



PREFET DE LA HAUTE-SAONE

Vesoul, le 30-06-15

Passage au niveau 3 "Alerte canicule" du plan départemental canicule

CHALEUR : CONSEILS DE PREVENTION

Météo France vient de placer le département de la Haute-Saône en vigilance Orange "canicule" à compter de ce jour 30 juin 2015 à 16h00.

Compte tenu des fortes chaleurs annoncées dans le département de la Haute-Saône, le préfet, ainsi que les services sanitaires départementaux, rappellent quelques conseils de prévention, notamment à destination des personnes âgées de plus de 65 ans, des personnes handicapées ou malades à domicile, des personnes dépendantes et des personnes fragiles.

- 1 – **faites-vous recenser** sur le registre des personnes isolées à domicile, tenu par le secrétariat de votre mairie,
- 2 – **buvez** fréquemment et abondamment (au moins 1,5 litre d'eau par jour même si vous n'avez pas soif),
- 3 – **rafraîchissez-vous** et mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour (douches, bains, brumisateur ou gant de toilette mouillé, sans vous sécher),
- 4 – **évitez de sortir aux heures les plus chaudes** (11 h – 21 h) et de pratiquer une activité physique,
- 5 – **maintenez votre logement frais** (fermez les fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais),
- 6 – **prenez si possible 2 à 3 heures par jour dans un endroit frais** (cinémas, bibliothèques municipales, supermarchés ...),
- 7 – aidez les personnes les plus fragiles et demandez de l'aide.

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez appeler le **numéro vert : 0 800 06 66 66**, ouvert du lundi au samedi, de 8 heures à 20 heures.

CONTACT PRESSE

Nathalie Raymond
03 84 77 70 13

nathalie.raymond@haute-saone.gouv.fr