

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Digne-les-Bains, le 10 août 2021

### **PLAN NATIONAL CANICULE**

#### **Vigilance JAUNE avec situation météorologique à surveiller Canicule**

Météo France prévoit un épisode persistant de chaleur sur le département des Alpes-de-Haute-Provence à partir de d'aujourd'hui, **10 août 2021 jusqu'au 12 août 2021 à 16 heures**.

Sur les départements des Alpes-Maritimes et des Alpes-de-Haute-Provence, la vigilance canicule est de couleur jaune en raison de températures élevées et cette forte chaleur devrait s'intensifier les jours suivants.

#### **Dans les Alpes-de-Haute-Provence**

Les températures sont encore fraîches mercredi matin. Elles **augmentent fortement** en journée pour atteindre au maximum 36 à 37 °C sur la moitié ouest du département et localement jusqu'à 38°C dans la région de Manosque.

Les températures minimales des nuits suivantes sont de l'ordre de 18 à 20 °C. Les températures maximales de jeudi et vendredi sont proches ou légèrement supérieures à celles que l'on attend demain mercredi, toujours sur la moitié ouest du département.

Dans ce contexte, la préfète des Alpes-de-Haute-Provence rappelle les **recommandations** éditées par l'Institut National de prévention et d'éducation pour la santé (INPES).

- Boire beaucoup de liquide sans attendre d'avoir soif, sauf s'il y a contre-indication médicale ;
- éviter les boissons alcoolisées ou à forte teneur en caféine (café, thé, cola) ou très sucrées, car ces liquides font perdre des fluides corporels nécessaires à la résistance à la chaleur ;
- s'installer si possible dans un endroit frais, à l'air climatisé ou à l'ombre ;
- éviter les activités et les exercices intenses à l'extérieur ;
- se protéger du soleil, porter des vêtements légers, de préférence de couleur pâle, et un chapeau,
- prendre une douche ou un bain à l'eau fraîche ;
- se munir d'un climatiseur pour rafraîchir le logement, ou passer quelques heures dans un endroit climatisé pour aider le corps à contrôler sa température ;

- penser aussi à prendre des nouvelles de votre entourage en particulier des personnes âgées ;
- en présence d'une personne victime d'un malaise ou d'un coup de chaleur, appeler immédiatement le 15.

Pour les personnes âgées ou souffrant de maladies chroniques :

- mouiller sa peau plusieurs fois dans la journée ;
- ne pas sortir aux heures les plus chaudes ;
- passer plusieurs heures dans un endroit frais ;
- manger normalement et boire environ 1,5 l d'eau par jour ;
- consulter son médecin traitant afin de vérifier si les médicaments augmentent les risques en cas de chaleur accablante et demander les conseils à suivre ;
- donner régulièrement des nouvelles à son entourage et si l'on ne se sent pas bien, lui demander de l'aide ou appeler le 15.

Pour les jeunes enfants :

- prévoir une alimentation liquide suffisante ;
- leur faire porter des vêtements légers ;
- ne jamais les laisser seuls dans une voiture avec les fenêtres fermées.

## Outils d'information

Une plate-forme téléphonique nationale, « Canicule info service » : 0 800 06 66 66 (appel gratuit), diffuse des messages de conseils et de recommandations et traite des demandes d'informations générales.

## Adresses utiles

Site de la préfecture des Alpes-de-Haute-Provence : <http://www.alpes-de-haute-provence.gouv.fr>

Site du ministère des solidarités et de la santé : <http://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/canicule>

Site de Météo France : [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

Site de l'Institut national de prévention et de l'éducation pour la santé : <http://inpes.santepubliquefrance.fr>

Site de l'Institut de veille sanitaire : <http://invs.santepubliquefrance.fr>

Site des ARS : [www.ars.sante.fr](http://www.ars.sante.fr)

Site du Ministère du travail : <https://travail-emploi.gouv.fr/sante-au-travail/prevention-des-risques-pour-la-sante-au-travail/article/chaleur-et-canicule-au-travail-les-precautions-a-prendre>

Les décisions mises en œuvre par la préfète pourront être révisées en fonction de l'évolution des conditions météorologiques et des indicateurs de l'activité sanitaire locale.

## Service de la communication et de la représentation de l'État

Tél : 04 92 36 72 10

04 92 36 73 16

Mél : [pref-communication@alpes-de-haute-provence.gouv.fr](mailto:pref-communication@alpes-de-haute-provence.gouv.fr)

8 Rue du Docteur ROMIEU  
04016 Digne-les-Bains Cedex