



Trégastel  
*TREGASTELL*

**DOCUMENT  
D'INFORMATION  
COMMUNAL  
SUR LES RISQUES  
MAJEURS**



Approuvé par décision du Conseil Municipal du 31janvier 2015

Mise à jour : 20 mars 2015

## **SOMMAIRE**

Glossaire des sigles et abréviations.....	<b>3</b>
L'information préventive.....	<b>4</b>
Présentation du risque majeur.....	<b>4</b>
Les documents d'information.....	<b>5</b>
Information Acquéreur Locataire.....	<b>6</b>
Consignes générales.....	<b>7</b>
Le risque d'inondation par submersion marine.....	<b>8</b>
Le risque d'érosion littorale et le risque mouvement de terrain.....	<b>13</b>
Le risque tempête.....	<b>19</b>
Le risque sismique.....	<b>23</b>
Le risque radon.....	<b>26</b>
Les risques liés au changement climatique.....	<b>28</b>
Le risque grand froid.....	<b>28</b>
Le risque canicule.....	<b>33</b>
Le risque pandémique.....	<b>36</b>

## GLOSSAIRE DES SIGLES ET ABREVIATIONS.

SIGLE	Signification
<b>BRGM</b>	Bureau des Recherches Géologiques et Minières
<b>CCI</b>	Chambre de Commerce et d'Industrie
<b>CG</b>	Conseil Général
<b>COS</b>	Commandant des Opérations de Secours
<b>CR</b>	Conseil Régional
<b>DCS</b>	Dossier Communal Synthétique
<b>DDAF</b>	Direction Départementale de l'Agriculture et de la Forêt
<b>DDTM</b>	Direction Départementale des Territoire et de la Mer
<b>DICRIM</b>	Dossier d'Information Communal sur les Risques Majeurs
<b>DREAL</b>	DIrection Régionale de l'Environnement de l'Aménagement et du Logement
<b>DOS</b>	Directeur des Opérations de Secours
<b>DRIRE</b>	Direction Régionale de l'Industrie, de la Recherche et de l'Environnement
<b>EDF/GDF</b>	Electricité De France / Gaz De France
<b>ERP</b>	Etablissement Recevant du Public
<b>ORSEC</b>	Organisation des SECours
<b>PCS</b>	Plan Communal de Sauvegarde
<b>PPI</b>	Plan Particulier d'Intervention
<b>PPR</b>	Plan de Prévention des Risques naturels prévisibles
<b>PPRI</b>	Plan de Prévention des Risques Inondations
<b>PSS</b>	Plan de Secours Spécialisé
<b>PSSI</b>	Plan de Secours Spécialisé Inondation
<b>RAC</b>	Règlement d'Annonce de Crues
<b>SAMU</b>	Service d'Aide Médicale d'Urgence
<b>SDIS</b>	Service Départemental d'Incendie et de Secours
<b>SIDPC</b>	Service Interministériel de Défense et de Protection Civile
<b>SNCF</b>	Société Nationale des Chemins de Fer français
<b>ZNIEFF</b>	Zone naturelle d'intérêt écologique, faunistique et floristique

## L'INFORMATION PREVENTIVE

L'information des citoyens sur les risques naturels et technologiques majeurs est un droit inscrit dans le code de l'environnement depuis 1987 (articles L 125-2, L 125-5 et L 563-3 et R 125-9 à R 125-27).

Elle doit permettre à chacun de connaître les dangers auxquels il est exposé, les dommages prévisibles, les mesures préventives qu'il peut prendre pour réduire sa vulnérabilité, les bons comportements ou réactions en cas de danger ou d'alerte ainsi que les moyens de protection et de secours mis en œuvre par les pouvoirs publics. C'est une condition essentielle pour être acteur de sécurité.

## PRESENTATION DU RISQUE MAJEUR

Le **risque majeur** est plus connu sous le nom de **catastrophe**.

Il a deux caractéristiques essentielles.

- sa gravité, si lourde à supporter par les populations, voire par les États : *nombreuses victimes, dommages importants aux biens et à l'environnement*
- sa fréquence, si faible qu'on pourrait être tenté de l'oublier et de ne pas se préparer à sa survenue.

Les différents types de risques majeurs sont regroupés en deux grandes familles.

- les risques naturels :  
*avalanches, feux de forêt, inondations, mouvements de terrain, cyclones, tempêtes, séismes et éruptions volcaniques etc.*
- les risques technologiques :  
*risques industriels, nucléaires, biologiques, ruptures de barrage, transports de matières dangereuses etc.*



fig. 1 : Aléa

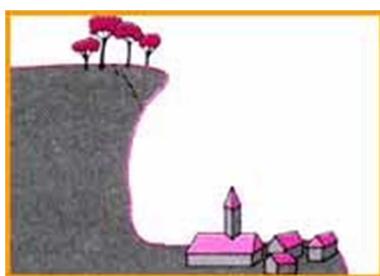


fig. 2 Enjeux



fig. 3 : Risque majeur

Un événement potentiellement dangereux ALEA - (fig. 1) n'est un RISQUE MAJEUR (fig. 3) que s'il s'applique à une zone où des ENJEUX humains, économiques ou environnementaux (fig. 2) sont en présence.

LE RISQUE MAJEUR EST DONC LA CONFRONTATION D'UN ALEA AVEC DES ENJEUX.

**La société comme l'individu doivent s'organiser pour y faire face.**

Il ressort du **Dossier Départemental des risques Majeurs** (DDRM Côtes d'Armor de mai 2013) que la commune de TREGASTEL est concernée par sept risques majeurs :

- Le risque d'inondation par submersion marine
- Le risque d'érosion littorale
- Le risque mouvement de terrain
- Le risque tempête
- Le risque sismique
- Les risques liés au changement climatique
- Le risque radon

Bien qu'il ne soit pas répertorié, *le risque pandémie* est pris en compte dans ce document. En application des directives préfectorales, le présent document est destiné à informer les trégastellois sur les dangers potentiels qui existent sur le territoire de la commune et sur la conduite à tenir en cas de survenue d'un de ces risques majeurs répertoriés.

## LES DOCUMENTS D'INFORMATION

### - **Dossier Départemental des Risques Majeurs (DDRM)**

Conformément à l'article R125-11 du Code de l'Environnement, le préfet consigne dans un dossier établi au niveau départemental (le Dossier Départemental sur les Risques Majeurs –D.D.R.M.), les informations essentielles sur les risques naturels et technologiques majeurs du département.

### - **Dossier Communal Synthétique (DCS)**

Au même titre que le document d'information communal sur les risques majeurs (DICRIM) et le dossier départemental des risques majeurs (DDRM), le DCS est un document d'information réglementaire. Il représente les risques naturels et technologiques menaçant le territoire de la commune. Il est réalisé par les services préfectoraux et notifié par arrêté préfectoral au maire, afin que ce dernier puisse élaborer le DICRIM.

### - **Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs (DICRIM)**

Conformément au décret du 11 octobre 1990, il recense les mesures de sauvegarde répondant aux risques naturels et technologiques majeurs sur le territoire de la commune.

### - **Plan Communal de Sauvegarde (PCS)**

L'objectif du PCS est de mettre en œuvre une organisation prévue à l'avance au niveau communal (testée et améliorée régulièrement) en cas de survenance d'événements graves afin de sauvegarder des vies humaines, diminuer les dégâts et protéger l'environnement. Il va en fait coordonner les moyens et services existants pour optimiser la réaction en créant la Cellule de Crise Communale (CdCC).

Le PCS de Trégastel sera validé en 2015.

### - **Plan Particulier de Mise en Sûreté (PPMS)**

Il est établi dans chaque école, il assure l'organisation à suivre pour la protection des enfants, des personnes et de l'environnement si le risque survient dans l'établissement scolaire, pendant les heures de présence des membres de la communauté scolaire.

## **INFORMATION ACQUEREUR LOCATAIRE**

### **Obligation des vendeurs et des bailleurs d'un bien immobilier sur les communes concernées par les risques majeurs.**

La loi du 30 juillet 2003 relative à la prévention des risques technologiques et naturels et à la réparation des dommages a créé dans son article 77, codifié à l'article L 125-5 du code de l'environnement, une double obligation d'information, de l'acheteur ou du locataire dans le cadre des transactions immobilières, sur les risques naturels et technologiques majeurs.

*Tout vendeur ou bailleur d'un bien immobilier doit respecter ces deux obligations d'information du futur acheteur ou locataire :*

- 1. Une obligation d'informer sur les risques technologiques et naturels affectant les biens immobiliers.*
- 2. L'obligation d'informer sur les sinistres ayant entraîné une indemnisation suite à la reconnaissance de l'état de catastrophe naturelle.*

**Ces dispositions sont applicables depuis le 1er juin 2006 sur la commune de Trégastel.**

## CONSIGNES GENERALES

### EN CAS DE DANGER OU D'ALERTE



1- Abritez-vous et fermez tout

2- Ecoutez la radio ou la TV

3- Respectez les consignes

- ✓ lisez les principales consignes qui figurent au DICRIM
- ✓ n'allez pas chercher les enfants à l'école si cela vous met en danger, les enseignants les mettront en sécurité
- ✓ ne téléphonez pas, afin d'éviter l'encombrement des lignes, les secours en ont besoin



France Bleu Breiz Izel : 104.1  
Radio Bonheur : 99.00

#### Où s'informer ?

Préfecture des Côtes d'Armor	02 96 62 44 22
D.D.T.M. des Côtes d'Armor	02 96 62 47 00
Mairie	02 96 15 38 00
Répondeur Méteo France	32 50 <a href="http://www.meteofrance.com">www.meteofrance.com</a>
Ecouter les radios locales	
Consulter l'annuaire des marées	France Bleu Breiz Izel, Radio Bonheur

#### L'ALERTE : comment la reconnaître ?

L'alerte est la diffusion d'un signal destiné à prévenir la population de l'imminence ou de la survenue d'un danger.

