domicile ou hébergées en maison de retraite).

<b>Niveau 1</b>	Il est activé chaque année du 1 <sup>er</sup> juin au 31 août. Ce niveau correspond à l'activation d'une veille saisonnière et une veille climatique et sanitaire est assurée par les pouvoirs publics.
<b>Niveau 2</b> Alerte chaleur	Correspond au passage en jaune de la carte de vigilance météorologique. Si la situation le justifie, il permet la mise en œuvre de mesures graduées et la préparation à une montée en charge des mesures de gestion par les Agences Régionales de Santé (ARS).
<b>Niveau 3</b> Alerte canicule	Correspond au passage en orange sur la carte de vigilance météorologique. Il est déclenché par les préfets de département.
<b>Niveau 4</b> Mobilisation	Correspond au passage en rouge sur la carte de vigilance météorologique.





# En période de fortes chaleurs ou de canicule

### Personne âgée


Je mouille ma peau plusieurs fois par jour tout en assurant une légère ventilation et ...

Je ne sors pas aux heures les plus chaudes.







Je mange normalement (fruits, légumes, pain, soupe...).




Je passe plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé.







Je bois environ 1,5 L d'eau par jour. Je ne consomme pas d'alcool.




Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.






Je donne de mes nouvelles à mon entourage.




### Enfant et adulte


Je bois beaucoup d'eau et ...

Je ne fais pas d'efforts physiques intenses.







Je ne consomme pas d'alcool.




Je ne reste pas en plein soleil.







Au travail, je suis vigilant pour mes collègues et moi-même.




Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.







Je prends des nouvelles de mon entourage.



**En cas de malaise ou de coup de chaleur, j'appelle le 15**


**Pour plus d'informations : 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe)**  
<http://www.sante-sports.gouv.fr/canicule/>  
[www.meteo.fr](http://www.meteo.fr) ou 32 50 (0,34€/minute)



## LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ EN CAS DE CANICULE

- Pendant la journée : fermez les volets, les rideaux et les fenêtres
- Aérez la nuit
- Utilisez ventilateur et/ou climatisation si vous en disposez ou sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) 3h/jour.
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches/bains
- Buvez au moins 1,5 litre d'eau par jour, même sans soif
- Continuez à manger normalement
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (12h-16h)
- Si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers
- Limitez vos activités physiques
- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie
- Si vous avez des personnes âgées souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour
- Accompagnez-les dans un endroit frais

*Pour en savoir plus : consultez le site : [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr)*

### C. Quelles sont les mesures prises par la commune de Perros-Guirec ?

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Perros-Guirec se charge chaque année, début juin, d'envoyer un questionnaire à l'ensemble des habitants âgés de plus de 80 ans. Ce questionnaire permet aux services de la ville de connaître les besoins de chacun en cas de canicule.

Un registre est ensuite établi afin que les personnes, avec des besoins particuliers, soient contactées en cas de fortes chaleurs. Une intervention des services sociaux ou des services sanitaires (Croix-Rouge par exemple) à domicile est possible si nécessaire. Les personnes qui le souhaitent peuvent venir se signaler à la mairie. Un message est également diffusé sur le site internet de la ville :

*[ville.perros-guirec.com](http://ville.perros-guirec.com)*

Le site internet de Météo-France met également à disposition de tous, une carte interactive "Vigilance météorologique", actualisée deux fois par jour. Cette carte permet de visualiser rapidement les zones considérées à risque sur l'ensemble du territoire ([vigilance.meteofrance.com](http://vigilance.meteofrance.com)).

#### Centre Communal d'Action Sociale de Perros-Guirec

Place de l'Hôtel de Ville - 22700 Perros-Guirec

☎ 02 96 49 02 42

☎ 02 96 49 02 49

[ccas@perros-guirec.com](mailto:ccas@perros-guirec.com)

Numéro national "Canicule info service"

☎ 0 800 06 66 66



### 3. LE RISQUE RADON

#### 3.1 - Qu'est-ce qu'un risque radon ?

On entend par risque radon, le risque de contamination au radon. Ce gaz radioactif d'origine naturelle représente le tiers de l'exposition moyenne de la population française aux rayonnements ionisants. Il est présent partout à la surface de la planète à des concentrations variables selon les régions.

