

Les risques climatiques



SOMMAIRE

Le risque grand froid	5
1. COMMENT SE MANIFESTE-T-IL ?	5
2. LES CONSÉQUENCES SUR LES BIENS ET L'ENVIRONNEMENT	6
2.1. Les conséquences sur l'homme	6
a. L'hypothermie	7
b. Les engelures	7
2.2. Les conséquences économiques	7
2.3. Les conséquences environnementales	8
3. LES ACTIONS PRÉVENTIVES DANS LE DÉPARTEMENT	8
3.1. La surveillance et la prévision des phénomènes	8
4. L'ORGANISATION DES SECOURS	9
4.1. l'alerte météo	9
4.2. Le plan grand froid	9
5. LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ	11
6. POUR EN SAVOIR PLUS	14
Le risque canicule	15
1. COMMENT SE MANIFESTE-T-IL ?	15
2. LES CONSÉQUENCES SUR LES PERSONNES, LES BIENS, L'ENVIRONNEMENT	16
2.1. Les conséquences sur l'homme	16
2.2. Les conséquences économiques	18
2.3. Les conséquences environnementales	18
3. LES ACTIONS PRÉVENTIVES DANS LE DÉPARTEMENT	18
3.1. La surveillance et la prévision des phénomènes	18
4. L'ORGANISATION DES SECOURS	19
4.1. L'alerte météo	19
4.2. Le plan canicule	19
5. LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ	21
6. POUR EN SAVOIR PLUS	23



Le risque grand froid

Un grand froid est un épisode de temps froid caractérisé par sa persistance, son intensité et son étendue géographique. L'épisode dure au moins deux jours.

1. COMMENT SE MANIFESTE-T-IL ?

En France métropolitaine, les températures les plus basses de l'hiver surviennent habituellement en janvier sur l'ensemble du pays. Mais des épisodes précoces (en décembre) ou tardifs (en mars ou en avril) sont également possibles.

Les climatologues identifient des périodes de froid remarquables en tenant compte des critères suivants :

- l'écart aux températures moyennes régionales ;
- les records précédemment enregistrés, l'étendue géographique ;
- la persistance d'un épisode de froid.

2. LES CONSÉQUENCES SUR LES BIENS ET L'ENVIRONNEMENT

D'une manière générale, le grand froid peut avoir des conséquences sur les personnes, l'économie et l'environnement.

2.1. Les conséquences sur l'homme

En matière de santé humaine le grand froid diminue, souvent insidieusement, les capacités de résistance de l'organisme. Comme la canicule, le grand froid peut tuer en aggravant des pathologies déjà présentes.

Pour toutes les personnes fragiles les risques sanitaires sont accrus :

- **personnes âgées** par la diminution de la perception du froid, de la performance de la réponse vasculaire, de la masse musculaire ou l'aggravation de pathologies existantes ;
- **nouveaux nés et nourrissons** qui s'adaptent moins bien aux changements de température ;
- **personnes à mobilité réduite**, celles non conscientes du danger ;
- **sans abris**, personnes dormant dans des logements mal chauffés ou mal isolés ;
- **personnes souffrant de maladies chroniques** cardiaques, respiratoires, de troubles neurologiques.

Les personnes en bonne santé peuvent également éprouver les conséquences du froid, notamment celles qui exercent un métier en extérieur (agents de la circulation, travaux du bâtiment, conducteurs de bus, chauffeurs de taxi...).

Les conséquences directes du froid sur la santé sont de deux ordres :

a. L'hypothermie

Lorsque la température du corps descend en dessous de 35°C, les fonctions vitales sont en danger. Difficile à détecter dès le début, l'hypothermie touche d'abord les plus fragiles. Les premiers symptômes :

- une prononciation saccadée ;
- une difficulté à marcher ;
- une perte de jugement, puis une confusion mentale ;
- une perte de coordination des membres ;
- un engourdissement progressif ;
- une perte de connaissance, puis un coma.

b. Les engelures

Ces engelures superficielles de la peau doivent être traitées rapidement avant de dégénérer en gelures. La peau se colore en blanc ou en jaune-gris et devient anormalement ferme ou malléable. On ressent un léger engourdissement, mais pas de douleur dans cette zone. Non traités, les tissus atteints deviennent noirs et peuvent se briser en cas de contact.

