



# PRÉFET DE L'ORNE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### Vague de chaleur Le préfet appelle à la vigilance de tous

Alençon, le 14 juin 2022

Météo France annonce qu'une vague précoce de forte chaleur traversera la France à compter du mercredi 15 juin. Si cette vague de chaleur sera de moindre intensité dans la partie Nord du pays, les températures pourraient toutefois atteindre 35°C en fin de semaine, dans le département de l'Orne.

Les vagues de chaleurs sont susceptibles de présenter des risques pour la santé humaine, en particulier chez les personnes vulnérables (personnes âgées et handicapées, enfants en bas âge, femmes enceintes, personnes en situation de grandes précarité, personnes qui prennent régulièrement des médicaments), les sportifs et les personnes exerçant une activité professionnelle en extérieur.

Conformément aux dispositions du plan ORSEC « vagues de chaleur », le préfet a demandé à l'ensemble des services de l'État, ainsi qu'à l'ensemble des maires, d'assurer une veille renforcée de ce phénomène exceptionnel et précoce.

Il invite chacun à observer et à relayer le plus largement possible les recommandations sanitaires qui suivent.

#### **Recommandations à adopter en période de fortes chaleurs :**

- 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. Accompagnez-les dans un endroit frais ;
- Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit ;
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide 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 (11h-21h) ;
- Si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers de couleur claire ;
- Limitez vos activités physiques.

#### **En cas de difficultés :**

- Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 38°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.
- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez le 15 ;
- Si vous avez besoin d'une aide qui ne concerne pas une urgence vitale, appelez votre mairie.