#### Comment le radon pénètre dans une maison



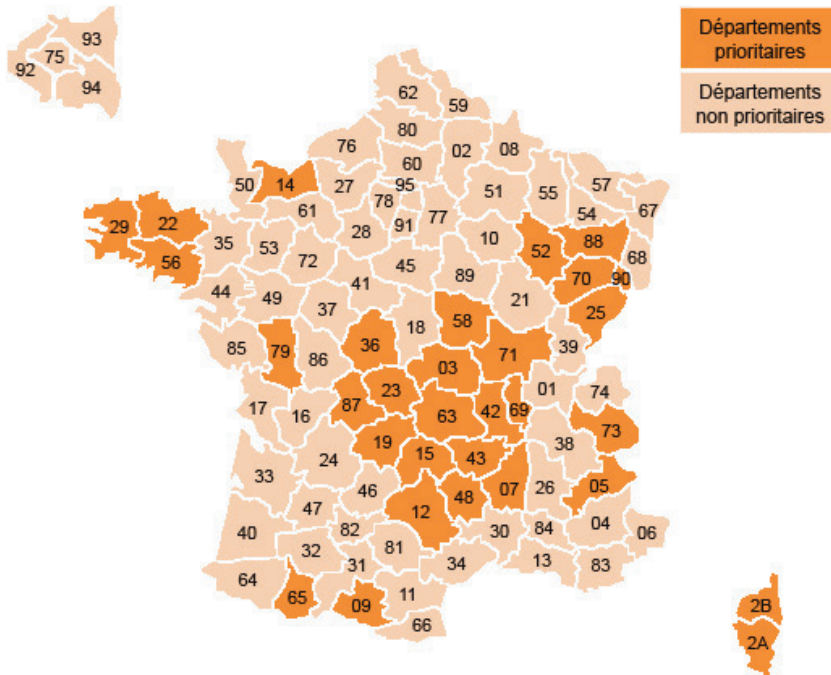
Le radon est issu de la désintégration de l'uranium et du radium présents naturellement dans la croûte terrestre, depuis la création de notre planète. Il est présent partout à la surface de la planète et provient surtout des sous-sols granitiques et volcaniques. Le radon peut s'accumuler dans les espaces clos, notamment dans les bâtiments mal ventilés.

#### LES CONSIGNES POUR DIMINUER LES CONCENTRATIONS EN RADON DANS LES MAISONS

- Aérez et ventilez les bâtiments, les sous-sols et les vides sanitaires,
- Améliorez l'étanchéité des interfaces entre le sol et le bâtiment (murs enterrés, dalle sur terre-plein...).



### 3.2 - Quels sont les risques dans la commune ?



Des mesures effectuées sur tout le territoire avec en moyenne 101 à 150 Bq/m<sup>3</sup> (becquerel par mètre cube) a classé le département des Côtes-d'Armor en zone prioritaire. Ce classement en risque prioritaire impose d'effectuer des mesures de l'activité volumique en radon (mesures de dépistage) et des actions correctives (arrêté du 22 juillet 2004 du code de la santé).

La commune de Perros-Guirec, en raison de son sol granit, est concernée par le risque radon. Des contrôles ont été réalisés dans l'ensemble des établissements scolaires, les lieux sportifs et divers établissements recevant du public afin de mettre en place des actions correctives si nécessaire.

### 3.3 - Quelles sont les mesures prises à titre de prévention et de protection ?

Le département des Côtes-d'Armor étant prioritaire, une campagne de mesures a eu lieu dans les établissements recevant du public : les établissements d'enseignement y compris les bâtiments d'internat, les établissements sanitaires et sociaux disposant d'une capacité d'hébergement, les établissements thermaux et les établissements pénitentiaires (arrêté interministériel du 22 juillet 2004).

Si les mesures sont supérieures à 400 Bq/m<sup>3</sup>, le diagnostic et les travaux doivent être effectués sous deux ans maximum. Si elles sont supérieures à 1000 Bq/m<sup>3</sup>, ils doivent être immédiats.

Par ailleurs, si l'un des résultats de mesures du radon se situe au-dessus du niveau d'action de 400 Bq/m<sup>3</sup>, le propriétaire transmet dans un délai d'un mois le rapport d'intervention au Préfet qui assurera un contrôle de la mise en œuvre des mesures correctrices.



