

INFORMATIONS MUNICIPALES ET EXTRA-MUNICIPALES

VIGILANCE « FORTES CHALEURS » DU PLAN DÉPARTEMENTAL CANICULE

=> **Rappel des conseils simples à adopter pour protéger sa santé :**

- **buvez régulièrement** de l'eau sans attendre d'avoir soif
- rafraîchissez-vous et **mouillez-vous le corps** (au moins le visage et les avants bras) plusieurs fois par jour
- mangez en quantité suffisante et **ne buvez pas d'alcool**
- **évités de sortir** aux heures les plus chaudes et passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché, musée...)
- maintenez votre **logement frais** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais)
- pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide
- **évités les efforts physiques** pendant les vagues de chaleur, en particulier aux heures les plus chaudes de la journée, et ce même pour les personnes en bonne condition physique
- si besoin, demandez conseil à votre médecin traitant, tout particulièrement en cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier (adaptation de doses par exemple)



Signes d'alerte de déshydratation :

- modification du comportement habituel, grande faiblesse, grande fatigue, difficulté inhabituelle à se déplacer,
- maux de tête, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, voire convulsions,
- nausées, vomissements, diarrhée, soif,
- crampes musculaires,
- température corporelle élevée (supérieure à 38,5°C),
- agitation nocturne inhabituelle

Numéros utiles :

Numéro d'urgence unique européen **112**
SAMU **15**
Pompiers **18**

Numéro spécial :

« Canicule info service » est à votre disposition au **0 800 06 66 66**

Toutes les recommandations pour se protéger contre les fortes chaleurs sont consultables sur le site internet du ministère des solidarités et de la santé **www.solidarites-sante.gouv.fr**

Pour plus d'informations :

Consulter la carte de vigilance, actualisée au moins deux fois par jour par Météo France :
http://vigilance.meteofrance.com/

BRÛLAGE DES DÉCHETS

Par arrêté préfectoral n°23-2019-07-03-002, le brûlage à l'air libre des déchets verts ménagers et des collectivités est interdit toute l'année et dans tout le département.

Du 1er mars au 31 octobre, il est interdit à toute personne d'allumer du feu à l'intérieur et à moins de 200 m des bois, forêts, plantations, landes et friches, ni d'incinérer des résidus végétaux et sylvicoles coupés ou arrachés, sauf dérogations à demander à la D.D.T. 15 jours avant la date prévue.

Renseignements en mairie.

PERMANENCES

CIDFF

Le Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles a mis en place une permanence les **1er et 3ème mercredis du mois à la Mairie.** *Gratuit, confidentiel et ouvert à tout public.*

Domaines concernés :

- l'accès au droit
- la lutte contre les violences sexistes
- le soutien à la parentalité
- l'éducation et la citoyenneté
- la santé
- l'emploi, la formation professionnelle et la création d'entreprise



Contact : **05.55.52.99.41**

CONCILIATEUR DE JUSTICE

Le conciliateur de justice vous reçoit le **4e mardi de chaque mois, de 14h à 16h à la mairie de Bonnat.**

Prochaine date : le 26 JUILLET

Volontaire non rétribué, le conciliateur est un auxiliaire de justice qui participe au service public de la Justice en contribuant au règlement amiable des conflits.

Plus d'informations sur : <https://www.conciliateurs.fr/>



VIE CULTURELLE

MÉDIATHÈQUE MILLE PAGES

du 8 au 30 juillet

Exposition photo de l'association Creusographie

"LE CIEL, LES NUAGES"

dernière quinzaine de juillet

Animation avec les enfants

À LA PLAGE DE BONNAT !

(dans le pré derrière la médiathèque)

Fabrication de nuages et d'avions en papier,
lectures d'albums, en lien avec le thème de l'exposition

LE CHAI

ANIMATIONS DE L'ÉTÉ AU CHAI

du lundi 11 au mercredi 13 juillet



- De 10h à 12h -

Cafés numériques



Vous avez un problème, une question qui concerne votre ordinateur, votre smartphone, un logiciel, un site web, ou simplement besoin de venir en parler ?

Notre médiateur numérique se tient à votre disposition sur ces 3 matinées pour vous aider.



- De 14h à 17h -

Atelier « Retrogaming »



Lors de cette série de 3 ateliers, vous programmerez une console de jeux à l'ancienne grâce à Raspberry, un mini-ordinateur aux capacités multiples.

Accessible dès 10 ans, 15 € le cycle de 3 séances.

Renseignements et inscriptions :

À l'accueil du Chai, 22 rue Grande

(du mardi au jeudi de 10h à 17h30 et le vendredi de 10h à 15h)

05 44 30 07 66 - lechai@portesdelacreuseenmarche.fr

Service de la communauté de communes des Portes de la Creuse en Marche

LE MOT DU GENDARME

OPÉRATION TRANQUILLITÉ VACANCES

Vous partez en vacances ? Pendant votre absence, la Gendarmerie Nationale peut assurer régulièrement la surveillance de votre appartement ou de votre maison.



Pour profiter de ce service gratuit, il vous suffit :

- de passer à la Gendarmerie de Bonnat ou de Châtelus Malvaleix afin de remplir une demande
- ou de remplir le formulaire en ligne sur service-public.fr

Gendarmerie de Bonnat - Tél : 05.55.62.10.07

Gendarmerie de Châtelus Malvaleix - Tél : 05.55.80.70.04

SORTIR

CONCOURS DE TAROT

samedi 9 juillet

Salle des fêtes

1er concours à 14h

2e concours à 21h



SOIRÉE FÊTE NATIONALE

mercredi 13 juillet

Place de la fontaine

Banda Bonnat-Bussière-Dunoise

Défilé et feu d'artifice

Bal populaire gratuit

animé par dj LAURENT

Repas : saucisses/merguez

(12€ adulte/ 10€ enfant)

BUVETTE

à partir de 20h



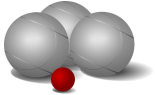
CONCOURS DE PÉTANQUE DES SAPEURS POMPIERS

jeudi 14 juillet

Champ de foire

14 h : inscription

15 h : début du concours



FÊTE DE LA CHASSE

dimanche 31 juillet

Château de Mornay

Démonstration chiens d'arrêt,

concours de cheval de chasse...

Buvette / Snack - Grillade / frites : 12 €



SANTÉ

DON DU SANG

Le mardi 2 août de 10h à 14h à la Salle des fêtes



NUMÉROS D'URGENCE

MÉDECINS DE GARDE

15 ou 05 55 41 82 02

URGENCES DENTAIRES

Contactez le 09 60 40 44 80

PHARMACIES DE GARDE

Contactez le 3237.



CONTACTS

Mairie

05.55.62.10.38

mairie.bonnat@orange.fr

du lundi au jeudi :

8h30-12h30 et 13h45-17h

vendredi : 8h30-12h30 et 14h-16h

Maison France Services

05.55.62.85.04

bonnat@france-services.gouv.fr

du lundi au jeudi :

8h30-12h30 et 13h45-17h

vendredi : 8h30-12h30 et 14h-16h

Médiathèque Mille Pages

05.55.81.09.66

bibliotheque.bonnat@orange.fr

Mardi, mercredi, vendredi :

9h-12h et 14h-18h

Jeudi et samedi : 9h-12h

