

TROIS ÉTAPES POUR UNE PROTECTION RENTABLE DES IMMEUBLES DE LOGEMENTS CONTRE LA CHALEUR EXTRÊME

Étape 1: Planifiez à l'avance pour rester au frais

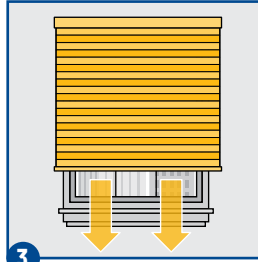
Travaux pour 0 \$



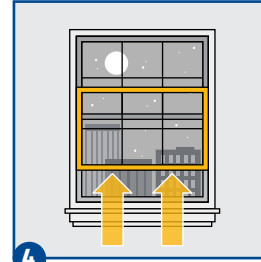
1 Aidez vos voisins plus vulnérables, votre famille et vos amis à se préparer pour les épisodes de chaleur et vérifiez qu'ils vont bien durant ces épisodes.



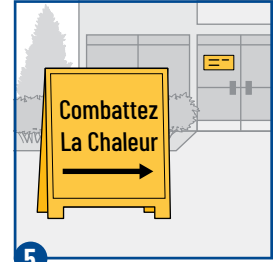
2 Prêtez attention aux alertes de chaleur diffusées à la radio ou à la télé, et téléchargez l'appli [MétéoCan](https://www.meteo.gc.ca/meteo-can) sur votre téléphone.



3 Fermez les stores et les rideaux durant la journée.



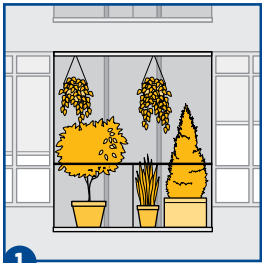
4 Ouvrez les fenêtres la nuit une fois que l'air extérieur est plus frais que l'air intérieur.



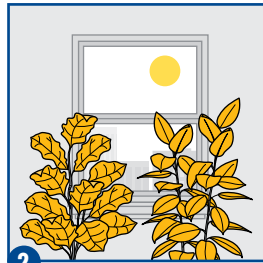
5 Consultez [SantePubliqueOttawa.ca/CombattreLaChaleur](https://www.santepubliqueottawa.ca/CombattreLaChaleur) pour trouver d'autres endroits où vous rafraîchir.

Étape 2: Effectuez des mises à niveau simples

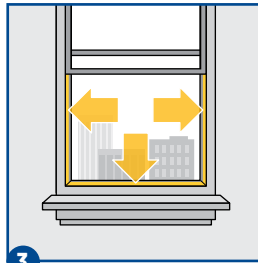
Travaux pour moins de 250 \$



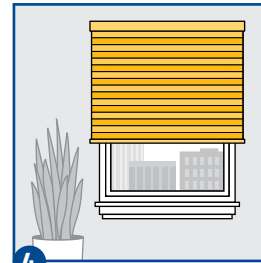
1 Installez des plantes en pot sur votre balcon ou votre terrasse ou suspendez-en.



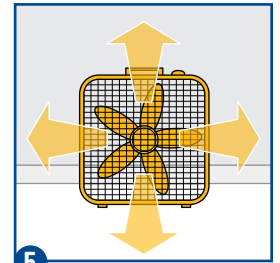
2 Placez des plantes hautes avec de grandes feuilles près des fenêtres exposées au soleil.



3 Calfeutrez les portes et les fenêtres pour que l'air frais reste à l'intérieur.



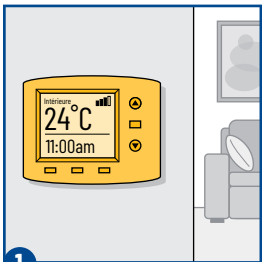
4 Installez des volets extérieurs et des auvents pour ombrager les fenêtres.



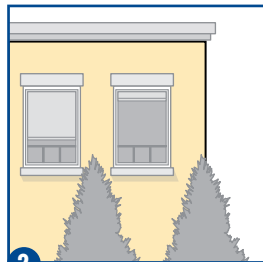
5 Utilisez des ventilateurs portables ou de plafond pour améliorer la circulation de l'air.

Étape 3: Effectuez des mises à niveau plus complexes

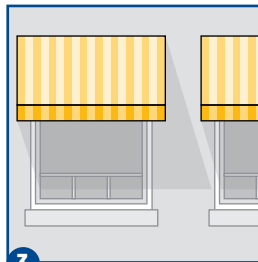
Engagez un entrepreneur pour les travaux de plus de 250 \$



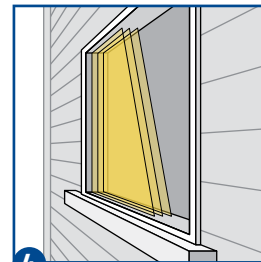
1 Installez des régulateurs de température et d'humidité.



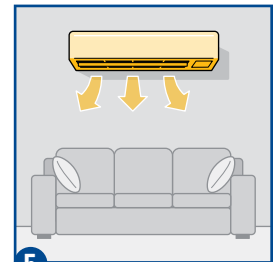
2 Peignez les murs extérieurs en blanc ou de couleur pâle.



3 Installez des volets extérieurs et des auvents pour ombrager les fenêtres.



4 Installez des fenêtres et des portes qui laissent entrer moins de chaleur.



5 Installez et entretenez une thermopompe (qui permet de chauffer et de rafraîchir votre maison) ou un système de climatisation.