

PRÉFET DU HAUT-RHIN

PRÉFECTURE

CABINET DU PRÉFET

Service départemental
de la Communication Interministérielle

Colmar, le 25 août 2016

COMMUNIQUE DE PRESSE du Préfet du Haut-Rhin Déclenchement du niveau 2 – avertissement chaleur du plan canicule



Aujourd'hui, 25 août 2016, le Préfet du Haut-Rhin informe du passage au niveau 2 « avertissement chaleur » du plan canicule.

Météo-France annonce des fortes chaleurs pour demain et place le département du Haut-Rhin en **vigilance « jaune » à compter d'aujourd'hui à 16h.** Les températures maximales atteindront les 35° vendredi et samedi, voire 36° localement. Une légère baisse des températures est attendue dimanche. A partir de lundi, les maximales devraient repasser sous la barre des 30°.

Compte tenu de ces conditions météorologiques, la Préfecture du Haut-Rhin rappelle les recommandations sanitaires à suivre pour vous protéger et lutter contre les excès de chaleur.

Les conseils de prévention

La préfecture et les services de l'Agence Régionale de Santé (ARS) souhaitent rappeler, notamment aux personnes fragiles (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées, ou malades à domicile, personnes dépendantes), les mesures de vigilance à adopter en cas de fortes chaleurs :

- ***maintenez votre logement frais*** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- ***buvez*** régulièrement et fréquemment de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- ***rafraîchissez-vous*** et mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour (notamment le visage et les avant bras) ;
- ***prenez plusieurs heures par jour dans un lieu frais*** (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché...) ;
- ***évitez de sortir aux heures les plus chaudes*** et de pratiquer une activité physique ;

- **pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches** et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide.

Signes d'alerte de déshydratation chez la personne âgée :

- Modification du comportement habituel, grande faiblesse, grande fatigue, difficulté inhabituelle à se déplacer.
- Maux de tête, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, convulsions.
- Nausées, vomissements, diarrhée, soif.
- Crampes musculaires.
- Température corporelle élevée (supérieure à 38,5°C).
- Agitation nocturne inhabituelle.

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes (notamment les travailleurs exposés à la chaleur) s'exposent aussi au risque de la déshydratation, car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température. Pour y remédier, ils doivent **boire abondamment, surtout de l'eau ou des boissons non alcoolisées** (le surplus d'eau sera éliminé).

Dans tous les cas, il convient :

- **d'éviter les efforts physiques,**
- **de rester le moins possible exposé à la chaleur,**
- **de ne pas rester en plein soleil,**
- **de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur.**

Plate-forme téléphonique nationale 0 800 06 66 66

Fonctionne tous les jours, de 9h00 à 19h00 (appel gratuit depuis un poste fixe en France). Ce numéro permet d'obtenir des conseils pour aider à supporter les fortes chaleurs et des informations utiles en cas de situation particulière.

Pour toute information complémentaire :

- www.ars.alsace-champagne-ardenne-lorraine.sante.fr
- www.sante.gouv.fr/canicule
- www.meteofrance.com
- www.inpes.sante.fr

Contact presse :

Service Départemental de la Communication Interministérielle de l'Etat
Cabinet du Préfet - Préfecture du Haut-Rhin

☎ 03 89 29 20 05- 03 89 29 21 06 – 03 89 29 20 14

Retrouvez toutes nos publications sur :

