

# Communiqué de presse

## Pour diffusion immédiate

### VAGUE DE CHALEUR EXTRÊME

## Mesures et conseils préventifs afin d'atténuer l'impact de cet épisode de canicule sur la santé des Lavallois

Laval, le 19 juin 2020 - La Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Laval a activé le passage en mode alerte du Plan régional de prévention et de protection en cas de chaleur accablante ou extrême. Plusieurs mesures sont mises en place ou intensifiées afin d'atténuer au maximum l'impact de cet épisode de canicule auprès des Lavallois.

#### Diverses mesures déjà en place dans les installations du CISSS de Laval

- Des appels téléphoniques aux clientèles vulnérables du CISSS de Laval vivant à domicile sont en cours afin de rappeler les consignes de prévention. Les personnes non contactées feront l'objet d'une visite.
- Les cinq centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) du CISSS de Laval sont prêts à faire face à cette nouvelle vague de chaleur extrême.
- L'ensemble des climatiseurs et ventilateurs ont été installés dans les CHSLD.
- Des mesures sont prises pour :
  - augmenter l'hydratation des résidents;
  - rafraîchir la peau avec une serviette mouillée.

#### Différentes mesures sont mises en place pour l'ensemble de la population

- La Ville de Laval a ouvert dès aujourd'hui six jeux d'eau. Sept piscines et trois jeux d'eau supplémentaires ouvriront à partir de samedi. À noter que l'accès à ces endroits demeure encadré par des normes sanitaires strictes en raison de la pandémie.
- La Ville pourrait également créer des haltes climatisées dans certains bâtiments municipaux – les détails à cet effet seront mis à jour sur le [site Web de la Ville](#).
- Des appels téléphoniques afin d'aviser les personnes vulnérables ou situées à proximité d'un îlot de chaleur et des interventions sur le terrain, incluant du porte-à-porte, pourraient être déployés en partenariat avec la Ville de Laval et Urgences-santé.

#### Rappel des consignes préventives pour éviter les inconforts liés à la chaleur

Le directeur de santé publique de Laval, le Dr Jean-Pierre Trépanier, souhaite réitérer à l'ensemble des Lavallois les consignes suivantes qui demeurent valides en contexte de pandémie. Ces consignes sont encore plus importantes pour les personnes qui doivent s'isoler à leur domicile à cause de la COVID-19 :

- Boire beaucoup d'eau sans attendre d'avoir soif ou selon les quantités indiquées par le médecin.
- Passer quelques heures dans un endroit frais, idéalement climatisé, de votre résidence.
- Prendre au moins une douche ou un bain frais par jour, ou rafraîchir souvent sa peau avec une serviette mouillée, même durant la nuit.
- Fermer les rideaux ou les stores lorsque le soleil brille et ventiler, si possible, sa résidence lorsque la nuit est fraîche.
- Éviter les boissons à forte teneur en caféine, sucre ou alcool, car elles contribuent à la déshydratation de l'organisme.
- Réduire les efforts physiques.

Lorsqu'il fait très chaud, tout le monde peut souffrir de problèmes de santé. Les conséquences vont de la déshydratation au coup de chaleur, en passant par la fatigue, les étourdissements ou la détérioration de l'état de santé de personnes souffrant de certaines maladies physiques ou mentales. En présence de ces symptômes, composer le 811 pour joindre Info-Santé ou consulter un professionnel de la santé. En cas d'urgence, contacter le 911.

Les personnes les plus vulnérables sont les personnes âgées et celles qui souffrent de maladies chroniques cardiovasculaires, respiratoires ou rénales, de diabète ou de problèmes de santé mentale. Les bébés et les enfants âgés de 4 ans ou moins sont également plus à risque.

Le directeur de santé publique conseille aussi de prendre des nouvelles de ses proches âgés ou qui souffrent de problèmes de santé physique ou mentale afin de s'assurer de leur bien-être.

### [Pour des conseils de prévention](#)

Rappelons que la population peut toujours se faire dépister contre la COVID-19 dans l'une de nos cliniques. Pour connaître les horaires et les lieux, la population doit consulter [lavalensante.com/covid19](http://lavalensante.com/covid19)

Pour tous renseignements, le CISSS de Laval vous invite à suivre son compte Twitter [@cissslaval](https://twitter.com/cissslaval)

- 30 -

### **À propos du CISSS de Laval**

Le CISSS de Laval se dédie sans relâche à apprendre, innover et exceller afin d'offrir à la population lavalloise et des régions avoisinantes un ensemble de services de santé et de services sociaux intégrés, accessibles et de qualité. Son capital humain compte plus de 10 000 employés et médecins œuvrant dans 32 installations, dont l'Hôpital de la Cité-de-la-Santé, l'Hôpital juif de réadaptation, le Centre de services ambulatoires de Laval, six CLSC, cinq centres d'hébergement, le Centre de protection de l'enfance et de la jeunesse de Laval, le Centre de réadaptation en dépendance de Laval et le Centre de réadaptation en déficience intellectuelle et troubles envahissants du développement de Laval. Le CISSS de Laval est un milieu de recherche et d'enseignement affilié à l'Université de Montréal et à l'Université McGill. Pour de plus amples renseignements et pour connaître l'ensemble des services offerts dans les installations, consultez [www.lavalensante.com](http://www.lavalensante.com).

**Renseignements :** Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques  
Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval  
Ligne médias : 450 978-8608  
[communications.cissslaval@ssss.gouv.qc.ca](mailto:communications.cissslaval@ssss.gouv.qc.ca)