

PRÉFET DES PYRÉNÉES-ORIENTALES

Communiqué de presse du 3 août 2017

Passage au niveau 2 du plan départemental canicule

En raison des fortes températures, le département est placé par Météo France en vigilance jaune canicule, à compter de ce jour pour une durée qui pourrait prendre fin dans le week-end. Monsieur le Préfet des Pyrénées-Orientales a donc décidé de mettre en œuvre les dispositions du niveau 2 du plan départemental canicule.

Le niveau 2 de ce plan constitue un niveau de communication renforcé en direction du public et des acteurs par rapport aux actions menées en veille saisonnière (*niveau 1*).

Rappel des conseils de comportement afin de lutter au mieux contre les conséquences de la chaleur :

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

En amont des fortes chaleurs, les personnes fragiles peuvent par ailleurs, en lien avec leur entourage :

- Prévoir le matériel nécessaire pour lutter contre la chaleur : brumisateur, ventilateur... ;
- Faire une liste des lieux climatisés (ou frais) où se rafraîchir près de chez elles : grande surface, commerce, cinéma, musée... ;
- Ne pas hésitez à demander conseil à leur médecin traitant, tout particulièrement en cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier (adaptation de doses par exemple).

Si vous connaissez des personnes âgées, handicapées ou fragiles qui sont isolées, incitez les à s'inscrire sur la liste mise à leur disposition par chaque mairie afin de recevoir de l'aide de bénévoles, et, pendant une vague de chaleur, prenez de leurs nouvelles régulièrement.

Pour plus d'information :

www.sante.gouv.fr

www.metel.fr