## 4. ATTAQUE TERRORISTE

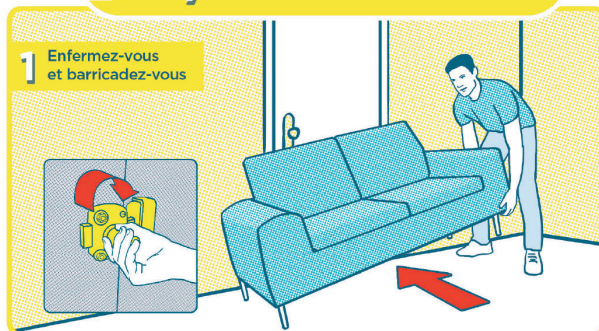
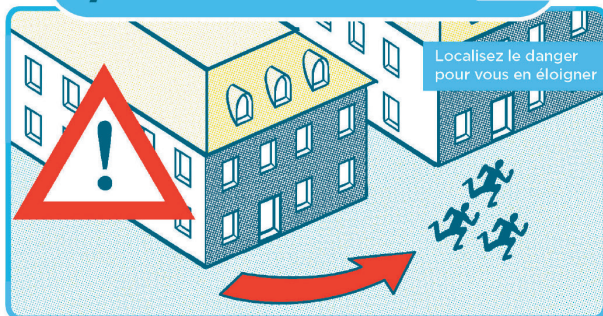
# RÉAGIR EN CAS D'ATTAQUE TERRORISTE

AVANT L'ARRIVÉE DES FORCES DE L'ORDRE, CES COMPORTEMENTS PEUVENT VOUS SAUVER

### 1/ S'ÉCHAPPER

si c'est impossible

### 2/ SE CACHER



### 3/ ALERTE

ET OBÉIR AUX FORCES DE L'ORDRE



#### VIGILANCE

- Témoin d'une situation ou d'un **comportement suspect**, vous devez contacter les forces de l'ordre (17 ou 112)
  - Quand vous entrez dans un lieu, repérez les **sorties de secours**
- Ne diffusez aucune **information** sur l'intervention des forces de l'ordre
- Ne diffusez pas de rumeurs ou d'**informations non vérifiées** sur Internet et les réseaux sociaux
  - Sur les réseaux sociaux, **suivez les comptes @Place\_Beauvau et @gouvernementfr**



Pour en savoir plus : [www.encasdattaque.gouv.fr](http://www.encasdattaque.gouv.fr)



### Numéros de téléphone

Préfecture des Côtes-d'Armor

Tél. 02 96 62 44 22

DDTM des Côtes-d'Armor

Tél. 02 96 62 47 00

Centre Régional d'Information et de Coordination Routières Ouest

Tél. 0 800 100 200 (numéro vert)

Mairie de Perros-Guirec

Tél. 02 96 49 02 49

Répondeur Météo-France

Tél. 32 50

ERDF

Tél. 0 810 813 327

GRDF

Tél. 0 800 473 333

Brigade de gendarmerie de Perros-Guirec

Tél. 02 96 23 20 17 ou le 17

Police municipale

Tél. 02 96 35 72 61

Pompiers de Perros-Guirec

Tél. 02 96 23 20 16 ou le 18 ou 112 (d'un portable)

Samu et Samu social

Tél. Le 15 et le 115

La Maison du littoral

Tél. 02 96 91 62 77

Canicule info service

Tél. 0 800 06 66 66

Eau potable - Véolia

09 69 32 35 23

---

---

### Radios

France Info : 105.5 MHz

France Bleu Armorique (Saint-Brieuc) : 104.50 MHz

France Bleu Breiz Izel (Guingamp) : 101.40 MHz

---

---

### Site internet

[ville.perros-guirec.com](http://ville.perros-guirec.com)

Agence Régionale de Santé : [www.ars.bretagne.sante.fr](http://www.ars.bretagne.sante.fr)

Infos route : [www.bison-fute.gouv.fr](http://www.bison-fute.gouv.fr)

Météo France : [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com) ou [vigilance.meteofrance.com](http://vigilance.meteofrance.com)

Plus d'infos sur les risques majeurs, quelques sites à consulter :

[www.prim.net](http://www.prim.net)

[www.risques.gouv.fr/risques-majeurs](http://www.risques.gouv.fr/risques-majeurs)

[www.cotes-darmor.pref.gouv.fr/Les-actions-de-l-Etat/Environnement-et-Prevention-des-risques](http://www.cotes-darmor.pref.gouv.fr/Les-actions-de-l-Etat/Environnement-et-Prevention-des-risques)

# ANNEXES

Mise en page - sur l'affichage des consignes de sécurité  
[articles R125-12 et R125-13 du code de l'environnement]

## Commune DE PERROS-GUIREC

Département des CÔTES-D'ARMOR



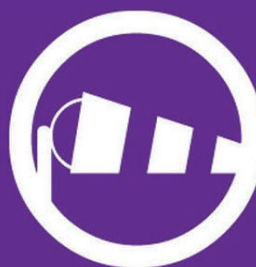
submersion marine



sismicité



cavités souterraines



tempêtes fréquentes

### en cas de DANGER ou d'ALERTE

**1 - Abritez-vous** - *Take shelter - Resguardese*

**2 - Écoutez la radio** - *Listen to the radio - Escuche la radio*

France Bleu Armorique (Saint-Brieuc)	104.5 MHz
France Bleu Breiz Izel (Guingamp)	101.4 MHz

