

## La canicule

### Consignes :

- Passez au moins 3 heures par jour dans un endroit frais
- Rafraîchissez-vous, mouillez votre corps plusieurs fois par jour
- Buvez fréquemment et abondamment même sans soif
- Evitez de sortir aux heures les plus chaudes
- Evitez de pratiquer une activité physique
- N'hésitez pas à aider ou à vous faire aider

On parle de canicule lorsque persiste de fortes chaleurs sur plusieurs jours et que les températures nocturnes restent élevées.

En moyenne sur 3 trois jours, lorsque la température maximale devient supérieure à 34°C et la température minimale supérieure à 19°C un plan national canicule est déclenché.

Ce plan a pour objectif d'activer pendant la période d'été, un dispositif de vigilance et d'intervention auprès des personnes les plus vulnérables (personnes âgées, handicapées, populations fragiles).

Les collectivités assurent le recensement des personnes vulnérables, de plus de 65 ans ou handicapées, à leur demande.

## Comment m'informer d'un risque météorologique?

La vigilance météorologique a été conçue par Météo-France en collaboration avec les services de l'Etat pour informer et aider les collectivités et la population à prendre les bonnes décisions au bon moment en cas de phénomène météorologique dangereux.

Cette carte permet de savoir si, dans les 24 heures, un phénomène météorologique dangereux peut toucher le département.

<http://www.meteofrance.com/vigilance/index.html>

### Sa lecture s'effectue à deux niveaux:

#### • Les couleurs pour mesurer le niveau de risque



#### • Les symboles pour repérer le danger

