



PRÉFÈTE DE LA HAUTE-MARNE

Chaumont, le 22 juillet 2019

COMMUNIQUE DE PRESSE

Fortes chaleurs dans le département de la Haute-Marne Déclenchement du niveau 3 – vigilance orange canicule

Suite au passage en vigilance «orange» par Météo France, **Élodie DEGIOVANNI, Préfète de la Haute-Marne**, a décidé de déclencher le **niveau 3 « Alerte canicule »** du plan canicule, en prévision des fortes chaleurs annoncées pour les jours à venir.

L'ensemble des services concernés et des maires ont été alertés par la préfecture des mesures à prendre.

Dans le cadre de ce plan, plusieurs dispositions sont prises localement :

Tous les services sanitaires de la région et du département sont mobilisés et les mesures de prévention prévues dans le plan canicule sont immédiatement mises en œuvre.

Il s'agit notamment :

- d'assurer la permanence des soins auprès des médecins et la bonne réponse du système de santé ;
- de mobiliser les établissements accueillant des personnes âgées et en situation de handicap pour prévenir les risques sanitaires liés à la chaleur ;
- de mobiliser les associations et services publics locaux pour permettre l'assistance aux personnes isolées et/ou à risque ;
- de mettre en œuvre des actions locales d'information sur les mesures préventives.

Les décisions mises en œuvre par la Préfète pourront être adaptées en fonction de l'évolution des conditions météorologiques et des indicateurs de l'activité sanitaire locale.

Les conseils de prévention :

La préfecture souhaite rappeler les recommandations notamment aux personnes fragiles (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées ou malades à domicile, personnes dépendantes, femmes enceintes...), les quelques conseils-clés utiles en cas de fortes chaleurs :

- **Buvez** régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- **Rafraîchissez-vous** et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avant-bras) plusieurs fois par jour ;
- **Mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool ;**
- **Évitez de sortir aux heures les plus chaudes et passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais** (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché...) ;

- **Evitez les efforts physiques ;**
- **Maintenez votre logement frais** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- **Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles** à vos proches et, dès que nécessaire, **osez demander de l'aide.**

***Petit mémo des signes d'alerte de déshydratation,
notamment 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, voire 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).

Les employeurs sont incités à prendre les mesures visant à assurer la sécurité et à protéger la santé des travailleurs de leurs établissements (aménagement d'horaires, limitation ou report des activités exigeant un effort physique : port de charge, exposition au soleil aux heures les plus chaudes...)

Pour connaître les obligations des employeurs et en savoir plus :

[http://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/Plan_canicule - Fiche 3.21 - les travailleurs.pdf](http://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/Plan_canicule_-_Fiche_3.21_-_les_travailleurs.pdf)

Pour toute information complémentaire :

Site du ministère chargé de la Santé :

<http://www.sante.gouv.fr/canicule-et-chaleurs-extremes.html>

Site de Météo France : **www.meteofrance.com**

Site de l'Institut national de prévention et de d'éducation pour la santé : www.inpes.sante.fr

La plate-forme téléphonique « Canicule info service » : 0 800 06 66 66 (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.

Rappel :

En cas de malaise ou de troubles de comportement, appelez votre médecin ou le 15 (Samu) ou le 18 (Pompiers) ou le 112 (numéro d'urgence unique européen).

Contact Presse :

pref-communication@haute-marne.gouv.fr

03 25 30 52 52