

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

**Vigilance météorologique Jaune (niveau 2)  
pour canicule sur le département du Gard**  
#Gestion sanitaire des vagues de chaleur

Nîmes, le 19 juillet 2021

**À compter de ce jour, à 16 heures, les services de Météo France placent le département du Gard en vigilance météorologique jaune de niveau 2 pour PIC DE CHALEUR.**



En ce début de semaine, la chaleur s'accroît dans le Gard sans qu'un épisode de canicule ne soit envisagé. En effet, en fin de semaine une dégradation orageuse et un rafraîchissement sont attendus.

Pour la journée de mardi et les deux jours suivants, les maximales devraient atteindre en journée 35/36° (et durant la nuit 21/22°) à l'intérieur des terres notamment en vallée du Rhône et en plaine gardoise.

La possibilité d'orages de chaleur localisés n'est pas à exclure.

### Conseils de comportement :

- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin ;
- Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour. Accompagnez-les dans un endroit frais ;
- Pendant la journée : fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit. Utilisez ventilateur et/ou climatisation si vous en disposez. Sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) deux à trois heures par jour ;
- Mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains ;
- Adultes et enfants : buvez beaucoup d'eau. Pour les personnes âgées : buvez 1.5L d'eau par jour et mangez normalement. Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h-21h) ;
- Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers. Limitez vos activités physiques ;
- Tenez-vous informés sur les sites internet : [www.gard.gouv.fr](http://www.gard.gouv.fr), [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) ou encore [www.occitanie.ars.sante.fr](http://www.occitanie.ars.sante.fr)