

ALERTE

VIGILANCE ORANGE CANICULE

Le préfet des Ardennes vous informe que le département des Ardennes va être placé en vigilance orange canicule à compter de **ce vendredi 19 juin à 12H00.**

Météo France annonce un épisode caniculaire nécessitant une vigilance particulière pour les personnes sensibles, d'autant que cet épisode risque de persister.

Évolution prévue : la chaleur s'accroît sur les régions du Nord-Est. Sur le département des Ardennes, il est attendu entre 31 et 34°C au plus chaud en cette fin de journée.

Nuit de jeudi à vendredi : les températures s'échelonnent globalement de 17 à 20°C.

Journée de vendredi 19 juin : la canicule se poursuit avec des températures maximales entre 32 et 36°C.

Nuit de vendredi à samedi : les minimales sont du même ordre de grandeur que la nuit précédente, entre 17 et 20°C.

L'épisode de canicule se poursuit encore plusieurs jours.

Conséquences possibles:

La canicule représente une menace pour chacun d'entre nous y compris les sujets en bonne santé.

Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les enfants, les femmes enceintes, les personnes atteintes de maladie chronique ou de troubles de la santé mentale et les personnes isolées.

Pour les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, il y a lieu de faire attention à la déshydratation et au coup de chaleur.

→ *Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 40°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.*

Conseils de comportement:

- Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres, aérez la nuit
- Utilisez ventilateur et/ou climatisation si vous en disposez ou essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé deux à trois heures par jour
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains
- Buvez de l'eau en quantité suffisante et évitez l'alcool

- Continuez à manger normalement
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes
- Limitez vos activités physiques et sportives

- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie
 - 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

Vous pouvez retrouver tous les conseils de prévention sur les sites du ministère de la Santé (sante.gouv.fr) et de Météo France (<https://meteofrance.com>).

Le Préfet des Ardennes appelle chacun à la plus grande vigilance