

> Plan départemental canicule Niveau 2 : avertissement chaleur

Le département de Loir-et-Cher est actuellement en niveau 2 « Avertissement chaleur » du plan départemental de gestion d'une canicule.

Météo France prévoit dans le département de très fortes chaleurs durables supérieures à la normale. Ce lundi 18 juillet 2016, des températures très élevées sont attendues. Ces températures vont s'intensifier mardi 19 et mercredi 20 juillet (températures comprises entre 35 et 38°C).

- **Conseils de prévention :**

- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin ;
- Si vous avez des personnes âgées souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour ;
- 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, cinéma, magasin...) deux à trois heures par jour ;
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains ;
- Buvez beaucoup d'eau et mangez normalement ;
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h-21h) ;
- Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers ;
- Limitez vos activités physiques.

Une plate-forme téléphonique nationale est mise en place afin de donner des conseils et des recommandations : **0 800 06 66 66** (appel gratuit depuis un poste fixe)

Des supports d'information sont mis à disposition sur les sites suivants :

- [Ministère de la santé](#)
- [Météo France](#)
- [Agence régionale de santé](#)

CONTACTS PRESSE // SERVICE DÉPARTEMENTAL DE LA COMMUNICATION INTERMINISTÉRIELLE

Claire **BRIANÇON-MARJOLLET**

02.54.81.55.15 - 06 89 88 49 45
claire.briancon-marjollet@loir-et-cher.gouv.fr

Retrouvez-nous sur WWW.LOIR-ET-CHER.GOUV.FR