



REGIONE AUTONOMA DE SARDIGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

PRESIDÈNZIA  
PRESIDENZA

Direzione Generale della protezione civile.

Cagliari 07.07.2026

## COMUNICATO STAMPA

### AVVISO DI CONDIMETEO AVVERSE PER ALTE TEMPERATURE

Ai sensi del Piano di Protezione Civile Regionale di cui alla Deliberazione della Giunta Regionale n. 1/9 del 08.01.2019

Con richiesta di dare massima diffusione dei contenuti del presente, si informa che il Centro Funzionale Decentrato di Protezione Civile - Settore Meteo, in data odierna, con **AVVISO di CONDIZIONI METEO AVVERSE** (Prot. n. 31170 del 07.07.2026) comunica che a partire **dalle ore 10:00 del 08.07.2026 e sino alle ore 20:00 del 08.07.2026**

***A PARTIRE DALLE TARDA MATTINATA DI DOMANI (08/07/2026) E FINO ALLA SERATA SI PREVEDE UN SENSIBILE AUMENTO DELLE TEMPERATURE SULLA SARDEGNA ORIENTALE E SUL CAMPIDANO MEDIO E BASSO OVE POTRANNO RAGGIUNGRE LOCALMENTE I 40°C.***

L'avviso di condimeteo avverse e tutti i documenti emessi dal Centro Funzionale sono consultabili al seguente indirizzo web:

**<http://www.sardegnaambiente.it/index.php?xsl=2273&s=20&v=9&nodesc=1&c=7092>**

**ALTE TEMPERATURE:** non uscire nelle ore più calde, dalle 12 alle 18, soprattutto i soggetti a rischio. In casa, proteggersi dal calore del sole con tende o persiane. In generale consumare pasti leggeri e mangiare molta frutta, bere adeguatamente evitando bevande alcoliche e caffeina. Indossare abiti e cappelli leggeri e di colore chiaro ed evitare le fibre sintetiche. Se in casa ci sono persone malate fare attenzione che non siano troppo coperte. I soggetti a rischio sono: le persone anziane e/o non autosufficienti o convalescenti, le persone che assumono regolarmente farmaci, i neonati e i bambini piccoli, chi fa esercizio fisico o svolge un lavoro intenso all'aria aperta.

Le norme di comportamento da adottare prima, durante le ondate di calore sono consultabili al seguente indirizzo web:

**[http://www.sardegnaambiente.it/documenti/20\\_467\\_20190227151550.pdf](http://www.sardegnaambiente.it/documenti/20_467_20190227151550.pdf)**

**Il Direttore Generale  
MERELLA MAURO**