



**PRÉFET  
DU CHER**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Bourges, le jeudi 07 septembre 2023

### VIGILANCE ORANGE CANICULE

**Météo France place le département du Cher en vigilance orange en raison d'un épisode caniculaire durable, nécessitant une vigilance particulière, notamment pour les personnes vulnérables ou exposées.**

L'épisode de forte chaleur, remarquable pour un mois de septembre, se poursuit cette semaine dans le département du Cher. Depuis quelques jours, les températures grimpent au-delà des 35 degrés le jour sans descendre en dessous des 19 degrés la nuit. Cet épisode persistera jusqu'au dimanche 10 septembre inclus, le niveau de vigilance passe ainsi de jaune à orange.

#### **Conseils et gestes simples à adopter par tous pour se protéger des fortes chaleurs :**

- 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 brumisateur, 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, tout en continuant de respecter la distanciation physique et les gestes barrière.
- 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.
- Si vous avez besoin d'aide appelez la mairie.
- Ne laissez jamais une personne seule dans une voiture, en particulier un enfant, même pendant une très courte durée car la température dans l'habitacle peut augmenter très vite. De même, ne laissez jamais un animal seul dans une voiture.

**Toutes les recommandations pour se protéger contre les fortes chaleurs sont consultables sur le site internet du ministère de la Santé et de la Prévention : [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr)**

### Contact presse

### Bureau de la représentation de l'État et de la communication

02 48 67 18 18  
pref-communication@cher.gouv.fr  
www.cher.gouv.fr

Place Marcel Plaisant  
CS 60022  
18020 BOURGES CEDEX