

VAGUE DE FROID DANS LA MRC DE CANIAPISCAU

Baie-Comeau, le 5 janvier 2024 – La Direction de santé publique de la Côte-Nord désire aviser la population que la MRC de Caniapiscau est actuellement sous l'influence d'une vague de froid avec des températures atteignant les -28 °C le jour avec le refroidissement éolien et -35 °C la nuit pour la période du 5 au 6 janvier 2024. Cette situation concerne les municipalités de Fermont et de Schefferville ainsi que les communautés autochtones de Matimekush-Lac John et de Kawawachikamach.

Une exposition au froid intense peut représenter un risque important d'engelure ou d'hypothermie. Les personnes âgées, les jeunes enfants, les gens qui travaillent à l'extérieur, les motoneigistes et les personnes qui font des activités hivernales sont particulièrement vulnérables au froid. De plus, les personnes souffrant de problèmes cardiovasculaires ou respiratoires risquent d'aggraver leurs symptômes lorsqu'elles sont exposées au grand froid.

Ainsi, la Direction de santé publique recommande les mesures suivantes à la population de la MRC de Caniapiscau :

- Habillez-vous en mettant plusieurs couches de vêtements. Le vêtement que vous mettez par-dessus tous les autres doit couper le vent et être imperméable.
- Couvrez-vous la tête, le nez, la bouche et le cou.
- Portez des gants adéquats pour maintenir vos mains au chaud.
- Portez des bottes qui vous tiendront les pieds au chaud tout en vous permettant d'éviter de glisser et de tomber.
- Maintenez un niveau régulier d'activité, par exemple en marchant constamment.
- Limitez les efforts physiques vigoureux, comme pelleter la neige ou courir.
- Si vous devez rester à l'extérieur pour une longue période, prenez des répit dans des endroits chauds et à l'abri du vent.
- Si possible, offrez un abri temporaire à un proche ou une personne dans le besoin afin de réduire le risque de conséquence pour la santé.

Pour plus d'information concernant les effets du froid sur la santé, visitez le site quebec.ca.

- 30 -

Source : Pascal Paradis
Conseiller en communication
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord
418 589-9845, poste 252268