En cas d'événement grave, l'alerte est de la responsabilité de l'Etat et des Maires. Selon la nature de l'événement, elle peut être donnée par différents moyens de communication :

- Messages diffusés par un véhicule municipal sonorisé
- Messages sur les panneaux d'information de la commune
- Affiches, visite à domicile le cas échéant
- Médias classiques : Radios locales, télévision régionale, presse...

Un risque majeur peut provoquer :  
une coupure d'électricité  
une coupure d'eau  
des difficultés de circulation



### Une coupure d'électricité a pour conséquences :

- Plus de lumière
- Plus de téléphone fixe dans 9 cas sur 10
  - Penser à charger les portables
- Plus de chauffage
- Plus de possibilité d'ouvrir ses volets électriques pour sortir ou pour s'éclairer
  - Penser à ne pas tous les baisser si le risque est annoncé
- 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
- penser à mettre les lits médicalisés électriques en position allongées

Les bons gestes / les bons réflexes		
Radio à piles	Médicaments	Nourriture et eau
Lampe de poche	Couvertures, vêtements	Papiers personnels
Matériel de confinement (ruban adhésif, tissus pour colmater le bas des portes...)		

## **LE RISQUE D'INONDATION PAR SUBMERSION MARINE**

### **Qu'est-ce qu'une inondation ?**

Une inondation est une submersion plus ou moins rapide d'une zone habituellement hors d'eau, avec des hauteurs d'eau variables.

### **Comment se manifeste-t-elle ?**

En plaine, une inondation est généralement causée par le débordement d'un cours d'eau, une remontée de la nappe phréatique, une stagnation des eaux pluviales après une période de fortes pluies.

En bord de mer, l'inondation de la zone côtière est liée à une élévation extrême du niveau de la mer due à la combinaison de plusieurs phénomènes.

- L'intensité de la **marée** :  
plus le coefficient est fort, plus le niveau de la mer à marée haute est élevé.
- Le passage d'une **tempête** qui provoque une surélévation du niveau marin selon trois processus principaux :
  - surcote liée à la houle et aux vagues
  - surcote liée à la diminution de la pression atmosphérique
  - surcote liée à l'action du vent qui génère une accumulation d'eau à l'approche du littoral

Ces deux types d'inondation peuvent se conjuguer.

### **Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?**

Des études hydrauliques et du repérage des zones exposées réalisés les services compétents, il ressort que les principaux secteurs de la commune soumis aux risques d'inondation par submersion marine sont :

Tourony  
Poul Palud  
Coz Pors  
Sainte Anne  
Grève Blanche  
Kerlavos

Ces études et l'expérience du passé permettent d'en préciser le scénario.

- Pour les zones du Coz Pors et de Sainte Anne, la submersion marine est « directe », par débordement.
- Pour les zones de Tourony, Poul Palud, Grève Blanche et Waz Meur qui sont situées aux endroits d'anciennes zones humides ou marécageuses ou sous le niveau marin de référence, l'inondation est provoquée par une remontée de l'eau par le sol.

Bien que le risque d'inondation de plaine, par débordement d'un cours d'eau ne soit pas identifié, il ne faut pas négliger la présence du ruisseau de Kerlavos qui aggraverait une situation de submersion marine jusqu'au secteur du Dolmen.

#### Liste des arrêtés de reconnaissance de l'Etat de Catastrophe Naturelle pour TREGASTEL

Inondations, coulées de boue, glissement et chocs mécaniques liés l'action des vagues :

*Arrêté CatNat du 29/12/1999 pour l'événement qui s'est produit du 25 au 29/12/1999.*

Inondations et chocs mécaniques liés à l'action des vagues :

*Arrêté CatNat du 14/05/1990 pour l'événement qui s'est produit du 26 au 28/02/1990.*

*Arrêté CatNat du 15/05/2008 pour l'événement qui s'est produit le 10/03/2008.*

*Arrêté CatNat du 22/04/2014 pour l'événement qui s'est produit du 2 au 5/01/2014.*

Inondations et coulées de boue :

*Arrêté CatNat du 06/02/1995 pour l'événement qui s'est produit du 17 au 31/01/1995.*

Inondations ,chocs mécaniques liés à l'action des vagues et glissement de terrain :

*Arrêté CatNat du 14/03/1985 pour l'événement qui s'est produit du 22 au 24/11/1984.*

#### Les actions préventives dans la commune

Face aux inondations, diverses mesures sont prises pour en prévenir les risques ou en minimiser les conséquences :

- Le strict respect des règles d'urbanisme avec l'interdiction d'implanter de nouvelles constructions dans les zones déclarées « inondables » et dans les zones « humides ».
- La mise en place en 2015 d'un Plan Communal de Sauvegarde avec son volet « Alerte et Information des populations » en cas de risque majeur.
- La diffusion du présent document d'information des risques encourus.

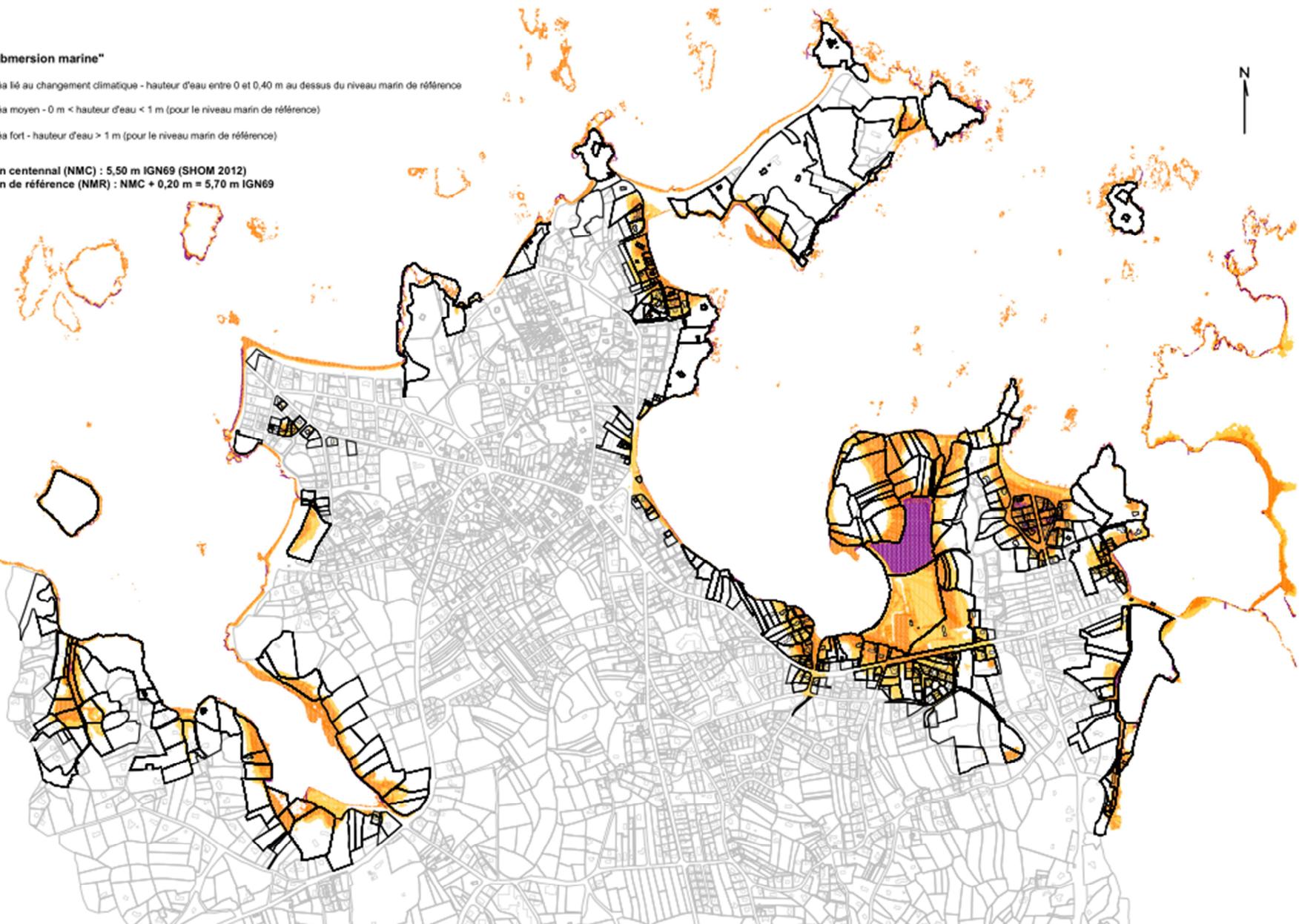


## TREGASTEL - Risque "submersion marine" - Zone littorale

### Risque "submersion marine"

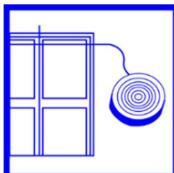
- aléa lié au changement climatique - hauteur d'eau entre 0 et 0,40 m au dessus du niveau marin de référence
- aléa moyen - 0 m < hauteur d'eau < 1 m (pour le niveau marin de référence)
- aléa fort - hauteur d'eau > 1 m (pour le niveau marin de référence)