**3 - Respectez les consignes et n'allez pas  
chercher vos enfants à l'école**

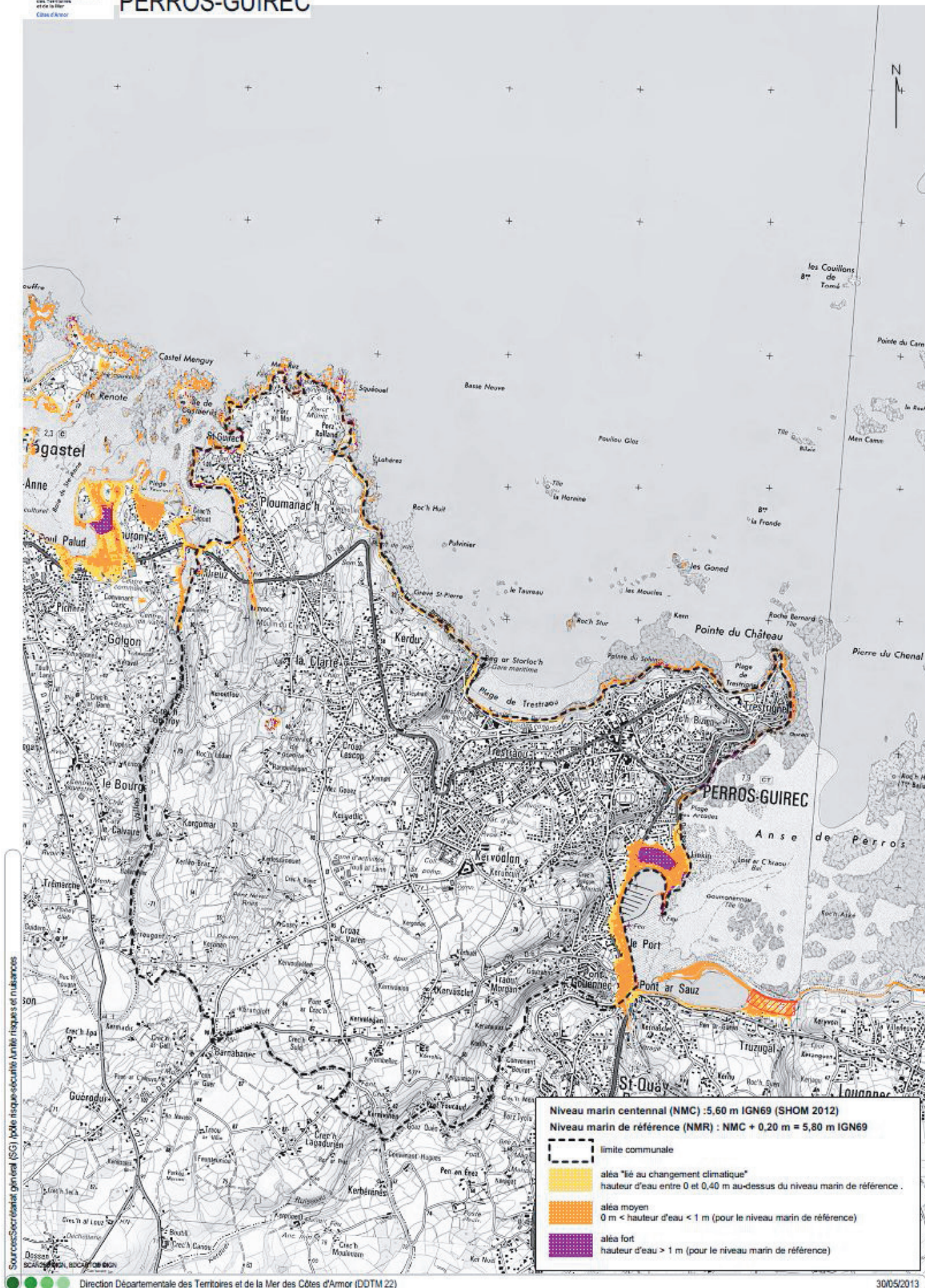
*Follow the instructions and do not collect your children from school*  
*Respete las consignas y no vayan a buscar a sus niños a la escuela*

Consultez le Dossier d'Information Communal sur les  
Risques Majeurs (DICRIM)  
À la mairie ou sur le site : [www.ville.perros-guirec.com](http://www.ville.perros-guirec.com)  
Plus d'infos : [www.prim.net](http://www.prim.net)





# Porter à connaissance du risque "submersion marine" PERROS-GUIREC



## ➤ Les batardeaux

Ces dispositifs sont réalisables par soi-même. Vous pouvez vous procurer les matériaux nécessaires dans tous les bons magasins de bricolage.

