



# PRÉFET DE TARN-ET-GARONNE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Montauban, le 17 août 2023

## Communiqué de presse

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

**À compter de ce jour à 12h00, le département de Tarn-et-Garonne est placé en vigilance jaune par Météo France en raison du début d'un épisode durable de fortes chaleurs.**

Le département du Tarn-et-Garonne est actuellement en vigilance jaune vague de chaleur jusqu'à minima samedi 19 août minuit.

A partir d'aujourd'hui et jusqu'à samedi au moins, les températures maximales attendues vont de 33 à 38 degrés. Ces températures sont au-dessus des valeurs normalement observées. La nuit, elles pourront atteindre de 19 à 22 degrés.

Selon les prévisions de Météo France, cette tendance pourrait s'intensifier à partir de dimanche avec des pics de chaleurs attendus à plus de 40 degrés.

**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-protégez-vous>