



Mardi 10 août 2021

Alerte Vigilance Jaune Canicule dans le département des Bouches-du-Rhône

Météo France a placé le département des Bouches-du-Rhône en vigilance météorologique JAUNE avec situation météorologique à surveiller pour « canicule », ce mardi 10 août 2021 dès 16h.

■ Evolution prévue par Météo France

Les températures de la nuit de mardi à mercredi restent encore proches de 18 à 20°C. En journée, elles augmentent fortement dans l'intérieur du département. Les températures maximales sont proches de 37 à 39 °C et très localement jusqu'à 40 °C sur l'est du département.

Les villes littorales sont épargnées par les très fortes chaleurs.

Les températures minimales des nuits suivantes sont proches de 20 à 23°C. Les températures maximales de jeudi et vendredi sont similaires à celles de mercredi.

■ Conseils de prévention

- Maintenir son logement frais (fermer fenêtres et volets la journée, les ouvrir le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- Boire régulièrement et fréquemment de l'eau sans attendre d'avoir soif ; se rafraîchir et se mouiller le corps plusieurs fois par jour ;
- Passer si possible 2 à 3 heures par jour dans un lieu frais ;
- Éviter de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique ; les nourrissons et les jeunes enfants ne doivent jamais être laissés en plein soleil, même quelques minutes, particulièrement dans des véhicules fermés.

■ Les dangers de la canicule

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes (travailleurs exposés à la chaleur et personnes vulnérables) s'exposent au risque de déshydratation provoquée par une forte transpiration (pour maintenir le corps à la bonne température).

L'exposition à des températures élevées sans période de fraîcheur suffisante pour permettre à l'organisme de récupérer, est susceptible d'entraîner de graves complications par dépassement des capacités de régulation thermique du corps humain.

Ces périodes de fortes chaleurs sont alors propices à l'aggravation de pathologies liées à la chaleur.

Pour toute demande presse, merci de l'adresser à pref-communication@bouches-du-rhone.gouv.fr

Service Régional de la Communication Interministérielle

04 84 35 40 00 | www.bouches-du-rhone.gouv.fr | www.paca.gouv.fr





■ Contacts

- N'hésitez pas à consulter votre médecin traitant ;
- **En cas de malaise, appeler ou faire appeler le 15, le 18 ou le 112 ;**
- Penser à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et dès que nécessaire,
- Oser demander de l'aide, à vos voisins, aux commerçants de votre quartier.

■ Restez informés

site internet de la préfecture des Bouches-du-Rhône : <http://www.bouches-du-rhone.gouv.fr>

réseaux sociaux de @prefet13 sur [Twitter](#) et [Facebook](#)

site internet de Météo France : <http://vigilance.meteofrance.com/>

site internet de l'Agence Régionale de Santé Provence-Alpes-Côte d'Azur : <https://www.paca.ars.sante.fr/>

site internet du ministère chargé de la santé : <https://solidarites-sante.gouv.fr/>

Pour toute demande presse, merci de l'adresser à pref-communication@bouches-du-rhone.gouv.fr

Service Régional de la Communication Interministérielle

04 84 35 40 00 | www.bouches-du-rhone.gouv.fr | www.paca.gouv.fr

