



REGIONE AUTONOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

PRESIDÈNZIA
PRESIDENZA

Direzione Generale della protezione civile.

Cagliari 20.07.2026

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. 33622 del 20.07.2026) comunica che a partire **dalle ore 20:00 del 20.07.2026 e sino alle ore 20:00 del 22.07.2026**

IN CONTINUITÀ CON L'AVVISO PRECEDENTE, CHE VEDE PER OGGI 20 LUGLIO 2026 TEMPERATURE MASSIME LOCALMENTE ANCHE SUPERIORI AI 45°C SULLA SARDEGNA CENTRALE E MERIDIONALE. DALLA SERA DI OGGI, E FINO ALLA SERA DI MERCOLEDÌ 22, SULLA SARDEGNA SI PREVEDONO TEMPERATURE MASSIME DIFFUSAMENTE SUPERIORI AI 40°C, CON PICCHI LOCALI FINO A 45°C. INOLTRE SI REGISTRERANNO NOTTI TROPICALI, CON TEMPERATURE MINIME ANCHE SUPERIORI AI 25°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

**Il Direttore Generale
MERELLA MAURO**