

PRÉFET DE LA HAUTE-SAVOIE

BULLETIN D'ALERTE MÉTÉOROLOGIQUE

MERCREDI 29 JUILLET 16h00

VIGILANCE ORANGE : CANICULE

Bulletin Régional de suivi.

CENTRE METEOROLOGIQUE INTERREGIONAL DE LYON

Bulletin émis le mercredi 29 juillet 2020 à 16h00

Début d'évènement prévu le jeudi 30 juillet 2020 à 06h00

Fin d'évènement au plus tôt le vendredi 31 juillet 2020 à 07h00

Début de suivi pour 6 départements : Rhône (69), Haute-Savoie (74), Savoie (73), Isère (38), Drôme (26) et Ardèche (07).

Qualification de l'évènement :

Pic de chaleur très intense sur la région, plus durable de la vallée du Rhône aux Savoies.

Situation actuelle :

Temps sec et chaud sur la région, avec des températures actuellement comprises entre 28°C et 36°C sous abri.

Ce matin, les températures minimales mesurées sous abri étaient déjà supérieures à 20°C en vallée du Rhône, sur l'agglomération grenobloise et sur les avant pays savoyards, entre 15°C et 20°C ailleurs sur la région.

Evolution prévue :

Cet après-midi, les températures maximales prévues sont supérieures mais proches des normales, avec des valeurs attendues de 30°C à 35°C sous abri.

Les températures restent élevées la nuit prochaine en vallée du Rhône et sur l'agglomération lyonnaise, généralement supérieures à 20-22°C.

Demain jeudi, les températures sont en hausse sur l'ensemble de la région avec des températures attendues l'après-midi de 35°C à 38°C en général.

Cet épisode de fortes chaleurs s'accroît encore vendredi, avec des températures maximales prévues localement supérieures à 40°C, proche des records atteints en juillet 2019.

Baisse des températures en cours de journée de samedi pour les départements en jaune canicule, notamment sur le Massif central. En revanche, les départements en orange gardent des températures très élevées en journée de samedi et dans la nuit de samedi à dimanche, avant une amorce de rafraîchissement en journée de dimanche.

Conséquences possibles :

* Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé.

* Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les personnes atteintes de maladie chronique ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, et les personnes 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 : une fièvre supérieure à 40°C, une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, une somnolence, une soif intense, une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.

Conseils de Comportement :

* 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 brumisateur, 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.

* Pour en savoir plus, consultez le site : www.sante.gouv.fr