



**PRÉFET
DE LA
CHARENTE-
MARITIME**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

La Rochelle, le 21 Août 2023

VIGILANCE ORANGE CANICULE DANS LE DÉPARTEMENT DE LA CHARENTE-MARITIME

Météo-France place le département de la Charente-Maritime en vigilance orange canicule à compter de ce lundi 21 août 2023, à 12h.

Au regard de ces prévisions météorologiques, le Préfet de la Charente Maritime a activé le passage au niveau 3 (alerte canicule) prévu au plan de gestion d'une canicule départementale.

Le risque de dépassement des températures peut mettre en danger les personnes fragiles : personnes âgées, personnes handicapées, personnes atteintes de maladies chroniques (cardio-vasculaires, cérébrovasculaires, respiratoires, rénales, neurologiques, diabète) ou de troubles de la santé mentale, personnes prenant régulièrement des médicaments (tranquillisants, diurétiques...), personnes isolées. Les enfants sont également sensibles à la chaleur. Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention au « coup de chaleur ».

Conseils de comportement :

- Maintenez votre logement frais : pendant la journée, fermer volets, rideaux et fenêtres. Aérer la nuit.
- Buvez régulièrement et fréquemment, au moins 1,5 litre d'eau par jour, sans attendre d'avoir soif.
- Rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps, au moins le visage et les avants-bras, plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateur, d'un gant de toilette ou en prenant des douches ou des bains.
- Utilisez ventilateurs et/ou climatisation si vous en disposez, sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grande surface, cinéma, bibliothèque municipale,...), 2 à 3 heures par jour.
- Evitez de sortir aux heures les plus chaudes (11h - 17h).
- Ne consommez pas d'alcool, qui altère les capacités de lutte contre la chaleur et favorise la déshydratation.
- Si vous devez sortir, restez à l'ombre, portez un chapeau, des vêtements légers et amples et des lunettes de soleil.
- Limitez vos activités physiques.

Contact réservé à la presse

Service départemental de la communication
interministérielle

Tél. : 05 46 27 43 05 / Port. : 06 37 74 87 22

Courriel : pref-communication@charente-maritime.gouv.fr

38 rue Réaumur
CS 70000

17017 LA ROCHELLE CEDEX 1
www.charente-maritime.gouv.fr
[Twitter](#) / [Facebook](#) / [Youtube](#)

- Osez demander de l'aide.

- Si vous avez des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées dans votre entourage, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite. Accompagnez-les dans un endroit frais.

En cas de malaise ou de troubles du comportement (étourdissements, maux de tête violents, grande fatigue, nausées, crampes musculaires...), n'hésitez pas à appeler un médecin, le 15 (SAMU) ou le 18 (Sapeurs-Pompiers).

Contact réservé à la presse

Service départemental de la communication
interministérielle

Tél. : 05 46 27 43 05 / Port. : 06 37 74 87 22

Courriel : pref-communication@charente-maritime.gouv.fr

38 rue Réaumur
CS 70000

17017 LA ROCHELLE CEDEX 1
www.charente-maritime.gouv.fr
[Twitter](#) / [Facebook](#) / [Youtube](#)