



COMMUNIQUE DE PRESSE

La Rochelle, le 18 juin 2017

ALERTE ORANGE POUR CANICULE DANS LE DEPARTEMENT DE LA CHARENTE-MARITIME

Meteo France annonce un épisode de très fortes chaleurs pour les jours à venir et place le département de la **Charente-Maritime en vigilance orange pour canicule à compter de ce dimanche à 16h00.**

Les risques liés à ce phénomène de fortes chaleurs concernent l'ensemble de la population.

Il est cependant plus marqué pour les personnes fragiles : personnes âgées, personnes handicapées, personnes atteintes de maladies chroniques (cardio-vasculaires, cérébrovasculaires, respiratoires, rénales, neurologiques, diabète) ou de troubles de la santé mentale, personnes prenant régulièrement des médicaments (tranquillisants, diurétiques...), personnes isolées. Les enfants sont également particulièrement sensibles à la chaleur. Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention au " coup de chaleur " et à la déshydratation.

Conseils de comportements :

- Maintenez votre logement frais : pendant la journée, fermer volets, rideaux et fenêtres. Aérer la nuit.
- Buvez régulièrement et fréquemment, au moins 1,5 litre d'eau par jour, sans attendre d'avoir soif.
- Rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps, au moins le visage et les avant-bras, plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains sans vous sécher.
- Utilisez ventilateurs et/ou climatisation si vous en disposez, sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grande surface, cinéma, bibliothèque municipale,...), 2 à 3 heures par jour.
- Evitez de sortir aux heures les plus chaudes (11h00 – 21h00).
- Ne consommez pas d'alcool qui altère les capacités de lutte contre la chaleur et favorise la déshydratation.
- Si vous devez sortir passez à l'ombre, portez un chapeau, des vêtements légers et amples et des lunettes de soleil.
- Limitez vos activités physiques.
- N'hésitez pas à demander de l'aide, soit aux mairies, soit à votre entourage.
- Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles, accompagnez les dans un endroit frais.

Contact presse

Préfecture de la Charente-Maritime
Service Départemental de la Communication Interministérielle
pref-communication@charente-maritime.gouv.fr

Yann TOUVERON - 05.46.27.43.05 - 06 87 70 52 35

Nathalie DORNAT - 05.46.27.43.25

Standard - 05.46.27.43.00 - www.charente-maritime.gouv.fr

<https://twitter.com/prefet17>
<https://www.facebook.com/Prefet17/>



En cas de malaise ou de troubles du comportement (étourdissements, maux de tête violents, grande fatigue, nausées, crampes musculaires...), **n'hésitez pas à appeler un médecin ou le 15 (SAMU) ou le 18 (Sapeurs-Pompiers).**

Pour toute information d'ordre général (conseils, conduites à tenir, information en temps réel de la situation), **composez la plate forme téléphonique "Information canicule" : 0 800 06 66 66 (appel gratuit)**

Pour en savoir plus :
<http://www.gouvernement.fr/risques/canicule>
<http://social-sante.gouv.fr/>
