



# Canicule

## Conseils et lieux frais

0800 22 55 11 (numéro gratuit)  
[plancanicule@ville-ge.ch](mailto:plancanicule@ville-ge.ch)

Genève,  
ville sociale et solidaire

[www.geneve.ch](http://www.geneve.ch)





## Passer un été serein à l'abri de la chaleur

Été après été, de fortes vagues de chaleur submergent Genève, et plusieurs épisodes caniculaires s'enchaînent parfois sur une courte période. La qualité de vie de la population en pâtit. Les aîné.e.s et les personnes vulnérables sont particulièrement atteint.e.s dans leur santé par les effets néfastes du réchauffement climatique.

Afin de les soutenir, le Service social de la Ville de Genève déploie chaque année un plan canicule avec ses partenaires.

Je suis particulièrement heureuse d'annoncer que cette mesure sera à nouveau renforcée cette année puisqu'elle s'étendra du 15 mai au 15 septembre. Par ailleurs, elle sera élargie à de nouveaux publics.

Ainsi, toutes les personnes de 65 ans et plus habitant sur le territoire de la Ville de Genève et qui ne sont pas déjà prises en charge par l'imad pourront bénéficier du plan canicule, avec notamment un suivi personnalisé.

Le plan canicule comprend l'accès gratuit, pour un.e senior.e et un.e accompagnant.e, à la piscine des Vernets ou de Varembe le matin, et à quatre cinémas partenaires (Scala, City, Nord-Sud, Cinélux) l'après-midi, ainsi qu'à divers lieux frais. Outre les personnes de 65 ans et plus, les femmes enceintes et les personnes en situation de handicap pourront également avoir accès à ces lieux frais sur chaque rive.

Nous sommes à votre écoute, n'hésitez pas à nous solliciter.

Je vous souhaite un très bel été!

**Christina Kitsos,**

Vice-présidente du Conseil administratif

## Nouvelle offre en cas d'alerte canicule pour les habitant.e.s de la ville de Genève dès 65 ans

- Accès gratuit le matin aux piscines des Vernets et de Varembe;
- Séances gratuites l'après-midi dans les cinémas Le Nord-Sud, Le City, Les Scala et Cinélux. Possibilité de venir accompagné.e.

## Que faire en cas de canicule ?



Porter des vêtements clairs et amples



Réduire l'activité physique



Rafrâchir l'organisme : douches fraîches, linges humides sur le front et la nuque, compresses froides sur les bras et les mollets, bains rafraîchissants pour les pieds et les mains



Fermer les stores et les volets durant la journée



Aérer durant la nuit



Rechercher la fraîcheur à l'extérieur aux heures les moins chaudes de la journée



Boire au minimum 1,5 litre d'eau par jour, même sans avoir soif



Manger des aliments riches en eau (fruits, salades, légumes) et légers

**Donner des nouvelles régulières aux proches et faire appel aux voisin.e.s.**

# Lieux frais



En collaboration avec : imad, PharmaGenève et l'ensemble des lieux mentionnés sur la carte.