Une hypothermie ou des engelures doivent être signalés aux secours dès que possible.

Une conséquence indirecte du froid est l'intoxication par le monoxyde de carbone du fait de la mauvaise utilisation de certains appareils (appareils de chauffage d'appoint à combustion utilisés en continu, groupes électrogènes installés à l'intérieur d'un local..) ou de l'absence de ventilation dans la pièce où est installé l'appareil à combustion (pièces calfeutrées, sorties d'air bouchées).

2.2. Les conséquences économiques

Les périodes de grand froid provoquent le gel de nombreuses canalisations pouvant ainsi compromettre l'alimentation en eau des habitations mais aussi l'évacuation des eaux usées, suite à leur cassure ou à la formation de bouchon de glace.

Ces épisodes climatiques, lorsqu'ils sont accompagnés d'humidité, entraînent la formation d'épaisses couches de glace (le givre opaque) sur les poteaux et réseaux filaires. Ainsi, les ruptures d'alimentation en électricité et/ou téléphonie sont fréquentes et peuvent toucher de larges secteurs géographiques, et un grand nombre de personnes.

Dans certains cas, la surconsommation électrique peut, localement, entraîner des difficultés ponctuelles sur le réseau de distribution, à l'occasion de pics dus à l'usage intensif de radiateurs électriques.

2.3. Les conséquences environnementales

Des vagues de froid extrême peuvent avoir des répercussions sur la faune et la flore de la région surtout si elle est habituellement plus tempérée.

3. LES ACTIONS PRÉVENTIVES DANS LE DÉPARTEMENT

3.1. La surveillance et la prévision des phénomènes

La prévision météorologique est une mission fondamentale confiée à Météo-France. Elle s'appuie sur les observations des paramètres météorologiques et sur les conclusions qui en sont tirées par les modèles numériques, outils de base des prévisionnistes. Ces derniers permettent d'effectuer des prévisions à une échéance de plusieurs jours.

Au-delà de la simple prévision du temps, la procédure **Vigilance Météo** a pour objectif de souligner et de décrire les dangers des conditions météorologiques des prochaines 24 h.

Ces informations sont accessibles sur le site internet de Météo-France : www.meteofrance.com

Il existe trois niveaux de vigilance « Grand froid »

JAUNE
ORANGE
ROUGE

Ils sont établis par Météo France à partir des températures ressenties.

Ce dispositif a pour objectifs de :

<p>Limiter la surmortalité saisonnière en grande partie liée aux épidémies de maladies infectieuses, notamment respiratoires.</p>	<p>Prévenir les pathologies cardiovasculaires liées au grand froid, en particulier les maladies coronariennes et les accidents vasculaires cérébraux.</p>	<p>Protéger et prévenir les intoxications au monoxyde de carbone.</p>
---	---	---

Protéger les populations les plus vulnérables vis-à-vis du froid. Cela concerne les enfants, les personnes âgées, les personnes présentant certaines pathologies chroniques et les personnes ne pouvant se protéger du froid (personnes sans domicile ou demeurant dans des logements insalubres, mal chauffés ou mal isolés).

Dans tous les cas, restez à l'écoute des consignes données par les autorités, à la radio, à la télévision et sur les réseaux sociaux en suivant les comptes Twitter et Facebook officiels : @gouvernementFr, @place_Beauvau, comptes de la préfecture et des autorités locales.

Pour en savoir plus :
www.gouvernement.fr/risques

GOUVERNEMENT.fr

4. L'ORGANISATION DES SECOURS

4.1. l'alerte météo

La procédure « Vigilance Météo » de Météo-France a pour objectif de décrire, le cas échéant, les dangers des conditions météorologiques des prochaines vingt-quatre heures et les comportements individuels à respecter. Elle permet aussi :

- de donner aux autorités publiques, à l'échelon national et départemental, les moyens d'anticiper une crise majeure par une annonce plus précoce ;
- de fournir aux préfets, aux maires et aux services opérationnels, les outils de prévision et de suivi permettant de préparer et de gérer une telle crise ;
- d'assurer simultanément l'information la plus large possible des médias et de la population, en donnant à celle-ci les conseils ou consignes de comportement adaptés à la situation.

