

36°c attendus demain: la Gironde passe en vigilance orange canicule

Alerte météo vigilance orange canicule

La Préfecture de la Gironde a placé en alerte canicule vigilance orange l'ensemble du département. L'alerte est valable à compter de ce jour, jeudi 2 août et pour une durée d'au moins 6 jours.

Au vu des conditions météorologiques, le département de la Gironde vient d'être placé en alerte canicule orange. Les températures fraîches en fin de nuit vont très rapidement augmenter dans la matinée pour atteindre plus de 30 degrés à 12h. Elles devraient dépasser les 38°C dans les prochains jours et ne pas descendre en dessous de 21°C la nuit.

Compte-tenu de ces prévisions, Didier LALLEMENT, préfet de la Gironde a déclenché le niveau 3 « alerte canicule » du plan départemental de gestion de la canicule.

Conformément aux dispositions de ce plan, le préfet a informé l'ensemble des maires du département et mis en pré-alerte les services d'urgence, les services de secours et les associations de protection civile de la Gironde.

Il réunira ce jour le comité départemental « 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 et les personnes isolées.

En période de canicule, il est important d'adopter les bons gestes et de suivre les recommandations suivantes :

- 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 ;
- rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour (notamment le visage et les avants bras);
- utilisez ventilateur et/ou climatisation si vous en disposez. Sinon passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale ...)
- évitez de sortir dans la mesure du possible aux heures les plus chaudes (11h-21h) et limitez vos activités physiques ;
- pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et si nécessaire demandez l'aide.
- Il est par ailleurs impératif d'éviter toute activité susceptible de déclencher des feux de végétaux.

Toutes les recommandations pour se protéger contre les fortes chaleurs sont consultables sur le site internet du ministère des solidarités et de la santé www.solidarites-sante.gouv.fr et des services de l'État en Gironde : www.gironde.gouv.fr.

Pour tous renseignements supplémentaires : contacter la plateforme téléphonique national 0800 06 66 66 (appel gratuit entre 9h et 19h).

Si vous avez connaissance de personnes seules ou isolées, contacter le C.C.A.S de votre commune.

En période de canicule,
il y a des risques pour ma santé,
quels sont les signaux d'alerte?



Crampes



Fatigue inhabituelle



Maux de tête



Fièvre > 38°C



Vertiges / Nausées



Propos incohérents

Si vous voyez quelqu'un victime
d'un malaise, **appelez le 15.**

RON À SAVOIR

À partir de 60 ans ou en situation de handicap,
je peux bénéficier d'un accompagnement
personnalisé. Il me suffit de contacter ma mairie ou
mon Centre Communal d'Action Sociale (CCAS).

En période de canicule,
quels sont les bons gestes?



JE BOIS
RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU



Je mouille
mon corps et
je me ventile



Je mange
en quantité
suffisante



J'évite les efforts
physiques



Je ne bois pas
d'alcool



Je maintiens
ma maison au frais :
je ferme les volets
le jour



Je donne et
je prends
des nouvelles
de mes proches

ATTENTION

Je suis particulièrement concerné si je suis enceinte,
j'ai un bébé ou je suis une personne âgée.
Si je prends des médicaments : je demande conseil
à mon médecin ou à mon pharmacien.