Niveau marin centennal (NMC) : 5,50 m IGN69 (SHOM 2012)  
Niveau marin de référence (NMR) : NMC + 0,20 m = 5,70 m IGN69



## Consignes de sécurité en cas de submersion marine

Une inondation par submersion marine, se produit à marée haute par fort coefficient :  
**Pour Trégastel, ces conditions se renouvellent toujours le matin vers 7h / 8h et le soir vers 20h / 21h**

<b>Avant</b>	
	<p>Charger les téléphones portables, vérifier les lampes de poche.</p> <p>Assurer l'étanchéité de votre habitation (portes, fenêtre, aérations...). Colmater les parties basses, amarrer les cuves.</p> <p>Se ménager une possibilité de sortir de sa maison (ne pas baisser tous les volets électriques).</p> <p>Rehausser le mobilier et autres objets.</p>
	<p>Débrancher les appareils électriques.</p> <p>Couper les disjoncteurs électriques ou gaz pour éviter les risques d'électrocution ou d'explosion.</p> <p><b>En cas d'utilisation d'un dispositif d'assistance médicale</b> (respiration ou autre) alimenté par électricité, prendre ses précautions en contactant l'organisme qui en assure la gestion.</p>
Mettre sa voiture dans un endroit à l'abri de la montée des eaux.	
<b>Pendant</b>	
	<p>Ne pas se déplacer dans une zone inondée surtout s'il fait nuit</p> <p>La moitié des victimes des inondations brutales le sont au volant de leur véhicule.</p> <p>Une voiture flotte dans 30 cm d'eau et ne devient plus manœuvrable.</p>
<b>Après</b>	
 	<p>Aérer toutes les pièces, nettoyer, désinfecter.</p> <p>Vérifier les installations électriques et à gaz avant de les remettre en service.</p> <p>Chauder dès que possible.</p> <p>S'informer des conditions de circulation avant de se déplacer.</p> <p>Etablir des déclarations de sinistre auprès de son assurance avec photos à l'appui.</p>

## **LE RISQUE D'EROSION LITTORALE / LE RISQUE MOUVEMENT DE TERRAIN**

### **Qu'est-ce qu'une érosion littorale, qu'est-ce qu'un mouvement de terrain ?**

Une érosion littorale correspond au déplacement vers l'intérieur des terres, de la limite entre le domaine marin et le domaine continental.

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.

### **Comment se manifestent-ils ?**

L'érosion littorale est la conséquence d'une perte de matériaux meubles sous l'effet de l'action des facteurs météo et marins combinés à des actions continentales (écoulements superficiels, activités humaines, ...).

Ce phénomène naturel affecte aussi bien, les côtes à falaises taillées dans des faciès meubles par glissement et effondrement de falaise, que les côtes sableuses, plages adossées et dunes littorales avec cordon de galets, ou non soumises à l'érosion par les vagues et les courants marins.

Pratiquement, l'érosion marine est le résultat des chocs mécaniques des vagues.

Les conséquences sont d'autant plus spectaculaires s'il y a combinaison de deux phénomènes.

- L'intensité de la **marée** :  
plus le coefficient est fort, plus le niveau de la mer à marée haute est élevé.
- Le passage d'une **tempête** qui génère une forte houle et provoque :  
une augmentation de la masse d'eau qui attaque le littoral  
une force des vagues décuplée

Les mouvements de terrain peuvent être provoqués par :

- Des tassements et affaissements de sols compressibles
- Le retrait-gonflement des argiles
- Les glissements de terrain
- Les effondrements de cavités souterraines (en dehors des risques miniers)
- Les coulées boueuses et torrentielles

### **Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?**

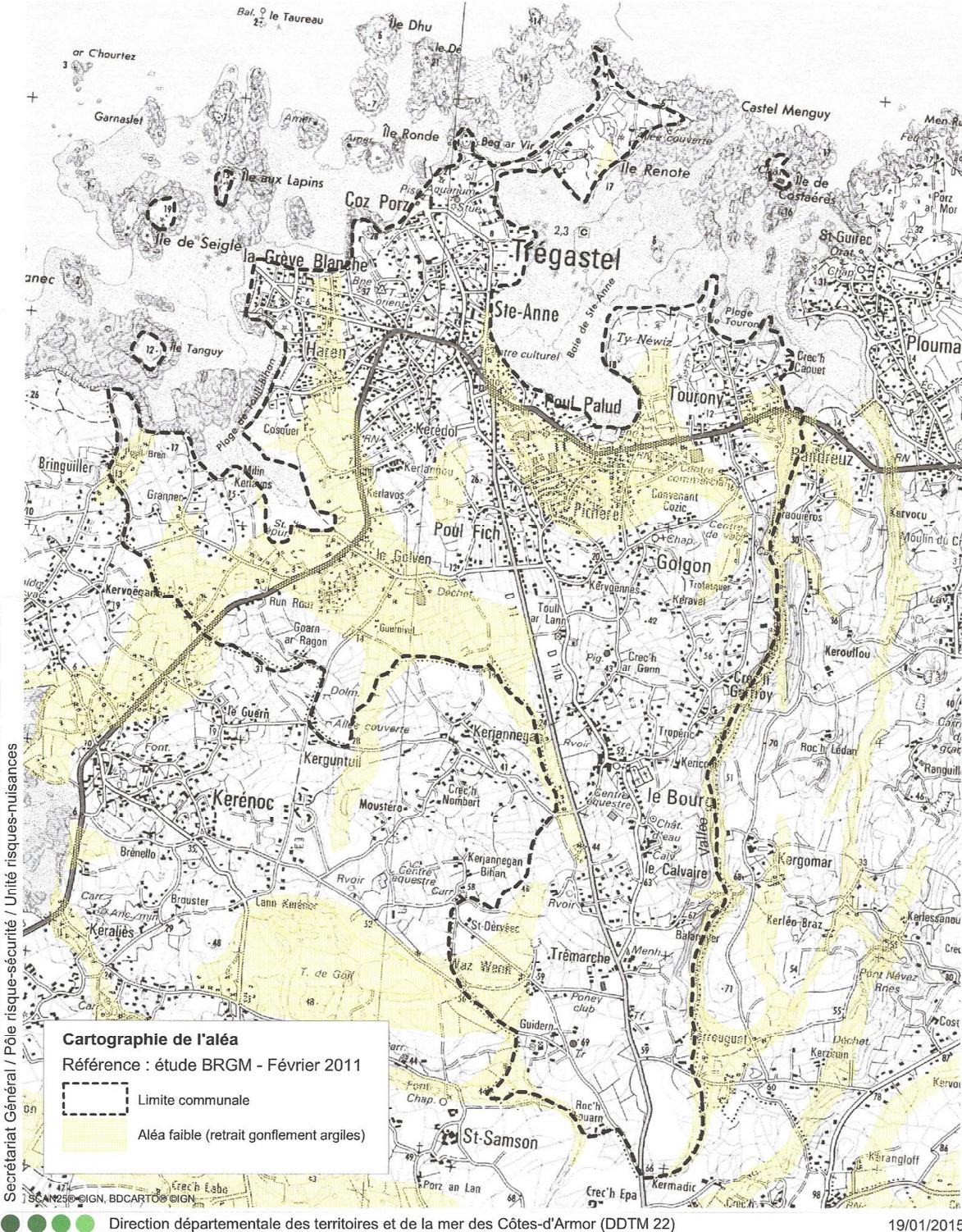
L'étude relative **au retrait-gonflement des sols** argileux réalisée par le BRGM en février 2011 montre que la commune est faiblement impactée par ce phénomène (27,78% de superficie).

Par contre, l'étude relative aux **mouvements de terrain** réalisée par le BRGM en janvier 2013 révèle un risque plus important d'érosion des berges pour la commune de Trégastel.

