

Rouen, le 17 juin 2005



## CANICULE : SANTE EN DANGER

Note aux organisateurs de centres de vacances et de loisirs, aux responsables et entraîneurs sportifs.

En cas de nécessité, contacter la DRDJS au 02.32.18.15.20 :

- le service des CVL, pour les organisateurs de CVL
- le Dr Guérente, médecin conseiller à la DRDJS, pour les responsables et entraîneurs sportifs

Les sportifs et les enfants sont particulièrement sensibles aux coups de chaleur. La période de forte canicule vécue en été 2003 et ses conséquences dramatiques doivent nous alerter sur les comportements à adopter en cas de fortes chaleurs si elles devaient se reproduire.

### 1) Se protéger de la chaleur.

- Eviter les activités physiques et sportives aux heures les plus chaudes (entre 12h et 16h généralement),
- Lors des sorties, porter des vêtements légers, amples et clairs, un chapeau et emporter suffisamment d'eau,
- Fermer les volets et les rideaux des façades exposées au soleil,
- Maintenir les fenêtres fermées tant que la température extérieure est supérieure à la température intérieure. Ouvrir et créer des courants d'air la nuit, sans pour autant compromettre la sécurité des mineurs en CVL.

### 2) Se rafraîchir

- Rester au centre, dans les pièces les plus fraîches au moment des grosses chaleurs,
- S'humidifier le corps plusieurs fois par jour.

### 3) Boire et continuer à manger

- Boire et faire boire les enfants, même sans soif,
- Manger comme d'habitude en privilégiant fruits et légumes.

### 4) Ne pas hésiter à faire appel au médecin

**Le coup de chaleur est un risque grave, il expose sa victime à un danger de mort. Les sportifs, les enfants, les personnes souffrant de maladies chroniques y sont particulièrement sensibles.**

Le coup de chaleur se repère par :

- des maux de tête, des nausées, des somnolences et une soif intense,
- une peau chaude, rouge et sèche,
- une agressivité inhabituelle,
- une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.

**Appeler immédiatement les secours (composer le 15) et en attendant, transporter la victime dans un endroit frais, la faire boire, l'asperger d'eau fraîche et/ou lui mettre des linges humides et faire des courants d'air.**

**Informez-vous régulièrement : consultez la météo et la carte de vigilance de Météo France, rendez-vous sur les sites Internet [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) ou [www.meteo.fr](http://www.meteo.fr)**

**Pour le Directeur et par délégation  
Le Directeur Régional Adjoint**

**Gilles ARNAULD**