

Alerte canicule : soyez prudents !



Alerte canicule : soyez prudents !

À compter de ce vendredi 18 août 2023 à 12h, le département du Gers passe en vigilance orange canicule.

La chaleur va persister au fil des prochains jours et même s'intensifier dès ce week-end

Soyez prudent et n'hésitez pas à signaler les personnes vulnérables auprès de la mairie :

05 62 64 47 00

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 brumisateuse, 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

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

Soyez vigilant : toute personne, même si elle est en bonne santé, est concernée.