Ce phénomène souvent vécu permet de définir précisément les secteurs exposés aux risques d'érosion du littoral et des berges avec la possibilité de glissement de terrain :

Grève Rose,	Grève Blanche
Coz Pors	Pitet Ile Renote
Baie Sainte Anne	

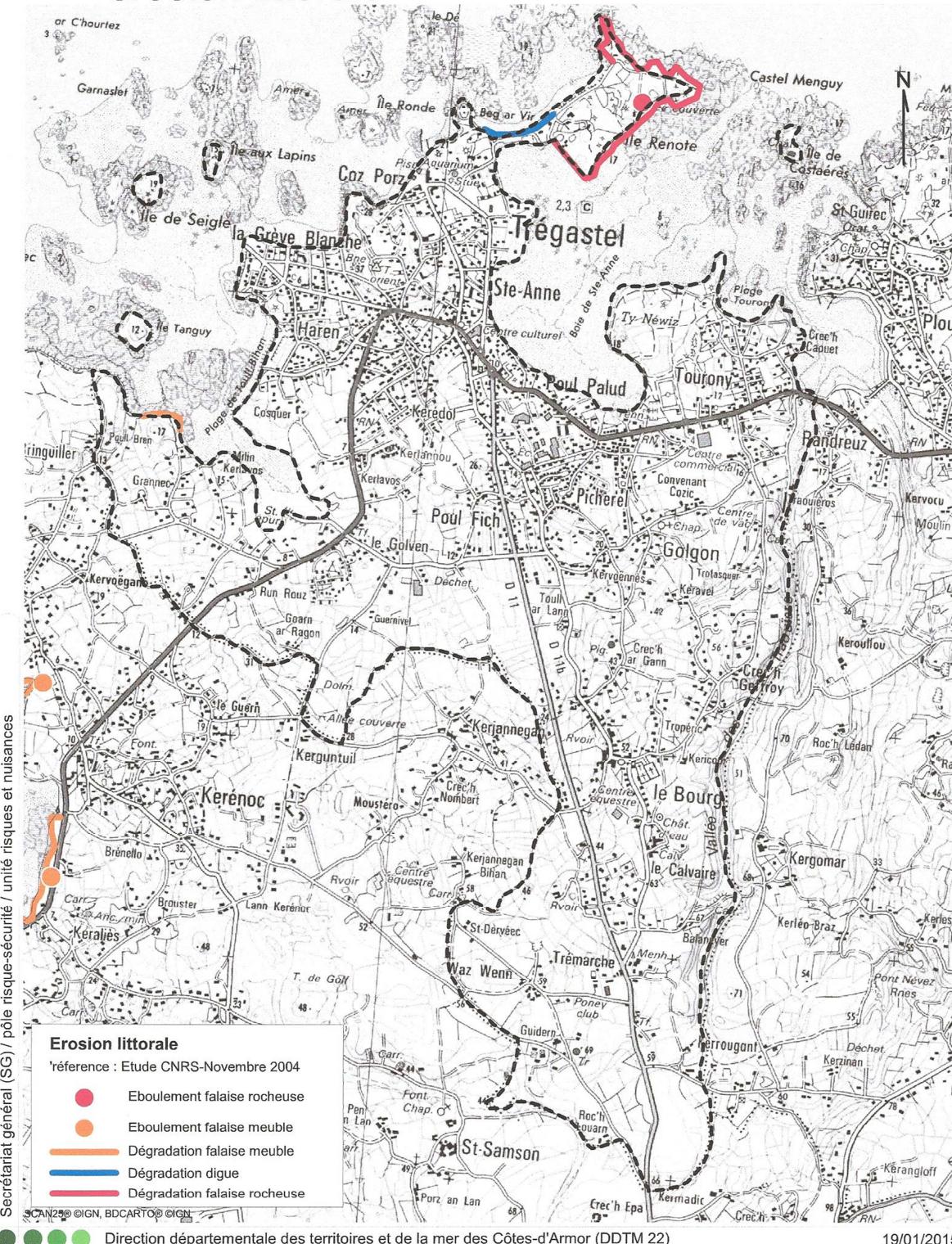
# TREGASTEL RETRAIT-GONFLEMENT DES ARGILES



La commune est faiblement impactée par ce phénomène (27,78% de sa superficie)

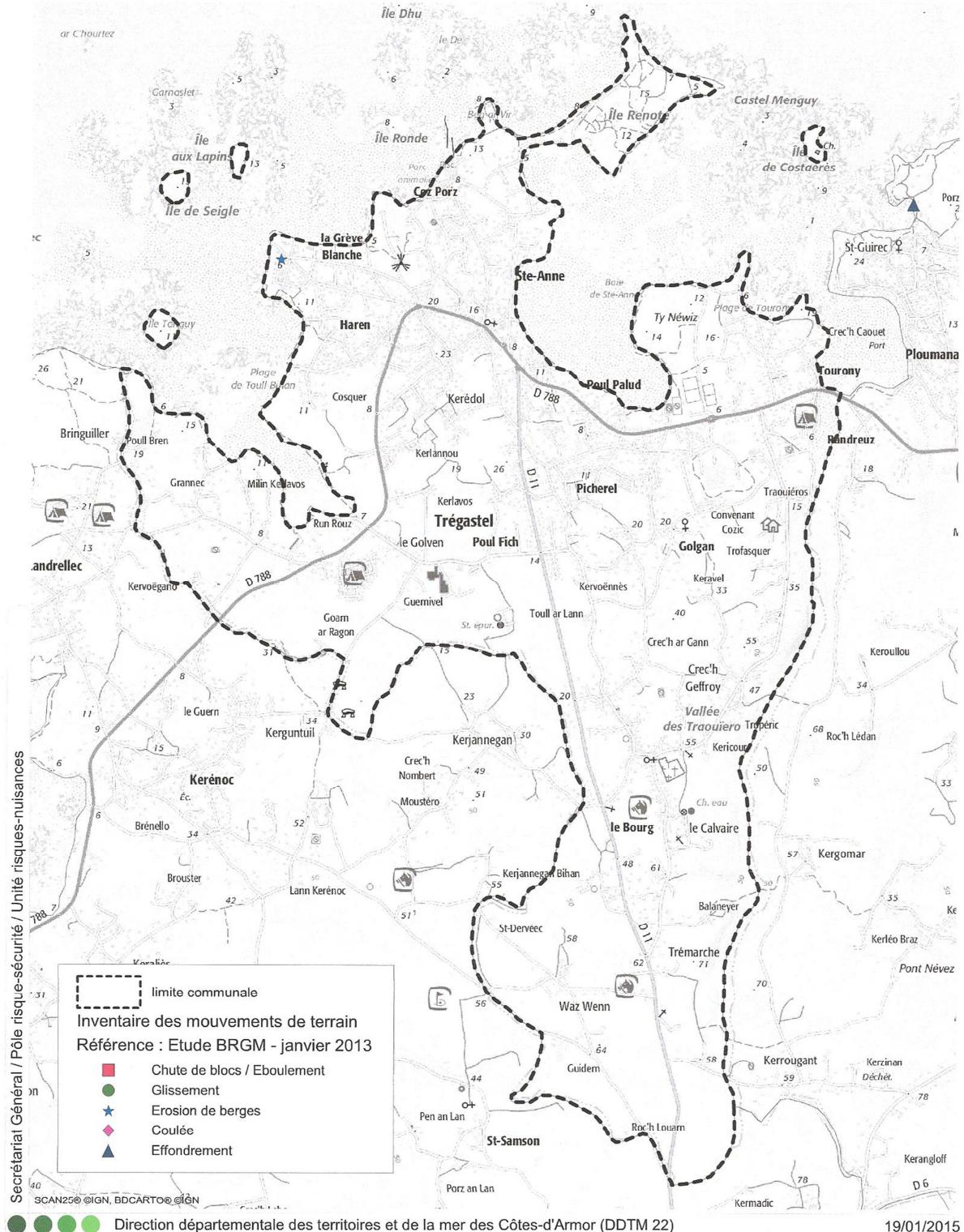
# TREGASTEL

## "érosion littorale"



19/01/2015

## TREGASTEL INVENTAIRE DES MOUVEMENTS DE TERRAIN



## Liste des arrêtés de reconnaissance de l'Etat de Catastrophe Naturelle pour TREGASTEL

Inondations, coulées de boue, glissement et chocs mécaniques liés à l'action des vagues :

*Arrêté CatNat du 29/12/1999 pour l'événement qui s'est produit du 25 au 29/12/1999.*

Inondations et chocs mécaniques liés à l'action des vagues :

*Arrêté CatNat du 14/05/1990 pour l'événement qui s'est produit du 26 au 28/02/1990.*

*Arrêté CatNat du 15/05/2008 pour l'événement qui s'est produit le 10/03/2008.*

*Arrêté CatNat du 22/04/2014 pour l'événement qui s'est produit du 2 au 5/01/2014.*

Inondations, chocs mécaniques liés à l'action des vagues et glissement de terrain :

*Arrêté CatNat du 14/03/1985 pour l'événement qui s'est produit du 22 au 24/11/1984.*

## Les actions préventives dans la commune

Face à l'érosion littorale et au glissement de terrain possible, diverses mesures sont prises pour en prévenir les risques ou en minimiser les conséquences :

- Réalisation en 2015 de l'étude d'impact pour la restauration de la Grève Rose afin de solliciter les autorisations administratives indispensables avant tous travaux.
- Remise en état du mur de protection de la dune de la plage Pitet.
- Le strict respect des règles d'urbanisme et en particulier de la Loi Littorale.
- La mise en place en 2015 d'un Plan Communal de Sauvegarde avec son volet « Alerte et Information des populations » en cas de risque majeur.
- La diffusion du présent document d'information des risques encourus.

