



**PRÉFET
DE LA
CHARENTE-
MARITIME**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

La Rochelle, le 25 mai 2025

VIGILANCE FORTES CHALEURS DANS LE DÉPARTEMENT DE LA CHARENTE-MARITIME

Dans le cadre de l'épisode de forte chaleur en cours, le préfet de la Charente-Maritime appelle l'attention de tous sur les réflexes à adopter.

CONSEILS DE COMPORTEMENT

- buvez régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif;
- rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps (au moins le visage et les avant bras) plusieurs fois par jour;
- mangez en quantité suffisante et ne buvez pas d'alcool ;
- évitez de sortir aux heures les plus chaudes ;
- évitez les efforts physiques;
- maintenez votre logement frais (fermez fenêtres et volets en début de journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais);
- pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, osez demander de l'aide.

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes, notamment les travailleurs exposés à la chaleur, sont exposés plus encore au risque de la déshydratation. Pour y remédier, ils doivent boire abondamment, surtout de l'eau ou des boissons non alcoolisées.

Les organisateurs d'événements, en extérieur ou en intérieur, sont appelés à adapter leur dispositif pour permettre au public, en particulier les personnes les plus vulnérables, et aux personnes assurant l'encadrement du public l'accès à l'eau et à des zones ombragées ou plus fraîches.

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 PRESSE

Service départemental de la communication interministérielle
Muriel Tabary-Dumas, *Cheffe de service* – 06 37 74 87 22
Aurora Turmel, *Adjointe à la Cheffe de Service* – 06 02 15 77 12
Mél. pref-communication@charente-maritime.gouv.fr

38 rue Réaumur - CS 70000
17017 LA ROCHELLE CEDEX 1
www.charente-maritime.gouv.fr
Facebook | Instagram | X | Youtube

