



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Poitiers, le 16 août 2012

PERIODE DE FORTES CHALEURS

Météo-France prévoit une période de fortes chaleurs pour les prochains jours, avec, notamment, un pic le samedi 18 et le dimanche 19 août.

Pour rappel, le plan canicule comporte trois niveaux :

❖ **le niveau de veille sanitaire** : du 1^{er} juin 2012 au 31 août 2012.

❖ **le niveau de mise en garde et actions (MIGA)**,

Ce plan est déclenché par les préfets de département concernés en cas d'alerte émise par Météo-France et l'Institut de veille sanitaire, et au vu d'une fiche nationale d'alerte.

❖ **le niveau de mobilisation maximale**, déclenché sur instruction du Premier ministre, après avis conjoint des ministres chargés de l'intérieur et de la santé, lorsque la canicule est aggravée par des effets collatéraux (rupture de l'alimentation électrique, pénurie d'eau potable, saturation des établissements de santé...).

Actuellement, le niveau de veille sanitaire mis en place en juin est maintenu et le niveau MIGA n'est, dans l'immédiat, pas activé dans la Vienne. En effet, ce niveau n'est déclenché que, si durant 3 jours consécutifs, les températures se situent à 35 ° le jour et 19 ° la nuit, ce qui n'est pas le cas actuellement.

Néanmoins, en cette période de fortes chaleurs, il convient d'observer quelques recommandations, notamment pour les personnes les plus vulnérables :

- les personnes âgées ;
- les enfants ;
- les personnes souffrant de pathologies aggravées par la chaleur ;
- les travailleurs exposés à la chaleur ;
- et les sportifs.

Lorsque les températures sont élevées, les recommandations à suivre sont les suivantes :

- **Protégez-vous de la chaleur.**

- Evitez les sorties et les activités aux heures les plus chaudes (11H - 21H) et restez à l'intérieur de votre habitat dans les pièces les plus fraîches et au mieux, dans un espace rafraîchi (réglez alors votre système de rafraîchissement 5°C en dessous de la température ambiante).
- Si vous devez sortir, restez à l'ombre. Portez un chapeau, des vêtements légers (coton) et amples, de couleur claire. Emportez avec vous une bouteille d'eau.
- Fermez les volets et les rideaux de façades exposées au soleil.
- Maintenez les fenêtres fermées tant que la température extérieure est supérieure à la température intérieure. Ouvrez-les la nuit, en provoquant des courants d'air.

- **Rafraîchissez-vous.**

- Restez à l'intérieur de votre domicile dans les pièces les plus fraîches.
- Si vous ne disposez pas d'une pièce fraîche chez vous, rendez-vous et restez au moins deux heures dans des endroits climatisés ou à défaut, dans des lieux ombragés ou frais : supermarchés, cinémas, musées... à proximité de votre domicile.
- Prenez régulièrement dans la journée des douches ou des bains et/ou humidifiez-vous le corps à l'aide d'un brumisateur ou d'un gant de toilette. Vous pouvez également humidifier vos vêtements.

- **Buvez et continuez à manger.**

- Buvez régulièrement, même sans soif : eau, jus de fruit...
- Ne consommez pas d'alcool.
- Mangez comme d'habitude au besoin en fractionnant les repas, de préférence des fruits et des légumes (sauf en cas de diarrhée).

- **Demandez conseil à votre médecin, votre pharmacien.**

- Surtout si vous prenez des médicaments (<http://www.ars.poitou-charentes.sante.fr/Canicule-et-medicaments.138368.0.html>) ou si vous ressentez des symptômes inhabituels.

- **N'hésitez pas à aider et à vous faire aider.**

- Demandez de l'aide à un parent, un voisin si la chaleur vous met mal à l'aise.
- Informez-vous de l'état de santé des personnes isolées, fragiles ou dépendantes de votre entourage et aidez-les à manger et à boire.

Pour plus d'informations :

Contactez le numéro d'appel « Canicule Info Service » : 0800 06 66 66 ou par internet www.sante.gouv.fr/ , dossier « canicule et fortes chaleurs »

Pour le département de la Vienne, contactez le numéro azur « vienne infos sociales » au 0810 86 2000 (du lundi au jeudi de 8h30 à 17h15, et le vendredi de 8h30 à 16h30).

Contactez votre mairie pour connaître les aides disponibles.

Consultez régulièrement la météo et la carte de vigilance de Météo France (32 50 ou par internet www.meteofrance.com)