Consignes de sécurité en cas d'érosion littorale et glissement de terrain

Une érosion littorale majeure, se produit à marée haute par fort coefficient :  
**Pour Trégastel, ces conditions se renouvellent toujours le matin vers 7h / 8h et le soir vers 20h / 21h**

<b>Avant</b>	
	<p>Pour les habitants des maisons situées dans les zones à risque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Charger les téléphones portables, vérifier les lampes de poche.</li> <li>Se ménager une possibilité de sortir de sa maison en cas de coupure d'électricité (ne pas baisser tous les volets électriques).</li> </ul> <p>Pour toute la population :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>S'éloigner des zones à risques</li> <li>Respecter la signalisation</li> <li>(ex. : sentier interdit pour risque d'effondrement, etc)</li> </ul>
<b>Pendant</b>	
 	<p>Ne pas se déplacer dans une zone sensible à l'érosion littorale, surtout s'il fait nuit</p> <p>Respecter la signalisation (sentier interdit pour risque d'effondrement, etc)</p> <p>En cas d'accélération brutale du glissement, fuir la zone dangereuse, Quitter sans attendre un bâtiment montrant des signes inquiétants (craquements, fissures, etc) .</p> <p>Ne pas revenir sur ses pas.</p>
<b>Prévenir les pompiers (18 / 112) et la police ou la gendarmerie (17).</b>	
<b>Après</b>	
 	<p>Respecter la signalisation (sentier interdit pour risque d'effondrement, bâtiment à l'accès interdit, etc)</p> <p>Ne pas entrer dans un bâtiment endommagé.</p> <p>Déetecter les signes précurseurs de glissement ou d'éboulement :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fissures dans les murs,</li> <li>- poteaux, barrières penchées,</li> <li>- terrains ondulés, fissurés (début de niche d'arrachement).</li> </ul> <p><b>En informer les autorités</b></p> <p>Etablir des déclarations de sinistre auprès de son assurance avec photos à l'appui.</p>

## **LE RISQUE TEMPÊTE**

### **Qu'est-ce qu'une tempête ?**

Une tempête correspond à l'évolution d'une perturbation atmosphérique ou dépression, le long de laquelle s'affrontent deux masses d'air aux caractéristiques distinctes (température, teneur en eau).

On parle de tempête lorsque les vents moyens dépassent 89 km/h durant 10mn (soit 48 noeuds, degré 10 de l'échelle de Beaufort). Les rafales peuvent atteindre 130 à 140 km/h.

### **Comment se manifeste-t-elle ?**

Elle peut se traduire par :

- **Des vents violents** tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre autour du centre dépressionnaire.
- **Des pluies** potentiellement importantes pouvant entraîner des inondations plus ou moins rapides, des glissements de terrains et coulées boueuses.
- **Des vagues** dont la hauteur dépend de la vitesse du vent 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. Un vent établi soufflant à 130 km/h peut entraîner la formation de vagues déferlantes d'une hauteur de 15 m.
- **Des modifications du niveau normal de la marée.** Cette hausse temporaire du niveau de la mer (marée de tempête) peut être supérieure de plusieurs mètres par rapport au niveau d'eau « normal » et devenir particulièrement dévastatrice.

Ces phénomènes peuvent se conjuguer et amplifier d'autant les effets dévastateurs.

### **Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?**

En moyenne et par an, on observe 3 à 4 situations donnant des rafales de vent dépassant les 100 km/h.

Les dernières tempêtes ayant provoqué des dégâts importants dans la commune sont :

- l'ouragan de la nuit du 15 au 16 octobre 1987 :  
les vents maximums enregistrés en rafales ont été de 172 km/h à BREHAT et à 176 km/h à TREMUSON
- la tempête du 26 décembre 1999 :  
le vent maximum enregistré en rafales a été de 172 km/h à TREMUSON

Les risques les plus courants sont les fils électriques et/ou les arbres sur la voie publique, les toitures endommagées, les chutes de cheminée, etc.

## Liste des arrêtés de reconnaissance de l'Etat de Catastrophe Naturelle pour TREGASTEL

### Tempête :

*Arrêté CatNat du 22/02/1987 pour l'événement qui s'est produit du 15 au 16/10/1987.*

Il faut noter que la tempête de 1999 a vu les 4 phénomènes décrits précédemment se conjuguer, d'où l'Arrêté *CatNat du 29/12/1999 pour l'événement qui s'est produit du 25 au 29/12/1999 pour « Inondations, coulées de boue, glissement et chocs mécaniques liés à l'action des vagues ».*

### Les actions préventives dans la commune

- Le strict respect des règles d'urbanisme préconisées par la DDTM (pentes de toit, importance des débords, etc).
- La mise en place en 2015 d'un Plan Communal de Sauvegarde avec son volet « Alerte et Information des populations » en cas de risque majeur.
- La diffusion du présent document d'information des risques encourus.

### Les actions préventives individuelles

- ✓ vérifiez régulièrement l'état de votre toiture, de la cheminée, des volets
- ✓ vérifiez la bonne santé des végétaux (risque de chute de grands arbres...)
- ✓ soyez vigilant, informez-vous par la radio, internet ou la télévision

En cas de prévisions de vent violent, c'est-à-dire, **vigilance orange** (niveau 3) ou **vigilance rouge** (niveau 4), la Préfecture rédige une ALERTE METEO à partir des éléments reçus de METEO-France et en effectue la diffusion conformément au « Schéma d'alerte météorologique des Côtes-d'Armor».

Lors d'une mise en vigilance **orange** ou **rouge**, des bulletins de suivi nationaux et régionaux sont élaborés, afin de couvrir les phénomènes signalés.

Ils contiennent quatre rubriques :

- La description de l'événement
- Sa qualification
- Les conseils de comportement
- La date et l'heure du prochain bulletin

Les radios informant des bulletins-météo dans les Côtes-d'Armor sont :



France Bleu Breiz Izel : 104.1  
Radio Bonheur : 99.00

Voir aussi le site internet de météo France : [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

## Consignes de sécurité et vigilance météo en cas de vents violents

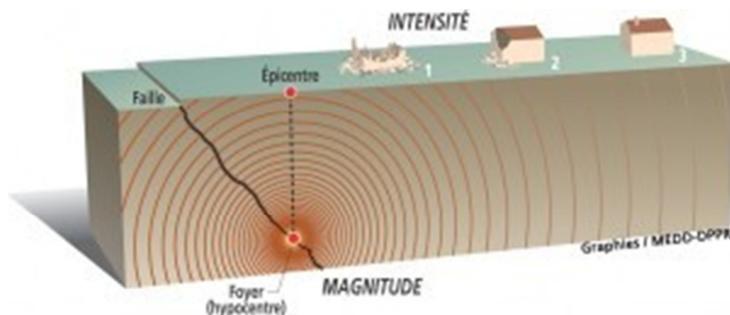
	<b>Consequences possibles</b>	<b>Conseils de comportement</b>
Vigilance Orange	<ul style="list-style-type: none"> <li>Des coupures d'électricité et de téléphone peuvent affecter les réseaux de distribution pendant des durées relativement importantes.</li> <li>Les toitures et les cheminées peuvent être endommagées.</li> <li>Des branches d'arbre risquent de se rompre.</li> <li>Les véhicules peuvent être déportés.</li> <li>La circulation routière peut être perturbée, en particulier sur le réseau secondaire en zone forestière.</li> <li>Quelques perturbations peuvent affecter les transports aériens et ferroviaires.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Limitez vos déplacements</b> et renseignez-vous avant de les entreprendre.</li> <li><b>Limitez votre vitesse</b> sur route et autoroute, en particulier si vous conduisez un véhicule ou attelage sensible aux effets du vent.</li> <li><b>Ne vous promenez pas</b> en forêt et sur le littoral, <b>ne sortez pas en mer</b>.</li> <li><b>En ville, soyez vigilants</b> face aux chutes possibles d'objets divers. Prenez garde aux chutes d'arbres.</li> <li><b>N'intervenez pas</b> sur les toitures.</li> <li><b>Ne touchez en aucun cas</b> à des fils électriques tombés au sol.</li> <li><b>Rangez ou fixez</b> les objets sensibles aux effets du vent ou susceptibles d'être.</li> </ul>
Vigilance Rouge	<p><u>Avis de tempête très violente</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Des coupures d'électricité et de téléphone peuvent affecter les réseaux de distribution pendant des durées relativement importantes.</li> <li>Des dégâts nombreux et importants sont à attendre sur les habitations, les parcs et plantations. Les massifs forestiers peuvent fortement touchés.</li> <li>La circulation routière peut être rendue très difficile sur l'ensemble du réseau.</li> <li>Les transports aériens et ferroviaires peuvent être sérieusement affectés.</li> </ul>	<p><u>Dans la mesure du possible :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Restez chez vous.</b></li> <li><b>Mettez-vous à l'écoute</b> de vos stations de radio locales.</li> <li><b>Prenez contact</b> avec vos voisins et organisez-vous.</li> </ul> <p><i><b>En cas d'obligation de déplacement :</b></i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Limitez-vous au strict indispensable</b> en évitant de préférence les secteurs forestiers.</li> <li><b>Signalez votre départ</b> et votre destination à vos proches.</li> </ul> <p><i><b>Pour protéger votre intégrité et votre environnement proche :</b></i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Rangez ou fixez</b> les objets sensibles aux effets du vent ou susceptibles d'être endommagés.</li> <li><b>N'intervenez pas</b> sur les toitures et <b>ne touchez en aucun cas</b> aux fils électriques tombés au sol.</li> <li><b>Prévoyez des moyens d'éclairage</b> de secours et faites une réserve d'eau potable.</li> <li><b>Si vous utilisez un dispositif d'assistance médicale</b> (respiration ou autre) alimenté par électricité, prenez vos précautions en contactant l'organisme qui en assure la gestion.</li> </ul>

## LE RISQUE SISMIQUE

### Qu'est-ce qu'un séisme ?

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

### Comment se manifeste-t-il ?



Un séisme est caractérisé par :

➤ **Son foyer (ou hypocentre) :**

C'est la région de la faille où commence la rupture, d'où partent les premières ondes sismiques.

