

DIRECTION DES SERVICES DU CABINET

Gap, le 1^{er} août 2017

BUREAU DE LA COMMUNICATION
ET DE LA REPRÉSENTATION DE L'ÉTAT

28, Rue Saint-Arey
05011 GAP Cedex
www.hautes-alpes.gouv.fr

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Passage du département des Hautes-Alpes en Vigilance Orange Canicule

Météo France a annoncé le passage en **Vigilance Orange Canicule** du département des Hautes-Alpes ce jour à partir de 16h30. Les températures baisseront dans la nuit de mardi à mercredi et en fin de nuit de mercredi à jeudi mais pourront en journée dépasser les 38°, et jusqu'à 39° dans le sud du département.

Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 40°C, une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, une somnolence, une soif intense, une confusion, des convulsions et une perte de connaissance. Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé. Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les nourrissons et enfants, les personnes atteintes de maladies chroniques ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, les personnes isolées, les sportifs et les personnes travaillant en extérieur. En conséquence, la population est invitée à respecter certains conseils de comportement.

Pour se protéger des fortes chaleurs

- Maintenir son logement frais (fermer fenêtres et volets la journée, les ouvrir le soir et la nuit s'il fait plus frais ;
- Boire régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- Se rafraîchir et se mouiller le corps plusieurs fois par jour ;
- Passer si possible 2 à 3 heures par jour dans un lieu frais (cinéma, supermarché, etc.) ;
- Éviter de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique ;
- Les nourrissons et jeunes enfants ne doivent jamais être laissés en plein soleil, même quelques minutes, particulièrement dans des véhicules fermés.

Qui contacter :

- Ne pas hésiter à consulter votre médecin traitant ;
- Les personnes les plus fragiles sont invitées à se signaler en mairie ;
- En cas de malaise, appeler ou faire appeler le 112 ;
- En cas de besoin, appeler le numéro vert du ministère de la santé : 0 800 06 66 66, service ouvert de 09h00 à 19h00 ;
- Penser à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches dès que nécessaire, oser demander de l'aide à vos voisins, aux commerçants de votre quartier.