4.2. Le plan grand froid

Plan National comportant plusieurs niveaux de vigilance, il est activé au niveau de chaque département en fonction des prévisions de Météo France. Il regroupe toutes les mesures recommandées par le ministère de la santé et l'INPES pour prévenir les risques sanitaires liés au froid, ainsi que le plan de communication déployé pour alerter la population sur ces dangers.

Le plan grand froid prévoit une vigilance accrue à l'égard des personnes « **vulnérables** » (personnes sans-abri ou vivant dans des logements mal chauffés ou mal isolés, jeunes enfants, personnes âgées et personnes présentant certaines pathologies chroniques qui peuvent être aggravées par le froid), et donne des conseils à chacun pour se protéger du froid.

Le dispositif allie information, prise en charge médico-sociale, organisation et permanence des soins. Ainsi, Météo France diffuse quotidiennement une carte de vigilance météorologique qui indique les zones de grand froid quand c'est nécessaire. Les plus démunis peuvent joindre gratuitement les centres d'appel du 115, accessibles 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, ou être pris en charge par les équipes mobiles de veille sanitaire et médico-sociale.

Le plan grand-froid comprend également des mesures de prévention en matière d'hygiène et de santé, notamment sur les pathologies hivernales, ainsi qu'un volet de prévention des intoxications au **monoxyde de carbone**.

C'est une conséquence indirecte du froid et la première cause de mortalité par intoxication aiguë en France. Elle peut entraîner des séquelles neurologiques ou cardiaques à vie.



Les niveaux de vigilance :

Vigilance météorologique vert	Activation de la veille saisonnière du 1er novembre au 31 mars
vigilance météorologique jaune	Episode de froid de courte durée (1 à 2 jours) ou épisode persistant de froid - températures minimales comprises entre - 5°C et - 10°C.
vigilance météorologique orange	Episode de grand froid - températures minimales entre - 10°C et - 18°C.
vigilance météorologique rouge	Episode de froid extrême - températures ressenties inférieures ou égales à - 18°C (niveau jamais atteint en Gironde).
Froid extrême	Un plan d'urgence hivernale est déclenché et les partenaires de l'urgence sociale sont appelées à renforcer les moyens d'intervention pour répondre à toute sollicitation et procéder à l'hébergement immédiat de toute personne sans abri. Il appelle aussi chacun des Français à faire preuve de vigilance et à collaborer à la solidarité nationale en signalant toute situation de détresse en téléphonant au 115 .



5. LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ

1 Se mettre à l'abri	2 Écouter la radio France Bleu Gironde 100.1 FM	3 Respecter les consignes
------------------------------------	--	---

En plus des consignes générales, valables pour tous les risques, les consignes spécifiques en cas de grand froid sont les suivantes :

GRAND FROID	Niveau orange
<p>Conséquences possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Le grand froid peut mettre en danger les personnes fragilisées ou isolées, notamment les personnes âgées, handicapées, souffrant de maladies cardiovasculaires, respiratoires, endocriniennes ou certaines pathologies oculaires, les personnes souffrant de troubles mentaux ou du syndrome de Raynaud. ■ Veillez particulièrement aux enfants. ■ Certaines prises médicamenteuses peuvent avoir des contre-indications en cas de grands froids : demandez conseil à votre médecin. ■ En cas de sensibilité personnelle aux gerçures (mains, lèvres), consultez un pharmacien. ■ Chez les sportifs et les personnes qui travaillent à l'extérieur : attention à l'hypothermie et à l'aggravation de symptômes préexistants. 	<p>Conseils de comportement</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Évitez les expositions prolongées au froid et au vent, évitez les sorties le soir et la nuit. ■ Protégez-vous des courants d'air et des chocs thermiques brusques. ■ Habillez-vous chaudement, de plusieurs couches de vêtements, avec une couche extérieure imperméable au vent et à l'eau, couvrez-vous la tête et les mains ; ne gardez pas de vêtements humides. ■ De retour à l'intérieur, alimentez-vous convenablement et prenez une boisson chaude, pas de boisson alcoolisée. ■ Attention aux moyens utilisés pour vous chauffer : les chauffages d'appoint ne doivent pas fonctionner en continu ; ne jamais utiliser des cuisinières, braseros, etc. pour se chauffer.