➤ **Son épicentre :**

Point situé à la surface terrestre à la verticale du foyer, où l'intensité est la plus importante.

➤ **Sa magnitude :**

Identique pour un même séisme, elle traduit l'énergie libérée par le séisme. Elle est généralement mesurée par l'échelle ouverte de Richter. Augmenter la magnitude d'un degré revient à multiplier l'énergie libérée par 30.

➤ **Son intensité :**

Mesure les effets et dommages du séisme en un lieu donné. C'est une appréciation de la manière dont le séisme se traduit en surface et dont il est perçu (dommages aux bâtiments notamment). On utilise habituellement l'échelle EMS98, qui comporte douze degrés. Le premier degré correspond à un séisme non perceptible, le douzième à un changement total du paysage. L'intensité n'est pas, contrairement à la magnitude, fonction uniquement du séisme, mais également du lieu où la mesure est prise (zone urbaine, désertique...).

Sans effets de site, l'intensité d'un séisme est habituellement maximale à l'épicentre et décroît quand on s'en éloigne.

➤ **La fréquence et la durée des vibrations :**

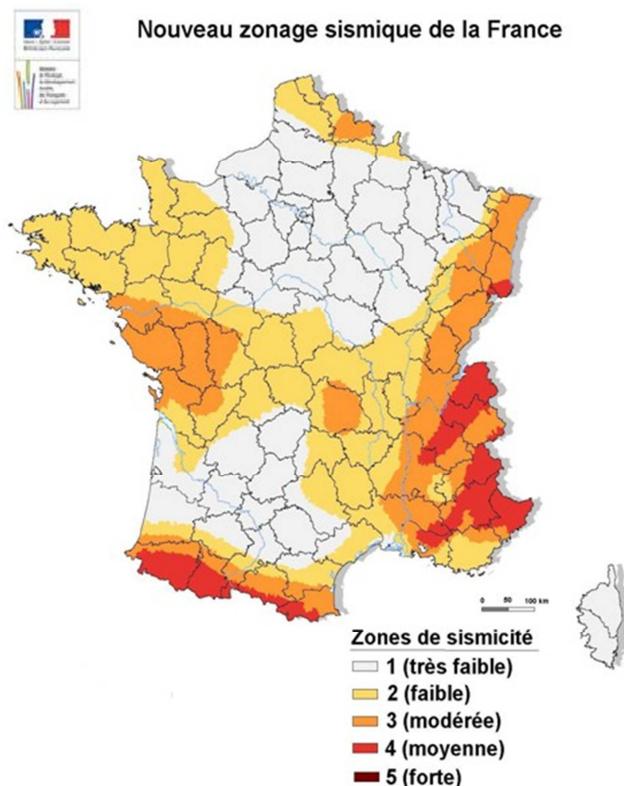
Ces 2 paramètres ont une incidence fondamentale sur les effets en surface.

➤ **La faille provoquée (verticale ou inclinée) :**

Elle peut se propager en surface et provoquer des phénomènes annexes importants tels que des glissements de terrain, des chutes de blocs ou des raz-de- marée (tsunamis).

## Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?

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 (à compter du 1er mai 2011).

## Séismes ressentis dans le département des Côtes-d'Armor, depuis 1950

Données extraites de la base SISFRANCE au 01/10/2010

Date	Localisation épicentrale	Région ou pays de l'épicentre	Intensité à l'épicentre
30 septembre 2002	VANNETAIS (HENNEBONT-BRANDERION)	Bretagne	5,5
1 décembre 1987	MONTAGNES NOIRES (LANGONNET <sup>°</sup> )	Bretagne	4
21 avril 1986	MONT-D'ARREE ( CORLAY)	Bretagne	4
4 septembre 1981	MANCHE (N .ABER VRAC'H)	Bretagne	5
13 janvier 1979	MONTS D'ARREE (BOURBRIAC)	Bretagne	4
30 août 1975	TREGOR (BEGARD)	Bretagne	5,5
4 mars 1965	CRAONNAIS ET SEGREEN (LE LION-D'ANGERS)	Anjou	5,5
22 mars 1959	ATLANTIQUES (S-W.ILE DE BELLE ILE)	Bretagne	-
2 janvier 1959	CORNOUAILLE (MELGUEN)	Bretagne	7
23 janvier 1951	TREGOR (GUINGAMP)	Bretagne	-
17 novembre 1950	MANCHE (GOLFE DE ST-MALO)	Bretagne	-
17 novembre 1950	PAYS DINANAIS (ST-JULIAC)	Bretagne	5

## **Les actions préventives dans la commune**

Il n'existe malheureusement à l'heure actuelle aucun moyen fiable de prévoir où, quand et avec quelle puissance se produira un séisme.

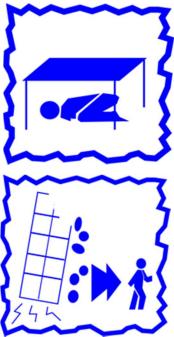
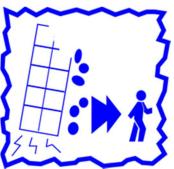
En effet, les signes précurseurs d'un séisme ne sont pas, pour l'instant, identifiables et interprétables.

Face au risque sismique, diverses mesures sont prises pour en minimiser les conséquences :

- L'application du décret N° 201-1254 du 22 octobre 2010 qui prévoit des règles d'urbanisme particulières pour les bâtiments publics.  
La construction parasismique et la maîtrise de l'urbanisme face à ce phénomène n'imposent pas d'exigences particulières pour la construction de maison individuelle.
- La mise en place en 2015 d'un Plan Communal de Sauvegarde avec son volet « Alerte et Information des populations » en cas de risque sismique.
- La diffusion du présent document d'information des risques encourus.

## Consignes de sécurité en cas de séisme

Le tremblement de terre est un phénomène brutal. Aucune prévision n'est opérationnelle actuellement.

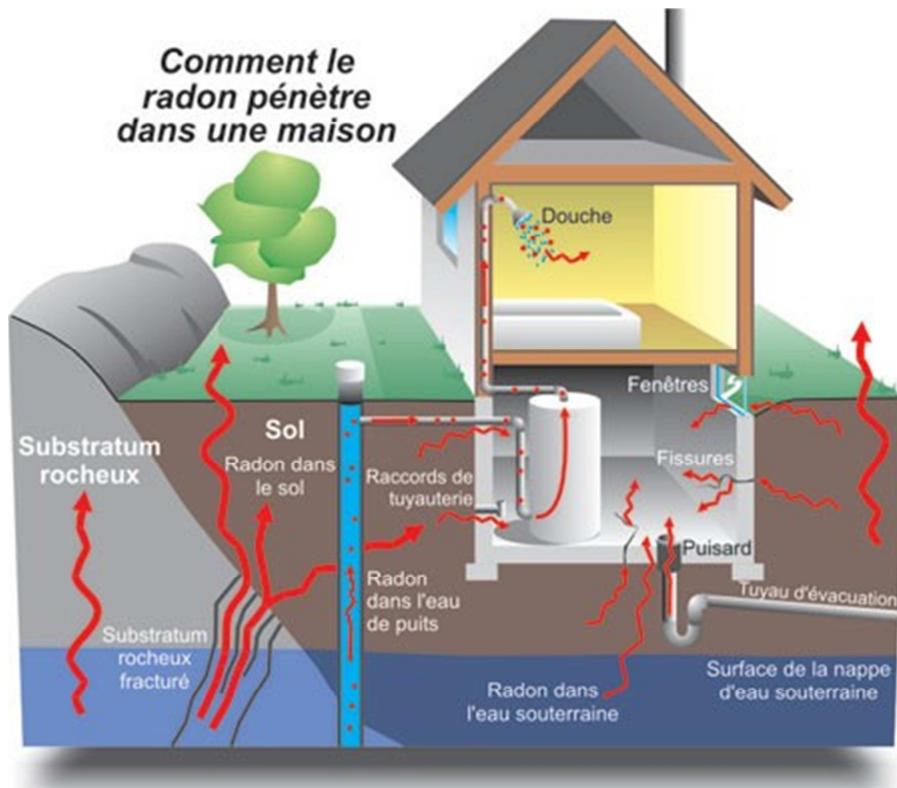
<b>Pendant</b>	
 	<p>Au moment de la secousse, prendre garde aux chutes d'objets. Rester où l'on est :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>à l'intérieur</b> : se mettre près d'un mur, une colonne porteuse ou sous des meubles solides, s'éloigner des fenêtres.</li> <li>▪ <b>à l'extérieur</b> : ne pas rester sous des fils électriques ou sous ce qui peut s'effondrer (ponts, corniches, toitures...).</li> <li>▪ <b>en voiture</b> : s'arrêter et ne pas descendre avant la fin des secousses.</li> </ul> <p>Se protéger la tête avec les bras. Ne pas allumer de flamme.</p>
<b>Après</b>	
    	<p><b>après la première secousse se méfier des répliques, il peut y avoir d'autres secousses</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Écouter la radio pour connaître les consignes à suivre (prévoir un transistor à piles) : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Radio Bonheur : 99.00</li> <li>▪ France Bleu Breiz Izel : 104.1</li> </ul> </li> <li>• Couper l'eau, l'électricité et le gaz. Ne pas allumer de flamme et ne pas fumer (risque d'explosion). En cas de fuite ouvrir les fenêtres et les portes, se sauver et prévenir les autorités.</li> <li>• Ne pas téléphoner. Ne pas encombrer le réseau téléphonique : le laisser libre pour les secours.</li> <li>• Évacuer l'immeuble. Ne pas prendre les ascenseurs pour quitter un immeuble.</li> <li>• Se diriger vers un lieu isolé à l'abri des chutes d'objets. Marcher au milieu de la chaussée en prenant garde à ce qui peut tomber.</li> <li>• S'éloigner des zones côtières, même longtemps après la fin des secousses, en raison d'éventuels raz-de-marée.</li> <li>• Ne pas toucher aux câbles tombés à terre.</li> <li>• Si l'on est bloqué sous des décombres, garder son calme et signaler sa présence en frappant sur l'objet le plus approprié (table, poutre, canalisation ...).</li> <li>• Évaluer les dégâts et les dangers .</li> <li>• Etablir des déclarations de sinistre auprès de son assurance avec photos à l'appui.</li> </ul>

