



PRÉFET DE TARN-ET-GARONNE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Montauban, le 5 septembre 2023

Communiqué de presse

Vigilance jaune canicule sur le département de Tarn-et-Garonne

Le département de Tarn et Garonne a été placé par Météo France en vigilance jaune pour le phénomène canicule à partir de ce jour à 12h.

Les températures maximales de la journée pourront atteindre jusqu'à 35 degrés. Ces températures sont au-dessus des valeurs de saison et seront accompagnées d'un vent de sud sud est modéré par endroits, de l'après midi jusqu'en début de soirée.

La température minimale pour la nuit prochaine sera de 20 degrés au nord du Tarn-et-Garonne et de 17 degrés sur les autres régions.

En conséquence, le Préfet de Tarn-et-Garonne appelle à la vigilance et rappelle les bons réflexes à adopter pour se protéger et veiller sur la santé des plus fragiles face à la chaleur.

Réflexes à adopter par tous et notamment par les personnes vulnérables* ou surexposées afin de lutter au mieux contre les conséquences 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 avants bras) plusieurs fois par jour ;
- Mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool ;
- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes et passez plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché, musée...);
- Évitez les activités physiques et sportives aux heures les plus chaudes (12h -16h) et en plein soleil ;
- Maintenez votre logement frais (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais) ;
- Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide ;
- Consultez régulièrement le site de Météo-France pour vous informer.

**personnes âgées de plus de 65 ans, personnes handicapées ou malades à domicile, personnes dépendantes, femmes enceintes...*

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

Retrouvez toutes les recommandations :

<https://www.tarn-et-garonne.gouv.fr/Actualites/Conseils-sante-face-aux-fortes-chaleurs-en-Tarn-et-Garonne>

<http://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/canicule>

<https://www.ars.sante.fr/>

<http://invs.santepubliquefrance.fr/>

[http://travail-emploi.gouv.fr/actualites/l-actualite-du-ministere/article/canicule-et-fortes-chaleurs-
protegez-vous](http://travail-emploi.gouv.fr/actualites/l-actualite-du-ministere/article/canicule-et-fortes-chaleurs-
protegez-vous)