GRAND FROID

Niveau orange (suite)

Conséquences possibles

- Les symptômes de l'hypothermie sont progressifs : chaire de poule, frissons, engourdissement des extrémités sont des signaux d'alarme : en cas de persistance ils peuvent nécessiter une aide médicale.
- Veillez particulièrement aux moyens utilisés pour vous chauffer et à la ventilation de votre logement :
 - Une utilisation en continu des chauffages d'appoint ;
 - Une utilisation de cuisinière, brasero, etc. pour vous chauffer ;
 - Le fait de boucher les entrées d'air du logement peut entraîner un risque mortel d'intoxication au monoxyde de carbone.

Conseils de comportement

- **Ne bouchez pas les entrées d'air** de votre logement. Par ailleurs, aérez votre logement quelques minutes même en hiver.
- **Évitez les efforts brusques.**
- **Si vous devez prendre la route, informez-vous de l'état des routes.** En cas de neige ou verglas, ne prenez votre véhicule qu'en cas d'obligation forte. En tout cas, emportez des boissons chaudes (thermos), des vêtements chauds et des couvertures, vos médicaments habituels, votre téléphone portable chargé.
- **Pour les personnes sensibles ou fragilisées : restez en contact** avec votre médecin, évitez un isolement prolongé. Si vous remarquez une personne sans abri ou en difficulté, prévenez le « 115 ».

GRAND FROID

Niveau rouge

Conséquences possibles

- Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé.
- Le danger est plus grand et peut être majeur pour les personnes fragilisées ou isolées, notamment les personnes âgées, handicapées, souffrant de maladies respiratoires, cardiovasculaires, endocriniennes ou de certaines pathologies oculaires, les personnes souffrant de troubles mentaux ou du syndrome de Raynaud.
- Veillez particulièrement aux enfants

Conseils de comportement

- **Pour les personnes sensibles ou fragilisées : ne sortez qu'en cas de force majeure**, évitez un isolement prolongé, restez en contact avec votre médecin.
- **Pour tous, demeurez actif**, évitez les sorties surtout le soir, la nuit et en début de matinée.
- **Habillez-vous chaudement**, de plusieurs couches de vêtements, avec une couche extérieure imperméable au vent et à l'eau, couvrez-vous la tête et les mains ; ne gardez pas de vêtements humides.



GRAND FROID

Niveau rouge (suite)

Conséquences possibles

- Certaines prises médicamenteuses peuvent avoir des contre-indications en cas de grands froids : demandez conseil à votre médecin.
- En cas de sensibilité personnelle aux gerçures (mains, lèvres), consultez un pharmacien.
- Chez les sportifs et les personnes qui travaillent à l'extérieur : attention à l'hypothermie et à l'aggravation de symptômes préexistants.
- Les symptômes de l'hypothermie sont progressifs : frissons, engourdissement des extrémités sont des signaux d'alarme qui peuvent évoluer vers des états graves nécessitant un secours médical : dans ce cas, appelez le « 15 », le « 18 » ou le « 112 ».
- Veillez particulièrement aux moyens utilisés pour vous chauffer et à la ventilation de votre logement :
 - Une utilisation en continu des chauffages d'appoint ;
 - Une utilisation de cuisinière, brasero, etc. pour vous chauffer ;
 - Le fait de boucher les entrées d'air du logement peut entraîner un risque mortel d'intoxication au monoxyde de carbone.

Conseils de comportement

- **De retour à l'intérieur, assurez-vous un repos prolongé**, avec douche ou bain chaud, alimentez-vous convenablement, prenez une boisson chaude, pas de boisson alcoolisée.
- **Attention aux moyens utilisés pour vous chauffer : les chauffages d'appoint ne doivent pas fonctionner en continu** ; ne jamais utiliser des cuisinières, braseros, etc. pour se chauffer.
- **Ne bouchiez pas les entrées d'air** de votre logement. Par ailleurs, aérez votre logement quelques minutes même en hiver.
- **Évitez les efforts brusques.**
- **Si vous devez prendre la route, informez-vous de l'état des routes.** Si le froid est associé à la neige ou au verglas, ne prenez votre véhicule qu'en cas d'obligation forte. En tout cas, prévoyez des boissons chaudes (thermos), des vêtements chauds et des couvertures, vos médicaments habituels, votre téléphone portable chargé.
- **Si vous remarquez une personne sans abri ou en difficulté, prévenez le « 115 ».**
- **Restez en contact** avec les personnes sensibles de votre entourage.

