Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

PRÉFET DU RHÔNE

CABINET DU PREFET - Communication Presse

Lyon, le 18 août 2011

"Alerte canicule"

COMMUNIQUE DE PRESSE

ALERTE CANICULE DECLENCHEMENT DU NIVEAU « MISE EN GARDE ET ACTIONS »

Préparez-vous aux fortes chaleurs prévues

Compte tenu des prévisions météorologiques des trois prochains jours pour le département du Rhône (températures dépassent les seuils d'alerte : Nuit : 20° - Jour : 35° voire 37°), en lien avec l'agence régionale de santé Rhône-Alpes Jean-Pierre CAZENAVE-LACROUTS, préfet délégué pour la défense et la sécurité a décidé d'activer le niveau « mise en garde et actions » du plan canicule à partir de ce jour 16h. Ainsi les services de l'Etat, les services de secours et santé, et les collectivités territoriales renforcent leur mobilisation. Des informations et conseils seront régulièrement donnés à la population.

Renseignements : www.sante.gouv.fr/canicule-et-chaleurs-extremes ou www.ars.rhonealpes.sante.fr
« canicule info service » 0 800 06 66 66 / numéro gratuit : du lundi au samedi de 8h à 20h

numéros d'urgence : SAMU : 15 / SDIS : (pompiers) 18 ou numéro d'urgence unique européen : 112

Cette période est propice aux pathologies liées à la chaleur et à l'aggravation de pathologies préexistantes, surtout chez les personnes fragiles et les personnes particulièrement exposées à la chaleur.

RECOMMANDATIONS :
Ecoutez et/ou lisez régulièrement les informations et prévisions météorologiques.
Contactez votre mairie ou le centre communal d'action sociale pour connaître les aides disponibles.

Protégez-vous de la chaleur :
* Evitez les sorties et les activités aux heures les plus chaudes et plus encore les activités physiques : sport, jardinage, bricolage…
* Si vous devez sortir, restez à l'ombre, portez un chapeau, des vêtements légers (coton) et de couleur claire. Emportez avec vous une bouteille d'eau
* Fermez les volets et les rideaux des façades exposées au soleil
* Maintenez les fenêtres fermées tant que la température extérieure est supérieure à la température intérieure. Ouvrez-les la nuit, en provoquant des courants d'air

Rafraîchissez-vous :
* Restez à l'intérieur de votre domicile dans les pièces les plus fraîches
* Si vous ne disposez pas d'une pièce fraîche chez vous, rendez vous et restez au moins deux heures dans des endroits climatisés (supermarchés, cinémas, musées…) ou, à défaut, dans des lieux ombragés à proximité de votre domicile
* Prenez des douches ou des bains et humidifiez–vous le corps à l'aide d'un brumisateur ou d'un gant de toilette plusieurs fois par jour. Vous pouvez également humidifier vos vêtements.

Buvez et continuez à manger
* Buvez le plus possible même sans soif : eau, jus de fruit…
* Ne consommez pas d'alcool
* Mangez comme d'habitude, de préférence des fruits et légumes

CABINET DU PREFET - Communication Presse

N'hésitez pas à aider et à vous faire aider
* Si vous prenez des médicaments ou si vous ressentez des symptômes inhabituels demandez conseil à votre médecin et à votre pharmacien
* Soyez attentifs aux personnes isolées, fragiles ou dépendantes, organisez leur soutien.

Contact presse : Audrey BORREGO – 04 72 61 66 84