



Bordeaux, le 03/08/2018

Vague de chaleur dans plusieurs départements de Nouvelle-Aquitaine Recommandations sanitaires

10 départements de Nouvelle-Aquitaine ont été placés en vigilance orange « alerte canicule » : Charente, Corrèze, Creuse, Dordogne, Gironde, Landes, Lot-et-Garonne, Deux-Sèvres, Vienne et Haute-Vienne. Les températures devraient dépasser les 34°C en journée et ne pas descendre en dessous de 20°C la nuit pendant les prochains jours.

Conformément aux dispositions du plan canicule, l'ARS Nouvelle-Aquitaine a alerté les établissements accueillants des personnes âgées et en situation de handicap, ainsi que les établissements de santé afin qu'ils renforcent la prévention sur les risques sanitaires liés à la chaleur. Elle veille à l'organisation de la permanence des soins avec les médecins de ville, et de la bonne réponse du système de santé.

L'ARS Nouvelle-Aquitaine appelle par ailleurs chacun à la plus grande vigilance et rappelle, qu'en période de canicule, il est important d'adopter les bons gestes et de suivre les recommandations suivantes :

- **Buvez régulièrement** de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- **Rafrâchissez-vous** et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avants bras) plusieurs fois par jour ;
- **Mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool ;**
- **Maintenez votre logement frais** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- **Evitez de sortir aux heures les plus chaudes et passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais** (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché, musée...) ;
- **Evitez les efforts physiques ;**
- **Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles** à vos proches et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide ;
- **Si nécessaire, demandez conseil à votre médecin traitant**, tout particulièrement en cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier (adaptation de doses par exemple).

Pour toute information complémentaire, une plateforme téléphonique nationale a été activée :

0800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe en France, de 9h à 19h).

Elle permet d'obtenir des conseils pour se protéger et protéger son entourage, en particulier les plus fragiles.

Retrouvez les recommandations pour se protéger contre les fortes chaleurs et les outils de prévention sur le [site de l'ARS Nouvelle-Aquitaine](#) et sur les [sites internet des 12 Préfectures de la région](#).

Contacts presse :
Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine
Département communication
Marie-Claude SAVOYE
Tél : 05 47 47 31 45
ars-na-communication@ars.sante.fr