

Jacques Chailloux
Secrétaire du CoDep Cyclo44
Tel : 06 31 82 99 82
[Accueil - CoDep Loire-Atlantique](#)

De : Sport 44 <sport44@ac-nantes.fr>
Envoyé : vendredi 19 juin 2026 11:49
Cc : De-Micheri Jerome <Jerome.De-Micheri@ac-nantes.fr>; Matthieu MOUSSERION <Matthieu.Mousserion1@ac-nantes.fr>
Objet : Alerte météo

Mesdames et Messieurs,

De fortes chaleurs sont annoncées pour les prochains jours. Elles présentent un danger. A ce titre chaque personne est concernée, y compris les sujets en bonne santé même s'il convient d'être particulièrement attentifs aux enfants, aux personnes âgées, aux personnes isolées et aux personnes en situation de handicap. Les personnes qui travaillent en extérieur et les sportifs sont particulièrement susceptibles de se déshydrater ou de faire un coup de chaleur.

Il est ici rappelé les mesures de prévention à adopter pour garantir la sécurité et le bien-être de tous.

Les consignes à respecter en cas de vague de chaleur :

- S'hydrater régulièrement sans attendre d'avoir soif ;
- Réduire les activités physiques et supprimer les sorties aux heures les plus chaudes ;
- Adapter les organisations et l'utilisation des lieux en fonction de l'exposition au soleil afin de travailler dans des espaces préservés de la chaleur, privilégier l'occupation des bureaux exposés au nord ;
- Limiter les entrées de chaleur dans les bureaux ;
- Vérifier la fonctionnalité ou l'installation de stores et/ou de volets ;
- Fermer les volets et rideaux des façades les plus exposées au soleil durant toute la journée ;
 - Maintenir les fenêtres fermées tant que la température extérieure est supérieure à la température intérieure ;
 - Adapter l'alimentation en évitant les aliments trop gras ou trop sucrés afin de prévenir la déshydratation ;

Les signes qui doivent alerter :

Il convient par ailleurs d'être attentif à tout signe de dégradation de la santé (grande faiblesse, grande fatigue, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, nausées, vomissements, crampes musculaires, etc.). En cas de « coup de chaleur » :

- Alerter les premiers secours en composant le SAMU (15) ;
- Transporter la personne à l'ombre ou dans un endroit frais et veiller à ce que ses

vêtements ne gênent pas la baisse de sa température corporelle ;

- Asperger la personne d'eau fraîche ;
- Ventiler autant que possible ;
- Donner de l'eau fraîche en petites quantités si la personne est consciente et peut boire

La préfecture est particulièrement attentive aux manifestations sportives programmées dans les prochains jours. Une page internet donne des informations à ce sujet :

<https://www.fest.fr/agenda/loire-atlantique/sports>

Merci de bien vouloir diffuser cette information.

Bien cordialement,

Jérôme DE MICHERI

Chef du SDJES, conseiller du DASEN en matière de jeunesse, d'engagement et de sports

DSDEN de la Loire-Atlantique

Service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (SDJES)

8 rue général Marguerite – Nantes

Tél. : 02 51 81 68 70 / 06 72 49 93 35

Adresse postale : BP 72616 – 44326 Nantes cedex 3

<https://www.ac-nantes.fr/direction-des-services-departementaux-de-l-education-nationale-de-loire-atlantique-121427>

<https://www.loire-atlantique.gouv.fr/Politiques-publiques/Jeunesse-sport-engagement-vie-associative>