

ALERTE CANICULE !

Alerte CANICULE !



La canicule se définit lorsque la température ne descend pas en dessous de 21°C la nuit, ni en dessous de 31°C le jour pendant trois jours et trois nuits consécutives. Compte-tenu des conditions climatiques, le préfet de Seine-et-Marne a décidé du déclenchement le niveau 3 du plan départemental canicule à compter du jeudi 6 août.



Créé le : 6/08/2020

Pour votre sécurité

- Buvez, au minimum, l'équivalent d'un verre d'eau toutes les 15 à 20 min. Évitez les repas copieux et les boissons alcoolisées lors des repas. Limitez votre consommation de tabac.
- Portez des vêtements légers qui permettent l'évaporation de la sueur (ex : vêtements de coton), amples, et de couleur claire si le travail est à l'extérieur.
- A l'extérieur, protégez-vous la tête du soleil et travaillez autant que possible dans les zones ombragées.
- Réduisez ou différez les efforts physiques intenses, et reportez les tâches ardues aux heures les plus fraîches.
- Pensez à éliminer toute source additionnelle de chaleur: éteignez le matériel électrique non utilisé, etc.
- Redoublez de prudence si vous avez des antécédents médicaux et si vous prenez des médicaments.

Un numéro d'information

Un numéro d'information est disponible en cas d'épisode de forte chaleur :

Canicule-info-service 0 800 06 66 66

(appel gratuit depuis un poste fixe), tous les jours de 09 h à 19 h



➔ [Météo France](#)

➔ [ARS](#)

➔ [Préfecture 77](#)