

Place du 8 mai 1945  
Tél. : 02.48.64.78.18

## CANICULE NIVEAU ORANGE

Déclenchée par la Préfecture du Cher le 11 août 2024

Météo France place le département du Cher **en vigilance orange** à partir de 12h lundi 12 août en raison d'un épisode de forte chaleur de courte durée.

L'épisode caniculaire sur le Cher va persister jusqu'au mardi 13 août à 6h.

### Conseils et gestes simples à adopter par tous pour se protéger des fortes chaleurs :

- Buvez de l'eau plusieurs fois par jour
- Continuez à manger normalement.
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateuseur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains tièdes.
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h-21h).
- Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers.
- Essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé deux à trois heures par jour, tout en continuant de respecter la distanciation physique et les gestes barrière.
- Limitez vos activités physiques et sportives.
- Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit.
- Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite. Accompagnez-les dans un endroit frais.
- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin.
- Si vous avez besoin d'aide appelez la mairie.

### En voiture et lors de longs trajets :

- Ne laissez jamais une personne seule dans une voiture, en particulier un enfant, même pendant une très courte durée car la température dans l'habitacle peut augmenter très vite. De même, ne laissez jamais un animal seul dans une voiture ;
- Si possible, décalez votre trajet aux heures les moins chaudes ;
- Pensez à emporter de l'eau en quantité suffisante et un brumisateuseur pour les trajets en voiture ;
- Arrêtez-vous régulièrement pour vous reposer et vous rafraîchir : sur certaines aires d'autoroute, des fontaines à eau ou des zones de brumisation sont mises à votre disposition.

Pour plus d'information, vous pouvez consulter le site [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr).

Un numéro vert Canicule info service est à votre disposition : **0800 06 66 66**

**Le 15 (SAMU),**

Numéro d'appel gratuit du service d'aide médicale urgente

**Le 115,**

Numéro d'appel gratuit des urgences sociales, qui a pour mission d'informer, orienter et rechercher un hébergement pour les personnes sans domicile fixe.

Merci de votre compréhension  
Trouy le 12 août 2024