Le plus simple consiste à installer une cornière en U autour de la porte et à glisser une plaque en métal à l'intérieur de cette dernière. Les cornières sont le plus souvent permanentes, tandis que les plaques à proprement parler sont amovibles.

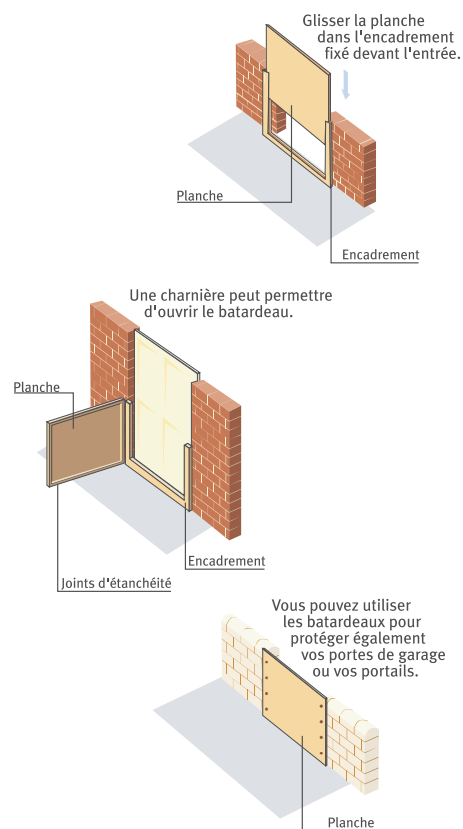
Elles s'installent en quelques minutes, la glissière étant intégrée au mur bien avant le début de l'inondation.

Toute l'efficacité des batardeaux dépend de l'adhésion du dispositif aux murs. Elle est donc fonction de la nature de vos murs et de la qualité de vos joints et de vos fixations.

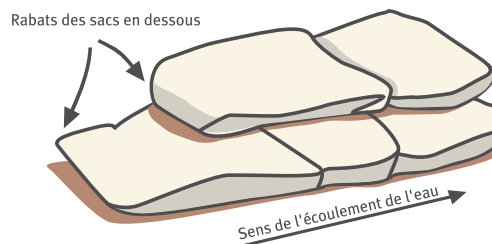
Il convient de rappeler que ces dispositifs ne doivent en aucun cas vous permettre de vous murer chez vous.

C'est pourquoi leur hauteur est limitée. Ils doivent en toute circonstance pouvoir être enjambés par un adulte, afin de rendre possible une évacuation.

### Dispositif de batardeaux



Positionnement des sacs de sable :  
le rabat est placé dans le sens de l'écoulement et sous le sac.  
Les sacs sont positionnés en quinconce



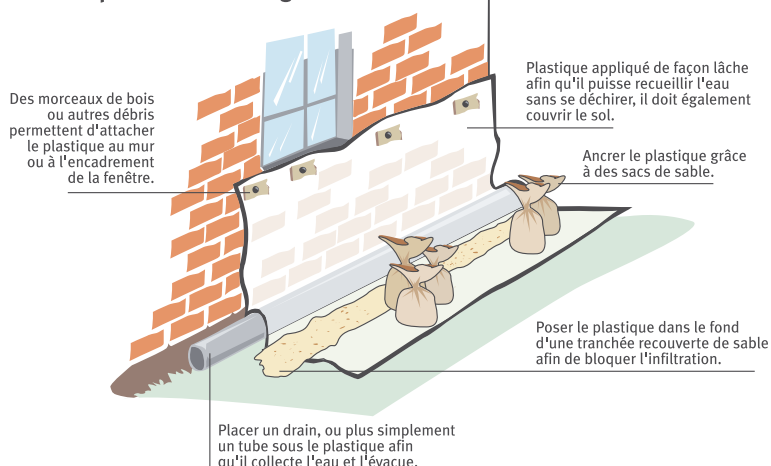
## ➤ Les sacs de sable

Cette mesure consiste à mettre des sacs remplis de sable à plat dans le sens de la longueur par rapport au sens d'écoulement prévisible de l'inondation. La barrière ainsi constituée permet de limiter la pénétration de l'eau et de la filtrer le cas échéant. Les extrémités des sacs sont repliées sur elles-mêmes afin de les fermer. Il n'est pas nécessaire de les remplir complètement. Vous devez les placer en quinconce comme les briques d'un mur, en les décalant de moitié à chaque fois.

