



# PRÉFET DE LA SARTHE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Le Mans, le 16/07/2022

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### Période de fortes chaleurs

L'épisode caniculaire s'intensifie à partir de ce dimanche 17 juillet 2022 et les fortes chaleurs gagnent vers le Nord-Ouest. C'est pourquoi Météo-France a placé le département de la Sarthe en vigilance orange « canicule » à compter de 12h00 ce dimanche.

Il est probable que cet épisode de chaleur se maintienne jusqu'au lundi 18 sur le département avec des températures pouvant approcher les 40 degrés le jour et au minimum 17 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 rassemblements festifs et événements sportifs qui se tiennent dans le département de la Sarthe en cette période estivale.