6. POUR EN SAVOIR PLUS

Pour en savoir plus sur le risque grand froid, consultez les sites internet suivants :

- **Le Ministère des Solidarités et de la Santé :**

<http://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/article/risques-sanitaires-lies-au-froid>

- **Les Services de l'État en Gironde :**

<https://www.gironde.gouv.fr/Politiques-publiques/Environnement-risques-naturels-et-technologiques/Prevention-des-risques-naturels-et-technologiques/Les-risques-en-Gironde/Le-risque-Grand-Froid-Plan-hiver>

- **Le Ministère de la Transition écologique et solidaire :**

<https://www.gouvernement.fr/risques/grand-froid>

- **Météo-France :**

http://vigilance.meteofrance.com/html/vigilance/guideVigilance/dm_froid.html

- **L'institut de Veille sanitaire :**

<http://www.invs.sante.fr/>

- **L'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé :**

<http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1764.pdf>

- **La Croix-Rouge Française :**

<http://www.croix-rouge.fr/Actualite/Plan-hivernal-1507>



Le risque canicule

Le mot « canicule » désigne un épisode de température élevée, de jour comme de nuit, sur une période prolongée.

En France, cela correspond globalement à une température qui ne descend pas la nuit en dessous de 18°C pour le nord de la France et 20°C pour le sud, et atteint ou dépasse, le jour, 30°C pour le nord et 35°C pour le sud.

1. COMMENT SE MANIFESTE-T-IL ?

En France, la période des fortes chaleurs pouvant donner lieu à des canicules s'étend généralement du 15 juillet au 15 août, parfois depuis la fin juin. Des jours de fortes chaleurs peuvent survenir en dehors de cette période. Toutefois avant le 15 juin ou après le 15 août, les journées chaudes ne méritent que très rarement le qualificatif de « canicule ». Les nuits sont alors suffisamment longues pour que la température baisse bien avant l'aube.

Le réchauffement climatique lié aux émissions de gaz à effet de serre va engendrer, selon les scénarios climatiques envisagés :

- une augmentation du nombre annuel de jours où la température est anormalement élevée ;
- un allongement de la durée des sécheresses estivales ;
- une diminution généralisée des débits moyens des cours d'eau en été et en automne.

2. LES CONSÉQUENCES SUR LES PERSONNES, LES BIENS, L'ENVIRONNEMENT

D'une manière générale, une canicule peut avoir des conséquences sur les personnes, l'économie et l'environnement.

2.1. Les conséquences sur l'homme

En 2003, durant l'été, la France a connu une canicule exceptionnelle qui a entraîné une surmortalité estimée à près de 15 000 décès. Le pays n'avait jamais été confronté à des telles conséquences sanitaires engendrées par une chaleur extrême.

En effet, l'exposition d'une personne à une température extérieure élevée, pendant une période prolongée, sans période de fraîcheur suffisante pour permettre à l'organisme de récupérer, est susceptible d'entraîner de graves complications.

Le corps humain peut voir ses capacités de régulation thermique dépassées et devenir inefficaces. Les périodes de fortes chaleurs sont alors propices aux pathologies liées à la chaleur, à l'aggravation de pathologies préexistantes ou à l'hyperthermie. Les personnes fragiles et les personnes exposées à la chaleur sont particulièrement en danger.



EN CAS DE MALAISE, APPELER LE 15

Pour plus d'informations : **0 800 06 66 66** (appel gratuit depuis un poste fixe)
www.sante.gouv.fr/canicule • www.meteo.fr



Selon l'âge, le corps ne réagit pas de la même façon aux fortes chaleurs. **Lorsque l'on est âgé**, le corps transpire peu et il a donc du mal à se maintenir à 37°C. C'est pourquoi la température du corps peut alors augmenter : **on risque le coup de chaleur**.

