

# VIGILANCE ORANGE CANICULE pour l'ensemble des départements des Hauts-de-France

Mise à jour le 17/07/2022

Dans son bulletin du dimanche 17 juillet 2022, Météo France annonce un passage de la vigilance jaune à la vigilance orange canicule ce lundi 18 juillet à partir de 12h pour les cinq départements de la région Hauts-de-France.

Cet épisode se traduira par un pic de chaleur exceptionnel de deux jours avec des températures maximales pouvant atteindre 40 degrés à l'intérieur et sur le littoral et ce, jusqu'à mardi fin d'après-midi.

La préfecture rappelle es conseils de prévention, en particulier à destination des personnes les plus fragiles et des travailleurs exposés à la chaleur.

De plus, compte tenu des températures très élevées à venir, les risques d'incendies sont très importants, notamment en raison de la période de moisson. Il est donc fortement recommandé de faire preuve de la plus grande vigilance pour ne pas déclencher d'étincelle ou de feu.

Pendant cette période, l'ensemble des services de l'État et des acteurs sont pleinement mobilisés pour venir en aide aux personnes les plus fragiles.

## **Se préparer au pic de chaleur**

Si vous connaissez des personnes âgées, handicapées ou fragiles isolées, incitez-les à s'inscrire sur la liste mise à leur disposition par chaque mairie, afin de recevoir l'aide de bénévoles.

Pendant la vague de chaleur, prenez de leurs nouvelles régulièrement. En prévision des fortes chaleurs, il est conseillé aux personnes fragiles, en lien avec leur entourage, de prévoir le matériel nécessaire pour lutter contre la chaleur (brumisateur, ventilateur par exemple) et faire une liste des lieux climatisés où se rafraîchir près de chez elles (grande surface, commerce, cinéma, musée, etc.). En toute situation, ne pas hésiter à demander conseil à son médecin traitant, tout particulièrement en cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier.

## **Pendant l'épisode de canicule, adoptez les bons réflexes**

Ces conseils simples sont 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, parents de jeunes enfants, collectivités accueillant des enfants...) afin de lutter au mieux contre les conséquences de la chaleur :

- boire régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- se rafraîchir le corps (au moins le visage et les avant-bras) plusieurs fois par jour ;
- manger en quantité suffisante et ne pas boire d'alcool ;
- éviter de sortir aux heures les plus chaudes et passer plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, musée...) ;
- porter un chapeau et des vêtements légers ;
- éviter les activités physiques et sportives ;

- maintenir son logement frais (fermez fenêtres et volets durant la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- donner régulièrement de ses nouvelles à ses proches et, dès que nécessaire, oser demander de l'aide ;
- pour les personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées, prendre de leurs nouvelles ou leur rendre visite. Les accompagner dans un endroit frais ;
- en cas de malaise ou de troubles du comportement, appeler un médecin.

### **Travailleurs exposés à la chaleur, protégez votre santé**

Certains facteurs liés à l'environnement et à la situation de travail peuvent augmenter les risques de malaises ou d'accidents (travailleurs du bâtiment, lieux exposés à des températures élevées, port de vêtement de protection...). En période de fortes chaleurs, l'activité doit être organisée en conséquence (aménagements d'horaires, limitation ou report des activités susceptibles d'avoir un effet délétère sur la santé de leurs travailleurs : port de charge, exposition au soleil aux heures les plus chaudes, etc.). De l'eau potable fraîche doit être mise à disposition des travailleurs.

Vous travaillez sous de fortes chaleurs ? Buvez beaucoup d'eau plusieurs fois par jour, soyez vigilant pour vos collègues et vous-même, protégez votre peau et votre tête du soleil, signalez-le lorsque vous vous sentez mal.

### **Covid-19, continuez d'appliquer les gestes barrières**

Le respect des gestes barrières reste conseillé et si vous portez un masque, il est impératif de ne pas l'humidifier même si cela peut procurer une sensation de rafraîchissement. Si le masque se trouve humidifié, par exemple à cause de la transpiration, il faut le changer rapidement, car son efficacité n'est plus assurée.

### **Une plate-forme téléphonique nationale**

Le ministre de la Santé et de la Prévention a annoncé l'activation du numéro : « Canicule info service » le 0800 06 66 66 joignable de 9h à 19h (appel gratuit depuis un poste fixe en France).

Les informations sont consultables sur le site Internet du ministère de la Santé et de la Prévention: <https://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/article/vagues-de-chaleur> et sur le site de l'[ARS](https://www.hauts-de-france.ars.sante.fr) : <https://www.hauts-de-france.ars.sante.fr>