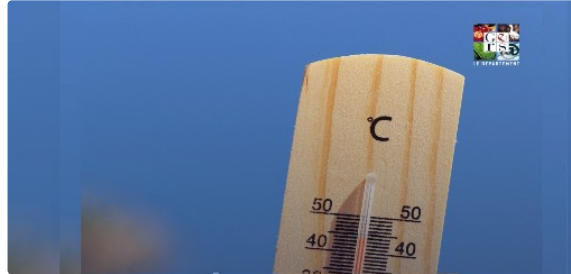


## Le Gers placé en vigilance canicule depuis ce mercredi midi

Communiqué de presse



Le Gers placé en vigilance canicule depuis ce mercredi midi

Avec les fortes chaleurs annoncées, il est important d'adopter les bons réflexes pour se protéger et garder son logement le plus frais possible.

Fermez volets et fenêtres en journée, aérez tôt le matin ou le soir, évitez les appareils qui produisent de la chaleur et pensez à vous hydrater régulièrement.

**Quelques gestes simples peuvent aussi aider à limiter la chaleur :**

- créer de l'ombre autour du logement
- végétaliser les espaces extérieurs et balcons
- faire circuler l'air dès que les températures baissent
- utiliser les ventilateurs avec modération

Soyez particulièrement attentifs aux personnes âgées, isolées, fragiles et aux jeunes enfants.

- Retrouvez conseils et les solutions pour rester au frais sans climatisation sur <https://agirpourlatransition.ademe.fr/.../canicule>