



PRÉFET DE LA SARTHE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Le Mans, le 13/07/2022

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Période de fortes chaleurs

Météo-France a placé le département de la Sarthe en vigilance jaune « pic de chaleur » aujourd'hui à compter de 12h00 jusqu'à demain matin 6h00. Un probable passage en vigilance orange « canicule » est envisagé à partir de dimanche ou lundi sur le département avec des températures pouvant approcher ou dépasser les 40 degrés le jour et au minimum 22 degrés la nuit.

Pour se prémunir contre les fortes chaleurs, la préfecture de la Sarthe rappelle les principaux conseils et gestes simples à adopter par tous pour se protéger de la chaleur que nous vous invitons à diffuser auprès du grand public :

- Boire régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif ;
- Se rafraîchir et se mouillez le corps (au moins le visage et les avant-bras) plusieurs fois par jour ;
- Éviter de sortir aux heures les plus chaudes ;
- Préférer les activités sans efforts aux heures les plus chaudes ;
- Maintenir un logement frais ;
- Ne pas boire d'alcool ;
- Manger en quantité suffisante des plats légers et riches en eaux (fruits et légumes) ;
- Porter des vêtements légers amples et clairs et un chapeau en extérieur ;
- Prendre des nouvelles ou rendre visite aux personnes âgées, isolées ou souffrant de maladies chroniques dans votre entourage.

Cette attention est d'autant plus importante dans le cadre des grands rassemblements festifs et événements sportifs qui se tiennent dans le département de la Sarthe en cette période estivale.