



**PRÉFÈTE
DE LA SOMME**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Amiens, le 06/08/2020

PLAN CANICULE – DECLENCHEMENT DU NIVEAU 2 AVERTISSEMENT CHALEUR

La préfète de la Somme informe du passage au niveau 2 « avertissement chaleur » du plan canicule.

Météo-France annonce des fortes chaleurs dès aujourd'hui dans un contexte de nette hausse des températures, les valeurs maximales les plus élevées étant attendues pour vendredi 7 et samedi 8 août 2020. Ces fortes chaleurs vont se poursuivre durablement jusqu'à l'arrivée par l'ouest d'une dégradation orageuse prévue le mercredi 12 août.

Les températures maximales atteindront ce jeudi les 33 à 35 degrés dans l'intérieur, et de 25 à 29 degrés sur le littoral.

Compte tenu de ces conditions météorologiques, la Préfecture de la Somme rappelle les recommandations sanitaires à suivre pour vous protéger et lutter contre les excès de chaleur.

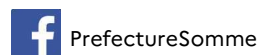
Les conseils de prévention

La préfecture souhaite rappeler, notamment aux personnes fragiles (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées, ou malades à domicile, personnes dépendantes), les mesures de vigilance à adopter en cas de fortes chaleurs :

- ***maintenez votre logement frais*** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- ***buvez*** régulièrement et fréquemment de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- ***rafraîchissez-vous*** plusieurs fois par jour (notamment le visage et les avants bras) ;
- ***prenez plusieurs heures par jour dans un lieu frais*** (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché...) ;
- ***évitez de sortir aux heures les plus chaudes*** et de pratiquer une activité physique ;
- ***pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches*** et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide.

**Service communication et
représentation de l'État**

Tél : 03 22 97 81 48
Mél : pref-communication@somme.gouv.fr



51, Rue de la République
80000 Amiens

Signes d'alerte de déshydratation chez la personne âgée :

- Modification du comportement habituel, grande faiblesse, grande fatigue, difficulté inhabituelle à se déplacer.
- Maux de tête, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, convulsions.
- Nausées, vomissements, diarrhée, soif.
- Crampes musculaires.
- Température corporelle élevée (supérieure à 38,5°C).
- Agitation nocturne inhabituelle.

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes (notamment les travailleurs exposés à la chaleur) s'exposent aussi au risque de la déshydratation, car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température. Pour y remédier, ils doivent boire abondamment, surtout de l'eau ou des boissons non alcoolisées .

Dans tous les cas, il convient :

- d'éviter les efforts physiques,
- de rester le moins possible exposé à la chaleur,
- de ne pas rester en plein soleil,
- de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur.

Plate-forme téléphonique nationale 0 800 06 66 66

Fonctionne tous les jours, de 9h00 à 19h00 (appel gratuit depuis un poste fixe en France). Ce numéro permet d'obtenir des conseils pour aider à supporter les fortes chaleurs et des informations utiles en cas de situation particulière.