

ALERTE CANICULE : VIGILANCE ROUGE

Vigilance rouge canicule dans le département du Lot

Météo France place le département du Lot en vigilance météorologique ROUGE « Canicule » (niveau 4) à compter d'aujourd'hui, dimanche 21 juin 2026 à 12h.

Une vague de chaleur est attendue à partir de ce midi, les températures maximales pourront dépasser les 40°C.

Le ministère de la Santé a activé, dès jeudi 18 juin 2026 et jusqu'à la fin de l'épisode de canicule, le numéro vert Canicule info service.

Canicule info service : 0800 06 66 66 (Appel gratuit depuis un poste fixe en France métropolitaine, de 9h à 19h).

Cette plateforme téléphonique permet d'obtenir des conseils pour se protéger et protéger son entourage, en particulier les plus fragiles et adopter les bons réflexes en cas de fortes chaleurs.

RECOMMANDATIONS :

Ces conditions météorologiques appellent une vigilance accrue de la part de tous, notamment auprès des :

- **Personnes âgées souffrant de maladies chroniques ou isolées :** prendre régulièrement de leurs nouvelles ou leur rendre visite deux fois par jour, les accompagner dans un endroit frais, les inciter à s'inscrire auprès de leurs mairies (en vue d'un suivi spécifique),

- **Nourrissons et jeunes enfants :** veillez à les protéger en permanence de la chaleur (éviter les sorties aux heures les plus chaudes, les faire boire et les hydrater régulièrement, leur faire porter chapeau et lunettes de soleil et leur appliquer de la crème solaire).

Ne les laissez jamais dans une pièce mal ventilée ou un véhicule, même pendant une très courte durée.

- **Travailleurs :** buvez beaucoup d'eau, plusieurs fois par jour. Soyez vigilants pour vos collègues et vous-même. Protégez votre peau du soleil et si vous vous sentez mal, signalez-le rapidement. Il est également rappelé aux employeurs d'évaluer les risques et de prendre les décisions

qui s'imposent, notamment l'aménagement des horaires afin de limiter l'exposition des salariés aux températures les plus fortes de la journée et le report des tâches pénibles, notamment dans le secteur du bâtiment et des travaux publics.

- **Sportifs :** ne pas avoir d'activité physique aux heures les plus chaudes de la journée. S'hydrater.

Pour se protéger de la chaleur, il convient de :

- **Boire régulièrement de l'eau,**
- **Manger en quantité suffisante,**
- **Ne pas boire d'alcool,**
- **Mouiller son corps et se ventiler,**
- **Maintenir sa maison au frais, fermer ses volets le jour,**

- **Éviter les efforts physiques,**

- **Donner et prendre des nouvelles de ses proches.**

Informez-vous régulièrement de l'évolution de la situation météorologique en consultant le site Internet de vigilance : <https://vigilance.meteofrance.fr>

Informations extraites du Communiqué de Presse de la Préfecture du Lot du 20 juin 2026.

En cas de besoin, contactez le Maire au 06 24 49 74 25.

EN CAS D'URGENCE, APPELEZ :

- **les Pompiers en téléphonant au 18 ou au 112,**
- **le SAMU en composant le 15**

À LENTILLAC DU CAUSSE, le 21 juin 2026

Le Maire, Aurélie POUJADE