En ce qui concerne **l'enfant et l'adulte**, le corps transpire beaucoup pour se maintenir à la bonne température. Mais, en conséquence, on perd de l'eau et on risque la **déshydratation**.

Chez les **travailleurs manuels**, travaillant notamment à l'extérieur, ou les **sportifs**, le corps exposé à la chaleur transpire beaucoup pour se maintenir à la bonne température. Il y a un risque de **déshydratation**.

Les conséquences directes d'une forte chaleur sur la santé sont de 2 ordres :

La déshydratation

Les symptômes de la déshydratation qui doivent alerter :

- des crampes musculaires aux bras, aux jambes, au ventre ;
- un épuisement qui se traduit par des étourdissements, une faiblesse, une tendance inhabituelle à l'insomnie.

Le coup de chaleur

Il doit être signalé aux secours dès que possible.

Le coup de chaleur (ou hyperthermie) survient lorsque le corps n'arrive plus à contrôler sa température qui augmente alors rapidement. On peut le repérer par :

- une agressivité inhabituelle ;
- une peau chaude, rouge et sèche ;
- des maux de tête, des nausées, des somnolences et une soif intense ;
- une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.

Une conséquence indirecte de fortes températures sur la santé est le risque de pics de pollution à l'ozone dans les centres urbains. Par effet de couvercle, les couches atmosphériques plus froides en altitude concentrent l'ozone produit par le gaz d'échappement des véhicules et les hydrocarbures imbrûlés.

Cette pollution peut entraîner des irritations des yeux et des troubles respiratoires.

2.2. Les conséquences économiques

La trop forte température des masses d'eau (cours d'eau, mers, ...) et/ou les étiages trop sévères peuvent entraîner l'arrêt des centrales nucléaires par manque d'efficacité du refroidissement des réacteurs. Ces arrêts peuvent se prolonger, entraînant un défaut d'alimentation en électricité pouvant s'étaler sur plusieurs jours.

À ce moment, la surconsommation électrique due à l'usage intensif des climatiseurs peut entraîner un déséquilibre brutal de l'offre et de la demande, déséquilibre pouvant entraîner des perturbations sur le réseau de distribution.

2.3. Les conséquences environnementales

De fortes chaleurs, associées à des hautes pressions atmosphériques, peuvent entraîner une pénurie d'eau (mais aussi d'eau potable), des sécheresses estivales pouvant avoir des conséquences graves sur l'homme et son environnement (faune, flore, agriculture, nappe phréatique...).

3. LES ACTIONS PRÉVENTIVES DANS LE DÉPARTEMENT

3.1. La surveillance et la prévision des phénomènes

La prévision météorologique est une mission fondamentale confiée à Météo-France. Elle s'appuie sur les observations des paramètres météorologiques et sur les conclusions qui en sont tirées par les modèles numériques, outils de base des prévisionnistes. Ces derniers permettent d'effectuer des prévisions à une échéance de plusieurs jours.

Pour plus d'informations : www.meteofrance.com

4. L'ORGANISATION DES SECOURS

4.1. L'alerte météo

La procédure « Vigilance Météo » de Météo-France a pour objectif de décrire, le cas échéant, les dangers des conditions météorologiques des prochaines vingt-quatre heures et les comportements individuels à respecter.

Elle permet aussi :

- de donner aux autorités publiques, à l'échelon national et départemental, les moyens d'anticiper une crise majeure par une annonce plus précoce ;
- de fournir aux préfets, aux maires et aux services opérationnels, les outils de prévision et de suivi permettant de préparer et de gérer une telle crise ;
- d'assurer simultanément l'information la plus large possible des médias et de la population, en donnant à celle-ci les conseils ou consignes de comportement adaptés à la situation.

4.2. Le plan canicule

Le plan canicule a pour objectifs :

- d'anticiper l'arrivée d'une canicule ;
- de définir les actions à mettre en œuvre aux niveaux local et national pour prévenir et limiter les effets sanitaires de celle-ci ;
- d'adapter au mieux les mesures de préventions et de gestion en portant une attention particulière aux populations spécifiques.

