

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

Chaleur accablante : mesures mises en place par la Ville de Vaudreuil-Dorion

Vaudreuil-Dorion, le 17 juin 2024 – Compte tenu des prévisions météorologiques, la Ville de Vaudreuil-Dorion met en place des mesures pour permettre à ses résidents de se rafraîchir au cours des prochains jours, soit du 18 au 21 juin.

Les citoyens désirant profiter d'un endroit climatisé seront invités à se rendre dans le hall d'entrée du Centre multisports André-Chagnon, situé au 3093, boul. de la Gare, entre 6 h et 22 h. Ils pourront y apporter leurs objets personnels (ex. : livre, bouteille d'eau, musique, nourriture, etc.). La bibliothèque municipale (51, rue Jeannotte) sera également une option pour retrouver un peu de fraîcheur. Elle accueillera les visiteurs entre 9 h et 21 h durant cette période. Enfin, l'Opticentre St-Jean-Baptiste (150, avenue de la Fabrique) pourra aussi recevoir les résidents le mardi 18 juin de 8 h à 18 h, le mercredi 19 juin de 8 h à 21 h ainsi que le jeudi 20 juin de 8 h à 12 h.

Piscines et jeux d'eau

Les deux piscines seront ouvertes à la population de 16 h à 20 h 30. En journée, elles seront mises à la disposition des écoles du secteur. Les 11 jeux d'eau sur le territoire seront fonctionnels entre 8 h et 22 h. Pour connaître leur emplacement, il suffit de consulter la carte interactive sur le site Web de la Ville.

Conseils d'usage

Voici quelques conseils d'usage pour se protéger des effets de la chaleur :

- Bien s'hydrater, sans attendre d'avoir soif. Boire un minimum de 1,5 litre de liquide par jour (eau, lait, jus, tisane, etc.) en plus de consommer des aliments riches en eau tels que des fruits et légumes. Les boissons contenant de la caféine comme le café, les boissons gazeuses et les boissons énergisantes devraient être consommées avec modération, car leur effet diurétique nuit à l'hydratation.
- S'installer dans un endroit frais ou passer quelques heures dans un endroit climatisé pour aider le corps à contrôler sa température.
- Réduire ses activités physiques intenses à l'extérieur surtout en milieu de journée.
- Fermer les stores ou les rideaux le jour. Ouvrir les fenêtres en soirée dès que le temps se rafraîchit.
- Prendre une douche ou un bain frais aussi souvent que nécessaire.

- Se protéger du soleil. Porter des vêtements adaptés à la chaleur, légers, amples et de couleur pâle.
- Si la température à l'intérieur atteint ou dépasse 32 °C, éviter le ventilateur, car il déshydrate le corps davantage.
- S'occuper des personnes âgées et des personnes vivant seules dans son entourage.

Il est possible de communiquer avec le service Info-Santé au 811 pour toute question liée aux effets de la chaleur intense. En cas d'urgence, on doit rapidement signaler le 911.