



**PRÉFET  
DE LA  
CHARENTE-  
MARITIME**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

La Rochelle, le 15 juin 2022

### **ALERTE VIGILANCE ORANGE CANICULE DANS LE DÉPARTEMENT DE LA CHARENTE-MARITIME**

**Météo France a placé le département de la Charente-Maritime en vigilance météorologique de niveau orange avec situation météorologique à surveiller pour « canicule », dès ce mercredi 15 juin 2022 à 16h.**

Les très fortes chaleurs persisteront les prochains jours, s'intensifiant jusqu'à samedi et atteignant des valeurs élevées, tant de jour que de nuit.

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 avant-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.
- Osez demander de l'aide.

**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](mailto:pref-communication@charente-maritime.gouv.fr)

38 rue Réaumur  
CS 70000

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