



- Pendant les heures les plus chaudes de la journée, il faut maintenir les volets ou les rideaux fermés pour garder la fraîcheur dans la maison. Puis aux moments de la journée où la température extérieure est plus fraîche, tôt le matin ou tard le soir et pendant la nuit, il est bon d'ouvrir les fenêtres pour refroidir la maison.
- Utiliser les appareils de ventilation. ● Eteindre ou réduire les lumières électriques.
- Boire de l'eau. ● Adapter son habillement à la chaleur.

www.cnide.fr > www.infocanicule.fr > www.infograndfroid.fr

Edition 2016/2017

URGENCES-SANTÉ

BOULANGERIE Emile Bee
PAINS, PIZZAS, SANDWICHS, PÂTISSERIES, VIENNOISERIES...
pains bio
616, AVENUE CHAMBERY
73230 SAINT ALBAN LEYSSE
OUVERT LUNDI AU SAMEDI DE 7H30 À 19H30 FERMÉ LE DIMANCHE
TEL : 04.79.60.29.90

www.sophrologue-chambery.fr
valeriecorral73@gmail.com
06 76 76 10 62
Sophrologue
Caycédien
Valérie CORRAL
Centre Médi-Leyssie
398 Avenue de Chambéry 73230 St Alban Leysse

LA SOLIDARITÉ

La solidarité est primordiale en cas de fortes chaleurs ou de grands froids. C'est pourquoi il est important d'aider les personnes dépendantes en prenant régulièrement de leurs nouvelles.



La solidarité est la première mesure à appliquer en cas d'urgence. En effet, l'isolement des personnes âgées ou handicapées dont le manque d'autonomie ne permet pas un lien fréquent avec le monde extérieur représente un facteur aggravant. C'est pourquoi il faut, en cas de froid extrême ou de canicule, s'assurer que les personnes de santé précaire, dans leur entourage direct, sont aidées et soutenues dans leur vie quotidienne.

CANICULE INFO SERVICE	08 00 06 66 66
ELECTRICITE (dépannage)	09 72 67 50 73
GAZ (dépannage)	08 10 43 30 95
POLICE MUNICIPALE	04 79 33 13 57
POLICE SECOURS	17
POMPIERS	18
SAMU / SMUR	15
SAMU SOCIAL	115
TOUTES URGENCES (depuis un portable)	112
SANTE	
CENTRE HOSPITALIER (Chambéry)	04 79 96 50 50
AUDIOPROTHESISTE	
SONANCE AUDITION	04 79 33 76 28
DENTISTE	
Dr CELLOU William	04 79 85 53 69
INFIRMIER(E)S	
CABINET INFIRMIERS des TOURNELLES	04 79 75 13 11
M. HELIES Bertrand	06 60 23 18 20
Mme ROUGEMOND Caroline	06 60 23 18 20
KINESITHERAPEUTES	
Mme FREUND Flore	04 57 12 09 47
M. GIRAUD Vincent	09 72 45 13 63
Mme GIROUX Sandrine	06 81 05 56 29
M. MORAY Nicolas	07 88 24 59 03
M. PINLAUD Vincent	04 79 75 03 12
M. RIABOFF Ivan	04 79 70 23 30
M. STOCKER Julien	04 57 12 09 47
MEDECINS GENERALISTES	
Dr BERNARD Agnès	04 79 85 27 03
Dr CHEYNIS Lionel	04 79 75 14 01
Dr CONSTANTIN Flavia	04 79 85 17 85
Dr DERAÏN Nicolas	04 79 85 85 00
Dr MICHELLIER Philippe	04 79 85 79 53
ORTHOPHONISTES	
Mme DOMON Anne	04 79 85 07 70
Mme GUEYRAUD Marlène	09 72 45 13 64
Mme NOTARGIACOMO Aurélie	04 79 33 21 25
OSTEOPATHES	
Mme HERMET Claire et M. BERTHON Stéfano	04 79 33 63 48
M. GIRAUD Vincent	09 72 45 13 63
Mme GIROUX Sandrine	06 81 05 56 29
M. PIN Thibaud	09 72 45 73 62
M. RIABOFF Ivan	04 79 70 23 30
PEDICURE PODOLOGUE	
Mme DE LAPORTE Claire	06 73 74 82 74
PHARMACIES	
PHARMACIE DU NIVOLET	04 79 70 57 27
PHARMACIE DE LEYSSE	04 79 72 65 50
PHARMACIE de GARDE	32 37
SOPHROLOGUES CAYCEDIEN	
Mme BOULIGAND AULIAC Jocelyne	06 89 49 97 01
Mme CORRAL Valérie	06 76 76 10 62
Mme FILLOUZEAU Anne	07 83 45 04 03
VETERINAIRES	
CLINIQUE VETERINAIRE Drs GERBIER et PAISNEL	04 79 85 19 58