## LE RISQUE RADON

### Qu'est-ce que le risque radon ?

On entend par risque radon, le risque de contamination au radon. Ce gaz radioactif d'origine naturelle représente plus du tiers de l'exposition moyenne de la population française aux rayonnements ionisants.

### Comment se manifeste-t-il ?



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. La principale source de radon est le sol sur lequel le bâtiment est construit. Ce dernier est généralement en dépression par rapport au sol, ce qui a tendance à favoriser le transfert du radon du sol vers le bâtiment.

Les voies préférentielles d'entrée du radon dépendent des caractéristiques de construction du bâtiment :

- construction sur sous-sol, terre-plein ou vide sanitaire,
- séparation plus ou moins efficace entre le sol et le bâtiment (terre battue, plancher, dalle en béton),
- défauts d'étanchéité à l'air du bâtiment (fissures et porosité des murs enterrés et sols, défauts des joints),
- existence de voies de transfert entre les différents niveaux (passage de canalisations, escalier...).

## **Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?**

Des mesures ont été effectuées sur tout le territoire classant le département des Côtes-d'Armor en zone prioritaire avec en moyenne 101 à 150 Bq/m<sup>3</sup> (becquerel par mètre cube).

La nature même du sous-sol trégastellois est propice à la présence du radon et les risques pour les habitants ne sont donc pas négligeable.

Cependant, la prise de conscience du risque est trop récente pour en mesurer précisément l'importance.

Les résultats d'études épidémiologiques menées ces dernières années montrent une élévation du risque de cancer du poumon avec l'exposition cumulée au radon et à ses descendants radioactifs. Les derniers résultats obtenus en population générale montrent que ce risque lié au radon existe à la fois chez les fumeurs et chez les non-fumeurs.

L'exposition des populations au radon dans les habitations, peut atteindre des niveaux d'exposition proches de ceux qui ont été observés dans les mines d'uranium en France.

## **Les actions préventives dans la commune**

La commune de Trégastel est directement concernée par l'application de l'arrêté interministériel du 22 juillet 2004.

Des mesures sont réalisées tous les 10 ans dans les établissements recevant du public, sauf si le bâtiment est l'objet de travaux modifiant l'étanchéité du bâtiment et/ou sa ventilation.

Les bâtiments concernés sont :

- les établissements d'enseignements, y compris les bâtiments d'internat
- les établissements sanitaires et sociaux disposant d'une capacité d'hébergement
- les établissements thermaux

- Si les mesures sont supérieures à 400 Bq/m<sup>3</sup>, le diagnostic et les travaux destinés à abaisser la concentration en radon en dessous de 400 Bq/m<sup>3</sup> doivent être effectués sous deux ans maximum.
- Si elles sont supérieures à 1000 Bq/m<sup>3</sup>, ils doivent être immédiats.

## **Les actions préventives individuelles**

	Aérer et ventiler les bâtiments, les sous-sols et les vides sanitaires  En cas de construction ou de travaux, essayer d'améliorer l'étanchéité des interfaces entre le sol et le bâtiment (mur enterrés, dalles sur terre-plein, etc)
---	---

## **LES RISQUES LIES AU CHANGEMENT CLIMATIQUE**

Les risques liés au changement climatiques sont principalement :

- Le risque grand froid
- Le risque canicule

### **Qu'est-ce que le risque grand froid ?**

On entend 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.

### **Comment se manifeste-t-il ?**

#### ➤ Phénomène de neige

Dans une ambiance d'air humide, la température est le paramètre clé de la prévision des chutes de neige :

- température de l'air près du sol,
- température du sol
- température de la masse d'air sur plusieurs kilomètres d'altitude.

Dans notre région la neige est possible à des températures comprises entre +1° et -5°.

#### ➤ Phénomène de verglas

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

Une température proche de 0° est suffisante pour la formation du verglas.

#### ➤ 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.

### **Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?**

Malgré la proximité de la mer, la commune a déjà connu des épisodes neige-verglas importants mais de courte durée. Le dernier a eu lieu en décembre 2010.

Ces expériences passées permettent de préciser les conséquences d'une vague de froid et/ou d'un épisode neige-verglas :

- une circulation routière impossible ou très difficile pendant plusieurs jours
- des coupures d'électricité à la suite de la rupture des lignes électriques sous le poids de la neige.
- des personnes isolées en attente de soins infirmiers qu'il faut rassurer et approvisionner

## **Les actions préventives dans la commune**

Un plan "canicule/grand froid" géré par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) qui recense les personnes âgées, handicapées et les établissements sensibles nécessitant une attention particulière sera réalisé en 2015. Les personnes qui le souhaitent, peuvent venir se signaler.

## **Les actions préventives individuelles**

Les prévisions météorologiques constituent la meilleure des sources de prévention du risque. Les vagues de froid intense et les épisodes neige-verglas sont signalés par Météo France et les médias.

Les radios informant des bulletins-météo dans les Côtes-d'Armor sont :



France Bleu Breiz Izel : 104.1  
Radio Bonheur : 99.00

Voir les bulletins météo des chaînes de télévision.

Voir aussi le site internet de météo France : [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

## **Phénomène grand froid**

	<b>Conséquences possibles</b>	<b>Conseils de comportement</b>
Vigilance Orange	<ul style="list-style-type: none"><li>Les températures négatives peuvent mettre en danger les personnes à risque notamment les sans-domicile fixe et les personnes à la santé fragilisée.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Evitez les expositions prolongées au froid, au vent, et aux courants d'air.</li><li>veillez à un habillement adéquat.</li><li>vérifiez par avance la qualité de l'air dans les espaces habités afin d'éviter les intoxications possibles au monoxyde de carbone.</li><li>demeurez actif et restez attentif aux autres</li></ul>
Vigilance Rouge	<ul style="list-style-type: none"><li>Les températures négatives peuvent mettre en danger les personnes à risque notamment les sans-domicile fixe et les personnes à la santé fragilisée.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Evitez les expositions prolongées au froid, au vent et aux courants d'air.</li><li>veillez à un habillement adéquat.</li><li>vérifiez par avance la qualité de l'air dans les espaces habités afin d'éviter les intoxications possibles au monoxyde de carbone.</li><li>demeurez actif et restez attentif aux autres.</li></ul>

## Phénomène neige-verglas

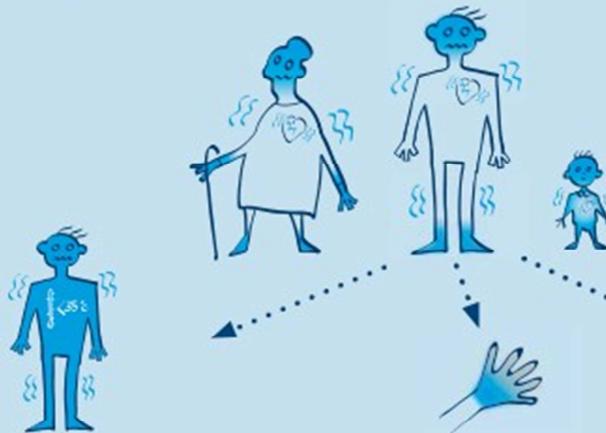
	<b>Conséquences possibles</b>	<b>Conseils de comportement</b>
Vigilance Orange	<ul style="list-style-type: none"> <li>• des chutes de neige ou de verglas dans des proportions importantes pour la région sont attendues.</li> <li>• les conditions de circulation peuvent devenir rapidement très difficiles sur l'ensemble des réseaux, tout particulièrement en secteur forestier où des chutes d'arbres peuvent accentuer les difficultés.</li> <li>• les risques d'accident sont accrus.</li> <li>• quelques dégâts peuvent affecter les réseaux de distribution d'électricité et de téléphone.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• soyez prudents et vigilants si vous devez absolument vous déplacer, privilégiez les transports en commun.</li> <li>• renseignez-vous sur les conditions de circulation auprès du centre régional d'information et de circulation routière (CRICR).</li> <li>• préparez votre déplacement et votre itinéraire.</li> <li>• prévoyez un équipement minimum au cas où vous seriez obligés d'attendre plusieurs heures sur la route à bord de votre véhicule.</li> <li>• respectez les restrictions de circulation et les déviations mises en place.</li> <li>• 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.</li> <li>• protégez-vous des chutes et protégez les autres en dégageant la neige et en salant les trottoirs devant votre domicile, tout en évitant d'obstruer les regards d'écoulement des eaux.</li> <li>• ne touchez en aucun cas à des fils électriques tombés au sol.</li> </ul>