## ➤ L'emballage des murs

Cette mesure consiste à tendre un film plastique le long des murs. Vous pouvez utiliser du bois ou des briques pour tenir le plastique en place. L'ajout de drains est souvent un bon complément et évite que le plastique ne se soulève. Cette mesure est à prévoir longtemps à l'avance du fait de son temps de mise en œuvre.

### Dispositif d'emballage du mur



## ➤ Les pompes à eau

Malgré la mise en place de ces dispositifs de protection temporaire, votre habitation, et notamment le sous-sol, peut rapidement être submergée. Dans ce cas, l'évacuation de l'eau ne pourra se faire qu'au moyen d'une pompe hydraulique. Il est donc primordial de disposer de ce type de matériel qui s'avère être le parfait complément des batardeaux.

## Plus d'informations

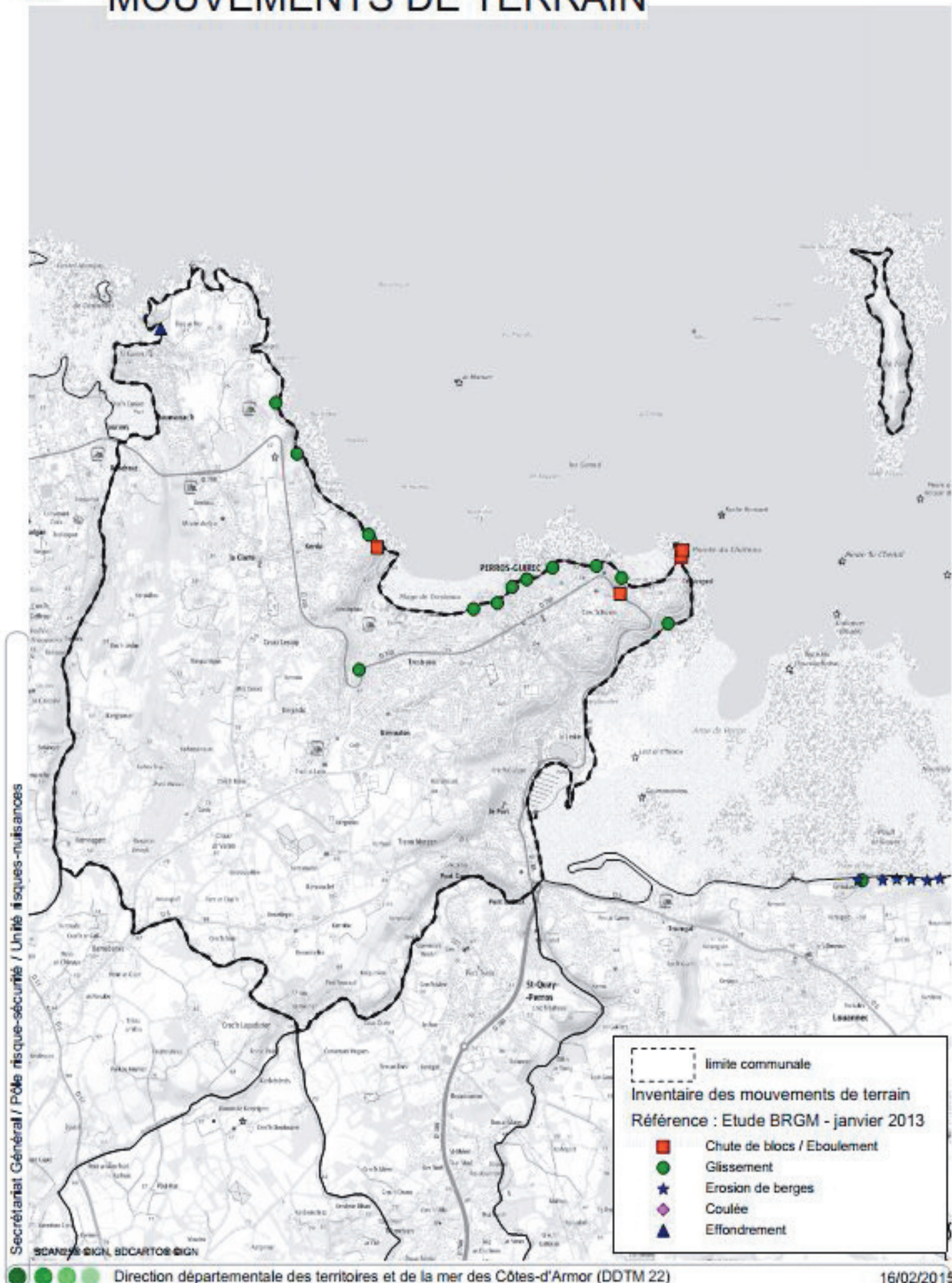
### ➔ Quelques fournisseurs professionnels de batardeaux susceptibles de vous renseigner

