

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### Vigilance météorologique Jaune (niveau 2) pour épisode de fortes chaleurs/canicule #Gestion sanitaire des vagues de chaleur

Nîmes, le 10 août 2021



Les services de Météo France viennent de placer le département du Gard en vigilance météorologique jaune de niveau 2 pour épisode de fortes chaleurs/canicule.

En effet, dans la journée de mercredi (demain), des températures de plus de 35°C seront observées sur l'ensemble du département atteignant même les 40°C en plaine.

Dans la nuit de mercredi à jeudi les températures ne baisseront pas en dessous de 22°C. Les deux jours à venir seront donc les plus à risques pour les personnes les plus fragiles et les salariés travaillant à l'extérieur.

La préfète du Gard appelle à la prudence et au respect des bons comportements à adopter dans la mesure où les températures resteront élevées en journée jusqu'au lundi 16 août inclus.

### Conseils de comportement :

- 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. Accompagnez-les dans un endroit frais ;
- 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, cinémas...) deux à trois heures par jour ;
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateuse, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains ;
- Adultes et enfants : buvez beaucoup d'eau. Pour les personnes âgées : buvez 1.5L d'eau par jour 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 ;
- Tenez-vous informés sur les sites internet : [www.gard.gouv.fr](http://www.gard.gouv.fr), [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) ou encore [www.occitanie.ars.sante.fr/](http://www.occitanie.ars.sante.fr/)