## Phénomène neige-verglas

	<b>Conséquences possibles</b>	<b>Conseils de comportement</b>
Vigilance Rouge	<ul style="list-style-type: none"> <li>• de très importantes chutes de neige ou de verglas sont attendues, susceptibles d'affecter gravement les activités humaines et la vie économique.</li> <li>• les conditions de circulation risquent de devenir rapidement impraticables sur l'ensemble du réseau.</li> <li>• de très importants dégâts peuvent affecter les réseaux de distribution d'électricité et de téléphone pendant plusieurs jours • de très importantes perturbations sont à craindre concernant les transports aériens et ferroviaires.</li> </ul>	<p>Dans la mesure du possible</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• restez chez vous.</li> <li>• n'entreprenez aucun déplacement autres que ceux absolument indispensables.</li> <li>• mettez-vous à l'écoute de vos stations de radio locales.</li> <li>• En cas d'obligation de déplacement renseignez-vous auprès du CRICR.</li> <li>• signalez votre départ et votre lieu de destination à vos proches.</li> <li>• munissez-vous d'équipements spéciaux.</li> <li>• 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.</li> <li>• prévoyez un équipement minimum au cas où vous seriez obligés d'attendre plusieurs heures sur la route à bord de votre véhicule</li> <li>• ne quittez celui-ci sous aucun prétexte autre que sur sollicitation des sauveteurs.</li> <li>• 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</li> <li>• ne touchez en aucun cas aux fils électriques tombés au sol.</li> <li>• protégez vos canalisations d'eau contre le gel.</li> <li>• prévoyez des moyens d'éclairage de secours et faites une réserve d'eau potable.</li> <li>• 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.</li> </ul>



## Attention vague de froid extrême



Le froid extrême 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



- 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.

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



- 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.

Si je dois absolument utiliser ma voiture



- 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.

## **Qu'est-ce que le risque canicule ?**

On entend 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.

## **Comment se manifeste-t-il ?**

On considère qu'il y a canicule lorsque globalement :

- la température ne descend pas, la nuit, en dessous de 18°C pour le Nord de la France et 20°C pour le Sud
- la température atteint ou dépasse, le jour, 30°C pour le Nord et 35°C pour le Sud.

Ce risque est d'autant plus marqué que le phénomène se prolonge sur plusieurs jours et a fortiori plusieurs semaines, la chaleur s'accumulant plus vite qu'elle ne s'évacue par convection ou rayonnement.

Le dépassement des capacités de régulation thermique du corps humain peut entraîner de graves complications surtout chez les nourrissons, les personnes âgées et les personnes souffrant de pathologies chroniques.

**Dans l'avenir le phénomène de canicule est fortement à craindre avec le réchauffement climatique.**

## **Quels sont les risques dans la commune de TREGASTEL ?**

Bien que la proximité de la mer temporise les effets des périodes de fortes chaleurs, il ne faut pas pour autant négliger le risque canicule qui voit ses effets décuplés sur les personnes fragiles et âgées.

## **Les actions préventives dans la commune**

La canicule exceptionnelle de l'été 2003 a entraîné une surmortalité sur tout le territoire français, même dans les Côtes d'Armor.

Le plan de gestion départemental d'une canicule comporte généralement 4 niveaux. Il définit en particulier les mesures de protection des personnes âgées (isolées à domicile ou hébergées en maison de retraite).

Du 1er juin au 31 août, le niveau 1 est activé et une veille climatique et sanitaire est assurée par les pouvoirs publics.

Les 3 niveaux suivants sont déclenchés en fonction de données communiquées par Météo France et de critères qualitatifs tels que le niveau de pollution de l'air.

Le schéma départemental d'alimentation en eau potable (AEP) des Côtes-d'Armor sécurise la production d'eau potable, notamment en cas de canicule.

Un plan "canicule/grand froid" géré par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) qui recense les personnes âgées, handicapées et les établissements sensibles nécessitant une attention particulière sera réalisé en 2015. Les personnes qui le souhaitent, peuvent venir se signaler.

Un réseau local de professionnels et de bénévoles peut être actionné en cas de risque.

## Les actions préventives individuelles

	<b>Conséquences possibles</b>	<b>Conseils de comportement</b>
Vigilance Orange	<ul style="list-style-type: none"> <li>l'augmentation de la température peut mettre en danger les personnes à risque (personnes âgées, handicapées, atteintes de maladies chroniques ou de troubles mentaux, personnes isolées...).</li> <li>les personnes ayant des activités extérieures doivent prendre garde aux coups de chaleur.</li> <li>les enfants doivent faire l'objet d'une surveillance particulière.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>pendant la journée : fermez volet, rideaux et fenêtres.</li> <li>aérez la nuit.</li> <li>utilisez ventilateur et/ou climatisation si vous en disposez.</li> <li>sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas ...) trois heures par jour.</li> <li>mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains.</li> <li>buvez au moins 1,5 litres d'eau par jour, même sans soif.</li> <li>continuez à manger normalement.</li> <li>ne sortez pas aux heures les plus chaudes</li> <li>si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers.</li> <li>limitez vos activités physiques.</li> <li>en cas de malaise ou de troubles du comportement,appelez un médecin.</li> <li>si vous avez besoin d'aide appelez la mairie.</li> <li>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.</li> </ul>
Vigilance Rouge	<ul style="list-style-type: none"> <li>chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé.</li> <li>le danger est plus grand pour les personnes à risque c'est à dire les personnes âgées atteintes de maladies chroniques ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, les personnes isolées et les enfants.</li> </ul>	Voir ci-dessus

Les radios informant des bulletins-météo dans les Côtes-d'Armor sont :



France Bleu Breiz Izel : 104.1  
Radio Bonheur : 99.00

Voir les bulletins météo des chaînes de télévision.

Voir aussi le site internet de météo France : [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

# En période de fortes chaleurs ou de canicule

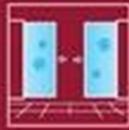
## Personne âgée

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 passe plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé.



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



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



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



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 reste pas en plein soleil.



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



Je ne consomme pas d'alcool.



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



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)

## **LE RISQUE PANDEMIQUE**

### **Qu'est-ce que le risque pandémique ?**

On parle de risque pandémique lorsque l'on évoque une contamination à grande échelle dans la population humaine (épidémie ou pandémie si le phénomène est de grande ampleur).

Parmi ces risques, celui de la pandémie grippale fait l'objet d'un plan national qui est décliné au niveau communal par différentes actions.

### **Les actions préventives dans la commune**

Le risque de pandémie est géré par la commune avec pour mission :

- communiquer en faveur des mesures visant à limiter la contamination et les contacts physiques
- maintenir le lien social
- assurer la continuité du service public.

### **Les actions préventives individuelles**

<b>Avant</b>	
	<p>Se laver les mains le plus souvent possible avec du savon ou une solution hydro-alcoolique pendant au moins 30 secondes.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- En cas de symptômes décrits par les autorités, contacter son médecin traitant ou le 15.</li><li>- En cas de contagion, porter un masque afin de ne pas contaminer son entourage.</li><li>- Si une vaccination s'avère nécessaire, vous serez informé du centre de vaccination correspondant à votre domicile.</li></ul>
<b>Pendant</b>	
	<p>Se laver les mains le plus souvent possible avec du savon ou une solution hydro-alcoolique pendant au moins 30 secondes.</p> <p>Utiliser un mouchoir en papier pour éternuer ou tousser puis le jeter dans une poubelle et se laver les mains.</p> <p><b>Si vous êtes malade :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ne pas se déplacer directement à l'hôpital.</li><li>• Appeler votre médecin ou le 15.</li><li>• S'isoler pour éviter de contaminer les autres.</li><li>• Limiter au maximum les visites et les contacts avec vos proches.</li><li>• Ne pas les embrasser, éviter de se serrer la main.</li><li>• Porter un masque en leur présence.</li><li>• Aérer son domicile.</li></ul>
<b>Après</b>	
	<p>Se laver les mains le plus souvent possible avec du savon ou une solution hydro-alcoolique pendant au moins 30 secondes.</p> <p>Utiliser un mouchoir en papier pour éternuer ou tousser puis le jeter dans une poubelle et se laver les mains..</p>