Le plan canicule comporte 4 niveaux qui correspondent chacun à des actions de prévention et de gestion spécifiques :

Vigilance Verte	Niveau 1	Veille saisonnière, activé du 1er juin au 15 septembre
Vigilance Jaune	Niveau 2	Avertissement chaleur, en cas de probabilité importante de passage en vigilance
Vigilance Orange	Niveau 3	Alerte Canicule, déclenchée par les préfets de département, en lien avec les Agences Régionales de Santé
Vigilance Rouge	Niveau 4	Mobilisation maximale, en cas de canicule avérée intense et durable

Ce plan s'appuie sur des grands axes :

- la mise en œuvre des mesures de protection des personnes à risque hébergées en institutions (établissements accueillant des personnes âgées, établissements pour personnes handicapées) ou hospitalisées en établissements de santé ;
- le repérage individuel des personnes à risque, grâce au registre des personnes fragiles ou isolées tenu par les communes ;
- l'alerte, sur la base de l'évaluation biométéorologique faite par Météo-France et l'Institut de veille sanitaire (InVS) ;
- la solidarité vis-à-vis des personnes à risque, mise en œuvre grâce au recensement et aux dispositifs de permanence estivale des services de soins et d'aide à domicile et des associations de bénévoles ;
- le dispositif d'information et de communication, à destination du grand public, des professionnels et des établissements de santé.

INFORMATION
#CANICULE

La plateforme téléphonique d'information «canicule»

0800 06 66 66

Appel gratuit entre 9h et 19h depuis un poste fixe



5. LES CONSIGNES INDIVIDUELLES DE SÉCURITÉ

1 	2 	3
Se mettre à l'abri	Écouter la radio France Bleu Gironde 100.1 FM	Respecter les consignes

En plus des consignes générales, les consignes spécifiques en cas de canicule sont les suivantes :

CANICULE	Niveau orange
<p>Conséquences possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé. ■ Le danger est plus grand pour les personnes âgées, celles atteintes de maladie chronique ou de troubles de la santé mentale, qui prennent régulièrement des médicaments, isolées. ■ Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention à la déshydratation et au coup de chaleur. ■ Veillez aussi sur les enfants. ■ Les symptômes d'un coup de chaleur sont : fièvre supérieure à 40°C, peau chaude, rouge et sèche, maux de tête, nausées, somnolence, soit intense, confusion, convulsions et perte de connaissance. <p>Conseils de comportement</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin. ■ Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 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 deux fois par jour. Accompagnez-les dans un endroit frais. ■ Utilisez ventilateur et/ou climatisation. Sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) deux à trois heures par jour. ■ Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains. ■ Buvez beaucoup d'eau plusieurs fois par jour si vous êtes un adulte ou un enfant, et environ 1,5L d'eau par jour si vous êtes une personne âgée et mangez normalement. ■ Continuez à manger normalement. ■ Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h-12h). Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers. ■ Limitez vos activités physiques.



CANICULE

Niveau rouge

Conséquences possibles

- Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé.
- L'augmentation de la température peut mettre en danger les personnes à risque, c'est-à-dire les personnes âgées, handicapées, les personnes atteintes de maladies chroniques ou de troubles mentaux, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, et les personnes isolées.
- Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention au coup de chaleur.
- Veillez aussi sur les enfants.

Conseils de comportement

- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin.
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie.
- 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 deux fois par jour. Accompagnez-les dans un endroit frais.
- **Utilisez ventilateur et/ou climatisation** si vous en disposez. Sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) deux à trois heures par jour.
- **Mouillez-vous le corps** plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains.
- **Buvez au moins 1,5L d'eau par jour**, même sans soif.
- **Continuez à manger** normalement.
- **Ne sortez pas aux heures les plus chaudes.**
- Si vous devez sortir **portez un chapeau** et des vêtements légers.
- **Limitez vos activités physiques.**

6. POUR EN SAVOIR PLUS

Pour en savoir plus sur le risque canicule, consultez les sites internet :

- **Le Ministère des Solidarités et de la Santé :**

<http://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/canicule>

- **Le Plan canicule :**

http://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/pnc_actualise_2017.pdf

- **L'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé :**

<http://invs.santepubliquefrance.fr//Dossiers-thematiques/Environnement-et-sante/Climat-et-sante/Chaleur-et-sante>

- **Le Laboratoire de Santé Publique de la Faculté de Médecine de Marseille :**

<http://www.chaleuretcanicule.fr/>