UN PLOMBIER PRÈS DE CHEZ VOUS !
73230 SAINT ALBAN LEYSSE - DÉPANNAGE URGENT - INTERVENTION RAPIDE
TOP
SERVICE DÉPANNAGE
06 84 42 52 32

SOS
ALLO ENFANCE MALTRAITÉE
119
DROGUE INFO SERVICE
08 00 23 13 13
ENFANTS DISPARUS
116 000
FIL SANTÉ JEUNE
32 24
JEUNE VIOLENCE ECOUTE
08 08 80 77 00
PERSONNES AGÉES MALTRAITÉES
39 77
RESTOS DU CŒUR (Chambéry)
04 79 68 71 00
SOS AMITIÉ
01 42 96 26 26
SOS MEDECIN
36 24
SIDA INFO SERVICE
08 00 84 08 00
SPA (Chambéry)
04 79 33 24 44
URGENCE POUR SOURDS ET MALENTENDANTS
114
VIOLENCES CONJUGALES
39 19

EN CAS DE CANICULE OU DE GRAND FROID
Il faut s'informer régulièrement en écoutant et en lisant les médias, la télévision, la radio, les journaux et les prévisions météorologiques.
Info

Bien entendre, c'est mieux comprendre
Et si le moment était venu de mesurer votre capital auditif ?

sonance
AUDITION

Juliette BARDET
185, av. de Chambéry - ST ALBAN LEYSSE
04 79 33 76 28

TEST AUDITIF GRATUIT * / ESSAI APPAREIL AUDITIF GRATUIT

Les informations figurant sur la fiche sont mises à jour biennuellement, prochaine mise à jour : Juin 2018



- Avant le début de l'hiver, il est indispensable de vérifier le bon fonctionnement des appareils de chauffage et des bouches d'aération dans son habitat.
- Quand l'alerte grand froid est lancée, on évitera au maximum de sortir de chez soi. Si on doit malgré tout sortir, on s'habillera chaudement en protégeant particulièrement la tête, le cou, les pieds et les mains. Le nez et la bouche devront également bien être couverts pour respirer moins d'air froid.
- En cas de grand froid prolongé, les personnes âgées essayeront de rester chez elles au maximum. Elles penseront à faire les courses pour une longue période et elles prévoiront leurs médicaments pour une durée suffisante. Elles donneront régulièrement de leurs nouvelles à leur entourage.

www.cnide.fr > www.infocanicule.fr > www.infograndfroid.fr

Edition 2016/2017

ADMINISTRATION

Banque de Savoie
TOUT nous rapproche
87 avenue de Chambéry 73230 SAINT ALBAN LEYSSE
☎ 04 79 33 22 58

EN CAS DE BESOIN



IL EST UTILE de connaître les numéros à appeler en urgence. Il faut donc les noter et les laisser toujours au même endroit, (par exemple, à côté du téléphone). La première personne à joindre en cas de malaise est le médecin traitant. Si celui-ci n'est pas là, on appellera le SAMU, en composant le 15.



Votre pharmacien est aussi tout à fait en mesure de vous aider car il connaît non seulement les symptômes des pathologies liés à la canicule, ou au grand froid mais aussi les services d'entraide et de secours. N'hésitez pas à lui demander conseil.



