



## Direction générale de la santé

Paris, le 26 juin 2015

### Communiqué de presse

## Hausse des températures la semaine prochaine : préparez vous pour que tout se passe bien !

Météo France prévoit une séquence de températures très élevées à partir de dimanche et tout au long de la semaine prochaine. Plusieurs dizaines de départements seront progressivement concernés. Ces conditions météorologiques particulières et les niveaux de vigilance qu'elles entraînent seront précisés par Météo-France dans les prochains jours.

Le ministère des Affaires sociales, de la Santé et des Droits des femmes, ainsi que les services sanitaires dans les départements concernés, sont **pleinement mobilisés**. Comme chaque année, le niveau 1 de veille saisonnière du Plan national canicule (PNC) a été déclenché le 1<sup>er</sup> juin. Les autres mesures de gestion et de communication prévues dans le PNC seront progressivement mises en œuvre en fonction de l'évolution de la situation.

**En ce début de période estivale et en prévision des épisodes de chaleur à venir, la Direction générale de la santé rappelle les conseils simples à adopter par tous, mais surtout par les personnes fragiles les plus à risques** (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées ou malades à domicile, personnes dépendantes, femmes enceintes...) afin de lutter au mieux contre les conséquences de la chaleur :

- **Buvez régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif ;**
- **Rafrâchez-vous** et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avants bras) plusieurs fois par jour ;
- **Mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool ;**
- **Évitez de sortir aux heures les plus chaudes et passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais** (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché, musée...);
- **Évitez les efforts physiques ;**
- **Maintenez votre logement frais** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- **Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles** à vos proches et, dès que nécessaire, **osez demander de l'aide ;**
- **Consultez régulièrement le site de Météo-France pour vous informer.**

**En amont des fortes chaleurs, les personnes fragiles peuvent par ailleurs, en lien avec leur entourage :**

- **Prévoir le matériel** nécessaire pour lutter contre la chaleur : brumisateur, ventilateur....
- **Faire une liste des lieux climatisés** (ou frais) où se rafraîchir près de chez elles : grande surface, commerce, cinéma, musée...
- **Ne pas hésiter à demander conseil à leur médecin traitant**, tout particulièrement en cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier (adaptation de doses par exemple).

**Si vous connaissez des personnes âgées, handicapées ou fragiles qui sont isolées, incitez les à s'inscrire sur la liste mise à leur disposition par chaque mairie afin de recevoir de l'aide de bénévoles, et, pendant une vague de chaleur, prenez de leurs nouvelles régulièrement.**

---

## Pour en savoir plus :

Le PNC se divise en **quatre niveaux d'intervention** :

- **Le niveau 1** correspond au niveau de vigilance verte pour le paramètre « canicule » de la carte de Météo-France : il engage l'évaluation systématique des risques météorologiques par Météo-France et des risques sanitaires par l'Institut de veille sanitaire (InVS), ainsi que la diffusion des documents d'information aux Agences régionales de santé, établissements de santé, collectivités locales, associations, etc. ;
- **Le niveau 2** correspond au niveau de vigilance jaune pour le paramètre « canicule » de la carte de Météo-France : il engage principalement un niveau de veille renforcée, d'anticipation et de préparation à un renforcement des mesures de gestion par les Agences régionales de santé (ARS), notamment via la mise en œuvre d'actions de communication locales et ciblées.
- **Le niveau 3** ou « Alerte canicule » correspond au niveau de vigilance orange pour le paramètre « canicule » de la carte de Météo-France : déclenché par les préfets de départements, en lien avec les Agences régionales de santé (ARS), il engage la mise en œuvre d'actions de prévention, de communication et de gestion spécifiques par les services publics et les acteurs territoriaux de façon adaptée à l'intensité et à la durée du phénomène (l'InVS analyse pour sa part les indicateurs sanitaires en lien avec la chaleur afin de détecter un éventuel impact de la canicule) ;
- **Le niveau 4** correspond au niveau de vigilance rouge pour le paramètre « canicule » de la carte de Météo-France (canicule avérée exceptionnelle, très intense et durable) : il engage une mobilisation maximale des services de l'Etat et des autorités sanitaires notamment avec l'activation de la Cellule interministérielle de crise (CIC), qui regroupe l'ensemble des ministères concernés. Cette situation entraîne le renforcement de toutes les mesures de gestion et de communication existantes et la mise en œuvre de mesures exceptionnelles, notamment un dispositif de communication « d'urgence ».

Les conseils de prévention, ainsi que les outils élaborés par le ministère chargé de la santé et l'Institut national d'éducation et de prévention pour la santé (INPES) figurent sur les sites Internet du ministère et de l'Institut.

Vous pouvez consulter en particulier les pages suivantes :

<http://www.sante.gouv.fr/canicule-et-chaleurs-extremes.html>

[http://www.inpes.sante.fr/10000/themes/evenement\\_climatique/canicule/canicule-outils.asp](http://www.inpes.sante.fr/10000/themes/evenement_climatique/canicule/canicule-outils.asp).

## Contacts presse :

Service de presse de la Direction générale de la santé - 01 40 56 84 00 [presse-dgs@sante.gouv.fr](mailto:presse-dgs@sante.gouv.fr)