

Mesures en vigueur

AVERTISSEMENT DE CHALEUR POUR LA RÉGION DE SAINT-HYACINTHE

Pour diffusion immédiate

Saint-Hyacinthe, le 6 septembre 2023 – Une vague de chaleur affectera la région et pourrait se prolonger au cours des prochains jours. Voici quelques mesures de prévention à appliquer pour éviter d’être incommodé :

- Se rendre dans un endroit frais ou climatisé (les Galeries St-Hyacinthe, selon l’horaire en vigueur);
- Boire beaucoup d’eau;
- Réduire les efforts physiques;
- Se rafraîchir dans une piscine, des jeux d’eau ou prendre une douche fraîche.

Des jeux d’eau sont également accessibles dans plusieurs parcs, dont Les Salines. Les coordonnées de ces différents sites sont disponibles sur le site Internet de la Ville au <https://www.st-hyacinthe.ca/piscine>

Les problèmes de santé les plus courants liés à la chaleur sont : la déshydratation, les malaises, les étourdissements, la fatigue, les maux de tête, les crampes, les difficultés à respirer, les coups de chaleur, la perte de conscience, les douleurs à la poitrine et les enflures aux jambes. En présence de ces symptômes, il est recommandé de communiquer avec un médecin ou avec Info-Santé au 8-1-1. En cas d’urgence, faites le 9-1-1.

Enfin, n’hésitez surtout pas à prendre des nouvelles des personnes vulnérables de votre entourage.

Pour en savoir plus sur les moyens de prévenir les effets de la chaleur, consultez le Portail santé du Gouvernement du Québec à l’adresse suivante :

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme-sur-la-sante/>.

– 30 –

Source : Direction des communications et de la participation citoyenne
450 778.8300