Société UNIMATE - route d'Irigny - les Aigais - 69530 Brignais - Tél. : 04 78 05 18 66  
<http://www.aquaprotec-inondation.com> • <http://www.msu.fr>

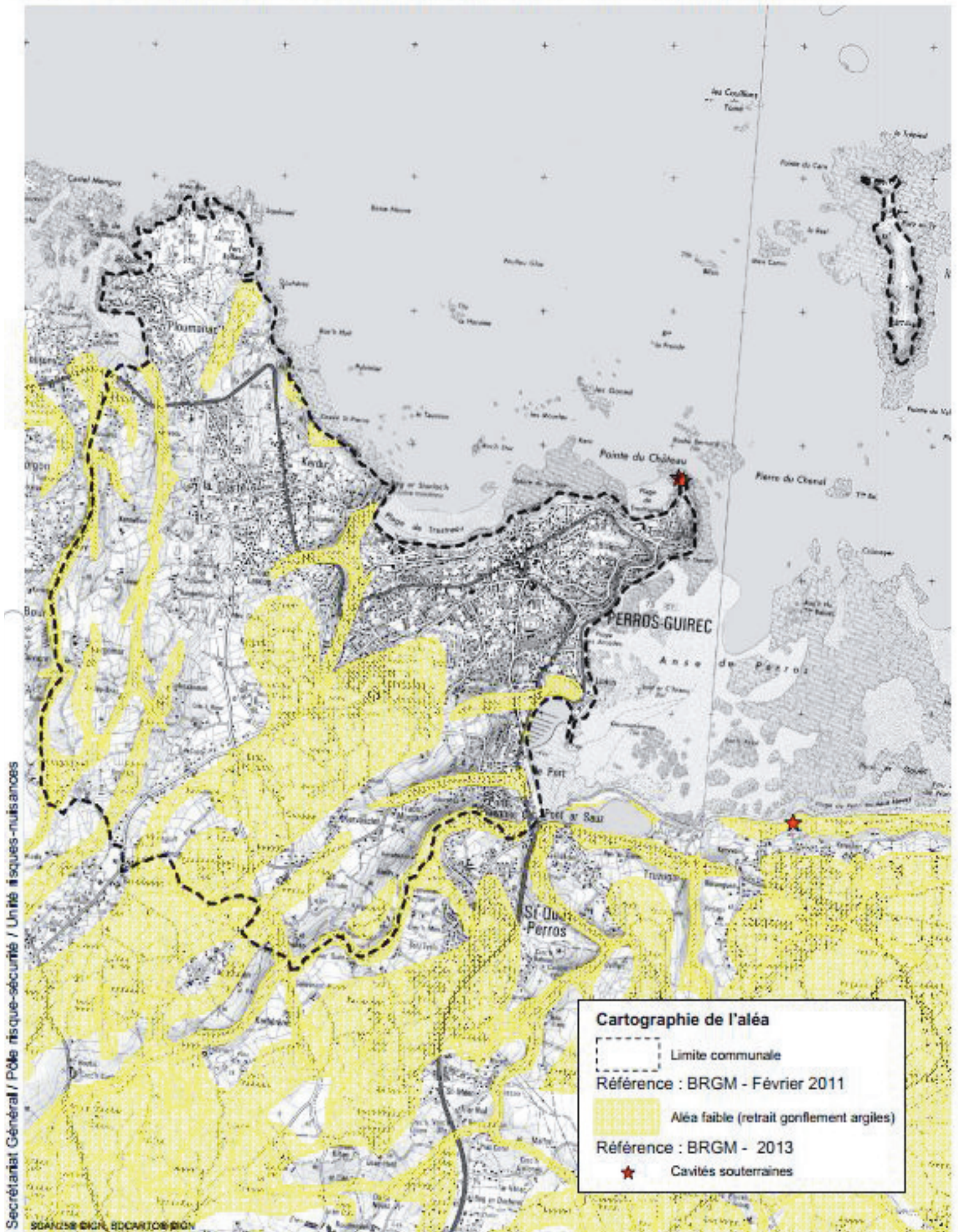
### ➔ Sites Internet sur la prévention des inondations

Dossier très complet sur les mesures de protections sur le site Prim.net du Ministère de l'environnement et du développement durable :  
[http://www.prim.net/citoyen/moi\\_face\\_au\\_risque/222\\_inondation.html#contacts](http://www.prim.net/citoyen/moi_face_au_risque/222_inondation.html#contacts)  
 Voir également le mémento pratique du particulier :  
[http://www.gema.fr/media/pdf/DOC80\\_Memento05-02.pdf](http://www.gema.fr/media/pdf/DOC80_Memento05-02.pdf)

