



# PRÉFET DE TARN-ET-GARONNE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Montauban, le 27 juillet 2024

## Communiqué de presse

### **Le Tarn-et-Garonne est placé en vigilance orange canicule dimanche 28 juillet à compter de 12H00**

Le département de Tarn-et-Garonne est placé en vigilance ORANGE canicule par Météo France pour un phénomène débutant demain, dimanche 28 juillet, à midi.

Le niveau orange correspond à une période de chaleur intense pour laquelle les températures dépassent les seuils indiqués ci-après pendant trois jours et trois nuits consécutifs (soit 21 degrés la nuit et 36 degrés le jour).

Demain, dimanche 28 juillet, des températures maximales pour le jour de 34 à 36 degrés, et 39 degrés sur le causse de Caylus. Les températures minimales pour la nuit suivante seront comprises entre 20 et 23 degrés.

Pour le lundi 29 juillet, les températures maximales diurnes seront comprises entre 38 et 39 degrés, et 42 degrés sur le causse de Caylus. Températures minimales pour la nuit suivante : entre 21 et 24 degrés.

Pour la journée de mardi, températures comprises entre 36 et 39 degrés, et 35 degrés dans le Quercy vert.

Tenez-vous informés sur : <https://vigilance.meteofrance.fr>

**En conséquence, le Préfet de Tarn-et-Garonne appelle à la vigilance et invite à veiller sur la santé des plus fragiles. Il recommande à tous et plus particulièrement aux personnes vulnérables de respecter les conseils de prévention.**

#### Conseils pour se protéger de la chaleur :

- Buvez régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif
- Rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avant bras) plusieurs fois par jour
- Mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool
- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes (11 h- 21 h) et passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarchés, musée...)
- Limitez les activités physiques et sportives
- Maintenez votre logement frais (fermez rideaux, fenêtres et volets la journée, aérer la nuit s'il fait plus frais)
- Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez-leur visite. Accompagnez-les dans un endroit frais.
- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin

Retrouvez toutes les recommandations :

<https://www.occitanie.ars.sante.fr/canicule-et-fortes-chaleurs-les-bons-reflexes-de-prevention-pour-tous>

<http://travail-emploi.gouv.fr/actualites/l-actualite-du-ministere/article/canicule-et-fortes-chaleurs-protégez-vous>