

Vers un nouvel épisode caniculaire

Le Sud Ouest premier touché



Vers un nouvel épisode caniculaire

Vers un deuxième épisode caniculaire

Après un premier épisode caniculaire étonnant par sa précocité, une nouvelle vague de très fortes chaleurs est attendue par le météorologues

Ce dimanche il a déjà fait chaud dans le sud-ouest avec des pointes de 28 à 30°C sur l'ensemble du bassin aquitain jusqu'en Midi-Pyrénées. Mais, c'est véritablement lundi que la vague de chaleur débutera avec des températures qui dépasseront les 35°C au sud de la Garonne l'après-midi. Ces hautes températures, dues au cumul d'un anticyclone et d'une plume de chaleur venue du Sahara, s'installeront pour une dizaine de jours.

Dans les jours qui suivent, le mercure va entamer son ascension avec mardi et mercredi, de très fortes chaleurs. Le mouvement sera amplifié Jeudi et vendredi.

La vague de chaleur se poursuivra pour atteindre les 38° à Auch selon les prévisions de Météo France.

Puis, le week-end du 16 et 17 juillet ainsi que le lundi, la vague de chaleur sera caniculaire sur l'ensemble de la région. De nouveaux records absolus de chaleur pourraient être enregistrés. Cette canicule pourrait prendre un caractère exceptionnel, par sa durée, son intensité et son extension géographique précise la Chaîne Météo. Il faudra attendre mardi pour voir la courbe des températures fléchir

Quelques conseils

- Maintenir les stores ou volets fermés lorsque la façade est ensoleillée.
- Limiter l'ouverture des fenêtres : le renouvellement de l'air peut être obtenu par une ouverture de courte durée (entre cinq et dix minutes).
- Permettre le rafraîchissement des pièces par l'ouverture des fenêtres la nuit lorsque cela est possible,
- En cas de ventilation mécanique, veiller au bon renouvellement de l'air et actionner le mode de surventilation nocturne.
- Boire régulièrement boissons sans alcool et peu sucrées
- Adapter son alimentation éviter gras et sucres

Autour de vous, soyez attentifs à tout signe tel que :

- une grande faiblesse ;
- une grande fatigue ;
- des étourdissements, des vertiges, des troubles de la conscience ;
- des nausées, des vomissements ;
- des crampes musculaires ;

- une soif et des maux de tête.

Il peut s'agir d'un coup de chaleur. Si vous êtes en présence d'une personne qui tient des propos incohérents, perd l'équilibre, perd connaissance, elle est peut-être victime d'un coup de chaleur. Il faut alors agir rapidement, efficacement et appeler immédiatement les secours médicalisés (SAMU 15).

En cas de coup de chaleur, donner les premiers secours :

Si nécessaire, la plateforme téléphonique 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe), vous renseigne tous les jours de 09 h à 19 h. - **Canicule info service** est activée dès le premier épisode de chaleur. Elle vous informe au