



Paris, le 7 juillet 2017

## Communiqué de presse

### Fortes chaleurs et départs en vacances Rappel sur les bons gestes à adopter

Météo France a placé huit départements du centre est de la France en vigilance orange canicule jusqu'à dimanche matin. Cet épisode devrait rester ponctuel et géographiquement limité.

Cependant, en prévision des départs en vacances et du trafic annoncé comme « rouge » par [Bison futé](#) pour samedi, **la Direction générale de la Santé rappelle les gestes simples à adopter par tous**, mais surtout par les personnes fragiles, les plus à risques (personnes âgées de plus de 65 ans, handicapées ou dépendantes, femmes enceintes, parents de jeunes enfants...) afin de lutter au mieux contre les conséquences de la chaleur pendant leurs déplacements :

#### **Si vous devez prendre la route :**

- › Evitez de circuler aux heures les plus chaudes et faites des pauses plus fréquentes qu'habituellement, à l'ombre ou dans des lieux frais ;

› **Ne laissez jamais les enfants seuls ou sans surveillance dans la voiture.**

#### **Pour tous vos déplacements (route, train...) :**

- › **Soyez particulièrement vigilant avec les personnes fragiles ou âgées ;**
- › **Emportez des quantités d'eau suffisante et buvez (ou donnez à boire) régulièrement** de l'eau. N'hésitez pas à utiliser les points d'eau ou les fontaines à eau disponibles dans les gares ou sur les aires d'autoroute ;
- › **Rafrâchissez-vous et mouillez-vous le corps** (au moins le visage et les avant-bras) **plusieurs fois par jour**, par exemple à l'aide d'un brumisateuseur ;
- › Pour le voyage, il est recommandé de **se vêtir légèrement** en préférant des vêtements amples, légers, de couleur claire ;
- › **Si vous voyez une personne victime d'un malaise, appelez immédiatement le 15.**

Pour vous accompagner sur la route, des messages de prévention seront diffusés sur les panneaux lumineux et par les radios autoroutières (107.7FM) dans les départements concernés.

#### **Plus d'informations**

- [Les conseils de prévention](#)
- [Le spot « automobilistes »](#)
- [La carte de vigilance météo](#)

Contact presse : [presse-dgs@sante.gouv.fr](mailto:presse-dgs@sante.gouv.fr)