



# Flash info élu(e)s

N° 10 – 2 août 2018

Mesdames, Messieurs les élu(e)s,

Après un épisode de fortes chaleurs, le temps anticyclonique s'installe maintenant. Cette période très ensoleillée est associée à un apport d'air subtropical. On attend les prochains jours des températures de 17 °C à 20 °C la nuit et de 35 à 37 °C au plus chaud de l'après-midi. Météo-France a donc décidé de placer l'**Indre-et-Loire en vigilance orange canicule à compter de ce jeudi à 16h00.**

En conséquence, j'ai décidé de déclencher le niveau 3 du Plan Canicule.

**Les risques liés à ce phénomène de fortes chaleurs concernent l'ensemble de la population.** Chacun d'entre nous est concerné, même les sujets en bonne santé.

**Les personnes fragiles sont toutefois plus exposées et doivent faire l'objet d'une vigilance accrue :** personnes âgées, personnes handicapées, personnes atteintes de maladies chroniques, personnes isolées, femmes enceintes et enfants.

Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention au "coup de chaleur" et à la déshydratation.

Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 40 °C, une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, une somnolence, une soif intense, une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.

**Les conseils suivants sont applicables à tous :**

- Maintenez votre logement frais : pendant la journée, fermer volets, rideaux et fenêtres. Aérez 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.
- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes (11h00 – 21h00).



- Mangez en quantité suffisante et 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.

**En cas de malaise ou de troubles du comportement** (étourdissements, maux de tête violents, grande fatigue, nausées, crampes musculaires...), **la population est invitée 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), **la plateforme téléphonique « Information canicule » : 0800 06 66 66 (appel gratuit) est activée.**

Je demande aux maires de mettre en place le cas échéant des **cellules de veille communales** afin d'assurer la coordination des actions menées sur le terrain, et de prendre toutes dispositions utiles pour faire face à la canicule (par exemple, en prenant contact avec vos administrés inscrits sur la liste des personnes vulnérables afin de s'assurer de leur situation).

Pour en savoir plus :

<http://www.gouvernement.fr/risques/canicule>

<http://solidarites-sante.gouv.fr/>

**Corinne ORZECOWSKI**

Préfète d'Indre-et-Loire