

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Bourges, le 14 juin 2022

Vague de chaleur

Une vague de chaleur débute à partir de demain, mercredi 15 juin, jusqu'au week-end inclus. Cette vague de chaleur commence par concerner le sud du pays.

Les températures augmentent progressivement dès aujourd'hui.

Pour mémoire, le passage en canicule est prononcé par météo France uniquement si **pendant 3 jours consécutifs** :

- la température la plus basse est supérieure ou égale à 19° Celsius ;
- **et** la température la plus haute est au moins égale à 35° Celsius.

Retrouvez toutes les informations utiles sur :

<https://www.cher.gouv.fr/Actualites/Vague-de-chaleur-recommandations-et-bonnes-pratiques>

<https://meteofrance.com/>

Quelques bonnes pratiques à mettre en œuvre pendant cet épisode :

- pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit ;
- mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateuse, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ;
- buvez au moins 1,5 litres d'eau par jour, même sans soif ;
- ne sortez pas aux heures les plus chaudes ;
- limitez vos activités physiques et sportives ;
- si vous avez besoin d'aide, signalez-vous en mairie.

Contact presse
Bureau de la représentation de l'État
et de la communication