

# Vivre Ensemble à Hantay

Votre supplément au bulletin municipal - n°89 - Juillet/Août 2013

## 3eme Grand Prix Cycliste de Hantay



La 3ème édition du grand prix cycliste de la commune a eu lieu ce lundi 28 Mai, organisée par la municipalité et le vélo club de Provin.

Une épreuve a commencé le matin avec un jeu d'adresse dans la cour de l'école pour les

enfants de 6 à 12 ans. Contrairement aux 2 années précédentes, la pluie a accompagné les concurrents durant toute la journée, mais le spectacle était au rendez-vous. Lors de la course des 2ème et 3ème catégories, la course reine de l'après midi, les supporters du coureur local Gwenaël Lequien ont espéré une victoire mais elle est revenue à Nicolas Caulier, du club de Bergues, qui prendra quelques longueurs sur ses adversaires du jour et viendra s'imposer. Pour Pascal Machu président du vélo club de Provin, il aura mis un point d'honneur à participer à cette course où il finira 3ème dans sa catégorie juste derrière Gwenaël.

Un grand merci aux élus de la commune pour leur fidélité au club, pour leur aide technique indispensable à la réussite de cette journée vélo. Rendez-vous, nous l'espérons le lundi de Pentecôte 2014 pour une 4ème édition et avec le soleil.

Article rédigé par Pascal Machu,  
Président du Vélo Club de Provin

## Heure du Conte

Ce 12 Juin, une quinzaine d'enfants étaient présents à l'« Heure du conte ». C'est à l'extérieur que Jocelyne Ramaut, bénévole, a proposé cette dernière séance sur le thème : «*Faites de la Musique!*».

Munis de toutes sortes d'instruments, les enfants ont dévoilé leur créativité musicale, sur fond de contes et chansons.

En clôture : boissons et petits gâteaux offerts par la municipalité.

Prochain rendez-vous le 11 septembre sur le thème « En avant pour de nouvelles aventures » !





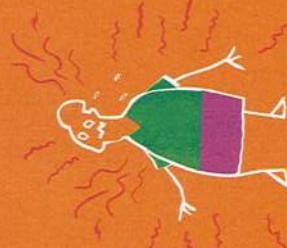
## • COMPRENDRE

Selon l'âge, le corps ne réagit pas de la même façon aux fortes chaleurs.

### Personne âgée



Mon corps transpire peu et a donc du mal à se maintenir à 37°C.

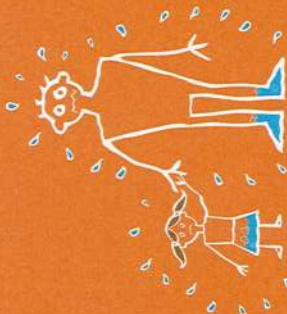


La température de mon corps peut alors augmenter : je risque le coup de chaleur (hyperthermie).

### Enfant et adulte



Mon corps transpire beaucoup pour se maintenir à la bonne température.



Je perds de l'eau : je risque la déshydratation.

## • AGIR

### CANICULE

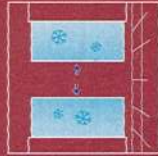
# La canicule et nous

## 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.



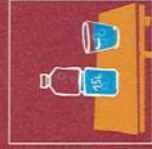
Je passe plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé.



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.

