



PRÉFET DU LOT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

SUJET DU COMMUNIQUÉ

Cahors, le 6 août 2020

Le département du Lot placé en vigilance orange canicule : appel à la vigilance

Sur recommandation de Météo France, Michel Prosic, préfet du Lot, a placé le département en vigilance orange canicule dès vendredi 7 août 2020. Cet épisode de canicule devrait durer jusqu'en début de semaine prochaine.

Pour le département, un épisode de canicule se définit dès lors que les températures maximales, dans la journée, dépassent 33 °C et que la température ne descend pas au-dessous de 20 °C la nuit, pendant trois jours consécutifs ou plus.

Outre ce volet opérationnel, le plan canicule comprend des conseils de prévention et de comportement face aux fortes chaleurs, et un appel à la vigilance et à la solidarité de tous vis-à-vis des publics les plus fragiles et les plus exposés.

Avant et pendant la période de canicule, les personnes âgées, isolées ou handicapées peuvent se faire connaître auprès des services municipaux pour figurer sur le registre communal afin que des équipes d'aide et de secours puissent leur venir en aide durant cette vague de fortes chaleurs.

En cas de problème de santé ou de traitement médicamenteux régulier (adaptation de doses par exemple), il est conseillé de solliciter l'avis de son médecin.

Pendant la période de canicule, quelques gestes simples à adopter :

- **boire régulièrement de l'eau** sans attendre d'avoir soif
- **se rafraîchir** et se mouiller le corps (au moins le visage et les avant-bras) plusieurs fois par jour
- **manger en quantité suffisante** et ne pas boire d'alcool
- éviter de sortir aux heures les plus chaudes et passer plusieurs heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché, musée...)
- **éviter les efforts physiques**
- maintenir son **logement frais** (fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais)
- penser à **donner régulièrement de ses nouvelles** à ses proches et, dès que nécessaire, oser demander de l'aide
- consulter régulièrement le site de Météo-France pour s'informer
<http://vigilance.meteofrance.com/index.html>

Pôle de la communication interministérielle de l'État

05 65 23 10 60 / 06 07 80 97 16
marine.tudal@lot.gouv.fr
pref-communication@lot.gouv.fr

Place Chapou
46009 Cahors Cedex



PRÉFET DU LOT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Dans le contexte de l'épidémie de Covid-19 d'autres mesures sont recommandées :

- lavez-vous régulièrement les mains ;
- au travail, respectez les gestes barrières afin d'éviter le port du masque en continu ;
- l'utilisation du ventilateur est contre-indiquée dans les espaces clos collectifs même en l'absence de malades ;
- les climatisations doivent être nettoyées et entretenues régulièrement.

Un numéro vert a été mis en place au **0 800 06 66 66** (appel gratuit depuis un poste fixe en France du lundi au samedi, de 9h à 19h), afin d'obtenir des conseils pour se protéger et protéger son entourage, en particulier pour les personnes fragiles.

Afin d'informer et sensibiliser la population sur les risques des épisodes de forte chaleur, les services de l'État dans le Lot diffusent régulièrement les bons gestes à adopter, à destination du grand public, sur le site internet des services de l'État : <http://www.lot.gouv.fr/en-cas-d-episode-de-forte-chaleur-a11694.html>, ou bien sur la page Facebook et le compte Twitter Préfet du Lot.

Pôle de la communication interministérielle de l'État

05 65 23 10 60 / 06 07 80 97 16
marine.tudal@lot.gouv.fr
pref-communication@lot.gouv.fr

Place Chapou
46009 Cahors Cedex