



Chambéry, le 01 juillet 2015

Communiqué de presse

Le préfet de la Savoie communique :

Fortes chaleurs dans le département de la Savoie

Déclenchement du niveau de mise en garde et actions (MIGA) du plan national canicule et recommandations sanitaires

L'Institut de veille sanitaire, en lien avec Météo France, prévoit dans le département de la Savoie plusieurs jours consécutifs de fortes chaleurs. Selon les prévisions météorologiques, les températures maximales devraient atteindre en moyenne 37.6°C, les températures nocturnes pouvant atteindre en moyenne 20.5° C pendant 6 jours.

Monsieur le préfet a donc déclenché ce jour le niveau de « mise en garde et actions » du plan national canicule.

L'ensemble des services sanitaires de la région et du département ont été mobilisés et les mesures de prévention prévues dans le plan national canicule et adaptées au niveau local ont immédiatement été mises en œuvre :

- surveillance de la permanence des soins auprès des médecins de ville et de la bonne réponse du système de soins ;
- mise en place de l'accueil des personnes à risque dans les locaux rafraîchis ;
- surveillance de l'adéquation des mesures prévues, de leur bonne application et transmission des informations à la préfecture de la zone de défense.

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

Les conseils de prévention

La préfecture de la Savoie et les services de l'Agence Régionale de Santé (ARS) de Rhône-Alpes souhaitent rappeler, notamment aux personnes fragiles (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées, ou malades à domicile, personnes dépendantes), les quelques conseils clés utiles en cas de fortes chaleurs :

- **maintenez votre logement frais** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- **buvez** régulièrement et fréquemment de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- **rafraîchissez-vous** et mouillez-vous le corps au moins le visage et les avants bras plusieurs fois par jour ;
- **prenez si possible 2 à 3 heures par jour dans un lieu frais** (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché...) ;
- **évitez de sortir aux heures les plus chaudes** et de pratiquer une activité physique ;
- pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et dès que nécessaire, **osez** demander de l'aide.

Petit mémo des signes d'alerte de déshydratation chez la personne âgée.

- Modification du comportement habituel, grande faiblesse, grande fatigue, difficulté inhabituelle à se déplacer.
- Maux de tête, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, voire convulsions.
- Nausées, vomissements, diarrhée, soif.
- Crampes musculaires.
- Température corporelle élevée (supérieure à 38,5°C).
- Agitation nocturne inhabituelle.

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes s'exposent aussi au risque de la déshydratation car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température. Pour y remédier, ils doivent **boire abondamment surtout de l'eau ou des boissons non alcoolisées** (le surplus d'eau sera éliminé) et **rester le moins possible exposés à la chaleur**.

Il convient également d'**éviter les efforts physiques intenses, de ne pas rester en plein soleil et de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur**.

Pour toute information complémentaire :

- Le site Internet des services de l'Etat en Savoie : www.savoie.gouv.fr ou de l'ARS : www.ars.rhonealpes.sante.fr
- Site du ministère chargé de la Santé : www.sante.gouv.fr dossier « canicule et fortes chaleurs
- Site de Météo France : www.meteofrance.com
- Site de l'Institut national de prévention et de d'éducation pour la santé : www.inpes.sante.fr

**Plate-forme téléphonique nationale 0 800 06 66 66
(appel gratuit depuis un poste fixe en France)**

Contact presse :
☎ 04.79.75.50.00