ALLO SERVICE PUBLIC	39 39
CENTRE DES IMPOTS (Chambéry)	04 79 70 72 03
CHAMBERY METROPOLE (Chambéry)	04 79 96 86 70
CONSEIL DEPARTEMENTAL (Chambéry)	04 79 96 73 73
DDT (Chambéry)	04 79 71 73 73
IMPOT SERVICE	08 10 46 76 87
LA POSTE	36 31
PALAIS DE JUSTICE (Chambéry)	04 79 33 60 09
PREFECTURE (Chambéry)	04 79 75 50 00
PRUD'HOMMES (Chambéry)	04 79 33 60 09
TRESORERIE (Challes les Eaux)	04 79 71 79 69
TRIBUNAL D'INSTANCE (Chambéry)	04 79 33 60 09
URSSAF	39 57

DIVERS

CARTES BLEUES VOLEES	08 92 70 57 05
CHEQUIERS VOLEES	08 92 68 32 08
HORLOGE PARLANTE	36 99
METEO FRANCE	32 50
ORANGE (Service Abonnés)	10 14
ORANGE TELEGRAMMES	36 55

CULTURE et LOISIRS

BIBLIOTHEQUE	09 64 30 09 51
--------------	----------------

PETITE ENFANCE ET ENSEIGNEMENT

ECOLE ELEMENTAIRE René Cassin	04 79 33 46 57
ECOLE MATERNELLE Louis Armand	04 79 85 63 57
ECOLE PRIMAIRE Notre Dame de la Salette	04 79 33 22 23
COLLEGE Joseph et Xavier de Maistre	04 79 33 24 33
MULTI ACCUEIL les P'tits Bouchons	04 79 60 02 98
RELAIS ASSISTANTS MATERNELS	04 79 33 54 65

MAIRIE

04 79 33 13 57

Lundi : de 14h à 18h

Mardi au vendredi : de 9h à 12h et de 15h à 18h

Samedi : de 9h à 12h

Fax : 04 79 85 07 27

Site : www.santalbanleysse.fr

Mail : mairie@santalbanleysse.fr

SOCIAL

CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (Chambéry)	08 10 25 73 10
CCAS (Centre Communal d'Action Sociale)	04 79 33 13 57
CPAM	36 46
CPAS Centre Polyvalent d'Actions Sociales	04 79 70 49 21
POLE EMPLOI (employeurs)	39 95
POLE EMPLOI (demandeurs)	39 49

TRANSPORTS

TAXI BERARD PASCAL	06 10 73 51 84
AEROPORT CHAMBERY SAVOIE	04 79 54 49 54
SNCF	36 35

Toutes transactions Immobilières
73230 Saint Alban Laysse
SPECIALISTE CHAMBERY SUD
04 79 28 59 36
06 78 40 58 55
www.altima-immobilier.com
agence@altima-immobilier.com

ALPES BUREAU
MOBILIER - PAPETERIE
INFORMATIQUE - CARTOUCHES
507, avenue de chambéry
73230 ST ALBAN LEYSSE
☎ 04.79.25.04.84

Jean-Pierre : 06 71 63 66 21
& Christian : 06 71 63 66 20
PLOMBERIE du Niveau
L'EXPERIENCE A VOTRE SERVICE
☎ 04 79 28 46 09

@
Retrouver toutes les informations de cette fiche sur les Sites
Infocanicule.fr
Infograndfroid.fr
en cliquant sur le Nom de votre Ville
www.infocanicule.fr
www.infograndfroid.fr

INFORMATION

RECENSER LES PERSONNES VULNÉRABLES :

Pour signaler une personne fragile et susceptible de souffrir de la canicule ou du grand froid, il suffit de contacter l'accueil du CCAS. Le centre tient un registre permettant une veille sociale et médicale auprès des personnes recensées en cas de canicule ou de grand froid. L'inscription se fait par la personne elle-même ou un proche, par courrier ou par téléphone.

Tél : 04 79 33 13 57

Lundi : de 14h à 18h Mardi au vendredi : de 9h à 12h et de 15h à 18h Samedi : de 9h à 12h