



# PRÉFET DE L'AVEYRON

Liberté  
Égalité  
Fraternité

## Service des sécurités SIDPC

Direction des services du cabinet

à

SOUS-PRÉFECTURE MILLAU, SOUS-PRÉFECTURE VILLEFRANCHE, CORG GENDARMERIE, DDSP, CODIS, DDT, DDETSPP, ARS, DSDEN, DMD, DRAAF, DREAL, CONSEIL DÉPARTEMENTAL 12, MÉTÉO FRANCE 81, ASSOCIATIONS AGRÉÉES DE SÉCURITÉ CIVILE, MAIRES

## VIGILANCE MÉTÉO ORANGE POUR UN RISQUE DE CANICULE.

Date : 29/07/2024

Heure : 06h00

**Phénomène prévu : épisode caniculaire nécessitant une vigilance particulière en raison de son intensité. Début du phénomène attendu ce jour et jusqu'au 30 juillet à 0h00.**

En ce début de semaine, un flux de secteur SUD et des conditions anticycloniques s'installent et se renforcent. Ainsi, une hausse progressive des températures s'entame et des températures caniculaires sont attendues en plaine et atteindront souvent de 38° à 40°C localement 41°C.

Sur les reliefs aveyronnais, les températures légèrement moins chaudes atteindront de 34° à 37°C.

Au cours de la nuit de lundi à mardi, les températures se maintiennent au dessus des 20°C sur l'ensemble de la région et sont même comprises entre 22° et 24°C en plaine.

Les températures caniculaires se maintiennent au moins jusqu'à mercredi soir.

### Conséquences possibles :

- \* Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé.
- \* Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les personnes atteintes de maladie chronique ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, et les personnes isolées.
- \* Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention à la déshydratation et au coup de chaleur.
- \* Veillez aussi sur les enfants.
- \* Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 40°C, une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, une somnolence, une soif intense, une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.

### Conseils de comportement :

- \* Buvez de l'eau plusieurs fois par jour.
- \* Continuez à manger normalement.
- \* Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateuse, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains tièdes.
- \* Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h-21h).
- \* Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers.
- \* Essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé deux à trois heures par jour.
- \* Limitez vos activités physiques et sportives.
- \* Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit.
- \* 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.
- \* Si vous avez besoin d'aide appelez la mairie.
- \* Pour en savoir plus, consultez les sites : <https://solidarites-sante.gouv.fr/>

IL VOUS EST DEMANDÉ LA PLUS GRANDE VIGILANCE ET DE SUIVRE L'ÉVOLUTION DE LA SITUATION SUR :

LE SITE INTERNET [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

LE RÉPONDEUR DE MÉTÉO-FRANCE : 05 67 22 95 00 (coût d'une communication locale)