

Alerte canicule : Météo France place la Gironde en vigilance Orange jusqu'à nouvel ordre

Météo-France a placé le département de la Gironde en vigilance ORANGE canicule jusqu'à nouvel ordre. Les températures devraient atteindre 35 à 37°C voire 38°C localement ce lundi, et ne pas descendre en dessous de 21°C voire 22°C la nuit.

nouvel

Conformément au plan départemental de gestion des vagues de chaleur, le préfet de la Gironde a informé l'ensemble des maires du département et mis en alerte les services d'urgence et de secours. Il réunira lundi 21 août 2023 la cellule départementale canicule pour s'assurer de la bonne mise en œuvre du dispositif de prévention.

Le préfet appelle chacun à la plus grande vigilance. Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les personnes atteintes de maladies chroniques ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, les personnes isolées et les personnes sans-abri.

Conseils de comportement :

- En cas de malaise ou de troubles du comportement appelez un médecin.
- Appelez votre mairie si vous avez besoin d'aide.
- Si vous avez des personnes âgées souffrant de maladie chronique, ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite 2 fois par jour.

Accompagnez-les dans un endroit frais.

- Pendant la journée fermez volets, rideaux et fenêtres, aérez la nuit.
- Utilisez ventilateur et/ou climatisation si vous en disposez. Sinon passez au moins 3 heures par jour dans un endroit frais.
- Rafraîchissez-vous, mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour.
- Buvez fréquemment et abondamment même sans soif. Buvez 1,5 L d'eau par jour et mangez normalement.
- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes (11h – 21h).
- Limitez vos activités physiques.

Toutes les recommandations pour se protéger contre les fortes chaleurs sont consultables sur le site

internet de la préfecture :
<https://www.gironde.gouv.fr/Actions-de-l-Etat/Environnement-et-risques-naturels-et-technologiques/Prevention-des-risques-naturels-et-technologiques/Canicule-et-vagues-dechaleurs>