# PERROS-GUIREC - INVENTAIRE DES MOUVEMENTS DE TERRAIN

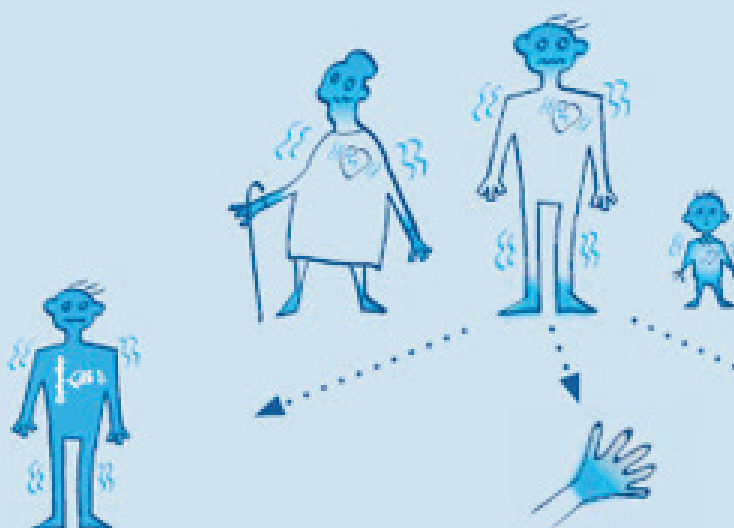


## RETRAIT-GONFLEMENT DES ARGILES





# Attention vague de très grand froid



Le très grand froid demande à mon corps de faire des efforts supplémentaires sans que je m'en rende compte. Mon cœur bat plus vite pour éviter que mon corps se refroidisse. Cela peut être particulièrement dangereux pour les personnes âgées et les malades chroniques.

Si je reste dans le froid trop longtemps, ma température corporelle peut descendre en dessous de 35 °C, je suis alors en hypothermie. Mon corps ne fonctionne plus normalement et cela peut entraîner des risques graves pour ma santé.

Si je reste dans le froid trop longtemps, les extrémités de mon corps peuvent devenir d'abord rouges et douloureuses, puis grises et indolores (gelures). Je risque l'amputation.

Si je fais des efforts physiques en plein air, je risque d'aggraver d'éventuels problèmes cardio-vasculaires.

Je reste chez moi autant que possible en m'étant organisé à l'avance

Si je dois absolument sortir, je suis prudent et je pense aux autres

Si je dois absolument utiliser ma voiture



- J'ai prévu de l'eau et des produits alimentaires ne nécessitant pas de cuisson (risque de gel des canalisations ou de coupure d'électricité).
- Je chauffe sans surchauffer, j'ai vérifié le bon état de marche de mon installation de chauffage, je ne bouche pas les aérations, et j'aère mon logement une fois par jour.
- J'ai tous les médicaments nécessaires en cas de besoin, et particulièrement si je suis un traitement régulier.
- Je donne de mes nouvelles à mes proches, et je contacte ceux qui sont seuls. Et si je suis isolé ou malade, je me fais connaître auprès de ma mairie.
- J'écoute à la radio les conseils des pouvoirs publics.



- Je couvre particulièrement les parties de mon corps qui perdent de la chaleur : tête, cou, mains et pieds.
- Je me couvre le nez et la bouche pour respirer de l'air moins froid.
- Je mets plusieurs couches de vêtements, plus un coupe-vent imperméable.
- J'évite de sortir les bébés, même bien protégés.
- J'évite de sortir le soir car il fait encore plus froid.
- Je me nourris convenablement, et je ne bois pas d'alcool car cela ne réchauffe pas.
- Je ne fais pas d'efforts physiques, comme porter des objets lourds...
- Je mets de bonnes chaussures pour éviter les chutes sur un sol glissant.



- Je vérifie le bon état de fonctionnement général : huile, batterie, éclairage, plein d'essence.
- Je prépare des couvertures, une trousse de secours, un téléphone portable chargé et une boisson chaude.
- Avant chaque déplacement, je me renseigne sur la météo et sur l'état des routes.

Si je remarque une personne sans abri ou en difficulté dans la rue, j'appelle le « 115 »

Pour plus d'informations :

[www.meteo.fr](http://www.meteo.fr) • [www.bison-futa.equipement.gouv.fr](http://www.bison-futa.equipement.gouv.fr) • [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) • [www.invs.sante.fr](http://www.invs.sante.fr)

MAIRIE DE PERROS-GUIREC  
Place de l'Hôtel de Ville  
02 96 49 02 49  
[www.perros-guirec.com](http://www.perros-guirec.com)

