



PRÉFET DU BAS-RHIN

CABINET DU PRÉFET
Pôle de la communication
interministérielle

Strasbourg, le 1^{er} août 2013

COMMUNIQUE DE PRESSE

AVERTISSEMENT VAGUE DE CHALEUR DANS LE DEPARTEMENT DU BAS-RHIN (vigilance jaune) – niveau 2 du plan canicule

Après le rafraîchissement de ces derniers jours, Météo-France annonce une nouvelle vague de chaleur dans les prochains jours et a de nouveau placé le département du Bas-Rhin en vigilance jaune qui correspond au niveau 2 du plan canicule.

Les températures avoisineront les 18 à 21° de nuit et 35 à 37° lors du pic de chaleur dans l'après-midi de vendredi. Une baisse marquée interviendra samedi dans la journée.

Compte tenu de ces conditions météorologiques, la Préfecture du Bas-Rhin rappelle les recommandations sanitaires à suivre.

Voici quelques conseils simples pour vous protéger et lutter contre les excès de chaleur :

- Si vous avez dans votre entourage des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour
- Accompagnez-les dans un endroit frais
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie
- Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit.
- Utilisez ventilateur et /ou climatisation si vous en disposez
- Sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) trois heures par jour
- Rafraîchissez-vous plusieurs fois par jour au moyen d'un brumisateur, d'un gant de toilette, ou en prenant des douches ou des bains
- Buvez au moins 1,5 litres d'eau par jour, même sans soif
- Continuez à manger normalement
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes
- Si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers
- Limitez vos activités physiques
- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin

Pour en savoir plus

Plan canicule national :

www.sante.gouv.fr/canicule

Numéro vert : 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe en France)