**CONTENUS D’ANIMATION**

**INSTAGRAM – FACEBOOK - X**

**CARNAVAL 2025**

**Alcool/Hydratation • Carnaval 2025**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

> Description Facebook et Instagram :

Cette année, au #CARNAVAL, je bois de l’eau régulièrement !

Les jours gras arrivent à grands pas, l’occasion pour l’ARS de rappeler aux carnavaliers et aux spectateurs l’importance d’une hydratation régulière.

Les températures élevées et la consommation d’alcool peuvent aggraver les risques de déshydratation et de coups de chaleur.

Si vous ressentez des signes de déshydratation (bouche sèche, étourdissements, vertige…), faites une pause et buvez de l'eau ! Assurez-vous de ne plus ressentir de symptômes avant de repartir.

#hydratation #alcool #santé #Martinique #ARS

> Description X :

Cette année, au #CARNAVAL, je bois de l’eau régulièrement !

Si vous ressentez des signes de déshydratation, faites une pause et réhydratez-vous en buvant de l'eau. Assurez-vous de ne plus ressentir de symptômes avant de repartir.

> Description vidéo :

Pendant le #CARNAVAL, l’effervescence est à son comble. Pensez à vous hydrater régulièrement avec de l'eau pour des festivités réussies ! Si vous devez prendre la route, n’oubliez pas que celui qui conduit, c’est celui qui ne boit pas.

Merci à @pompomcchan\_mq pour leur participation à cette vidéo.

#hydratation #alcool #santé #Martinique #Pompomcchann #ARS

**Santé sexuelle • Carnaval 2025**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

> Description Facebook et Instagram :

Cette année, au #CARNAVAL, je me protège !

Plus que quelques jours avant les jours gras, l’occasion pour l’ARS de sensibiliser sur l’importance du dépistage contre les infections sexuellement transmissibles (IST) et l’utilisation du préservatif comme seul moyen de protection efficace.

Les rencontres sociales et les interactions entre les personnes peuvent entrainer une hausse des comportements à risque (non ou mal protégés). Sortez couverts pour éviter toute déconvenue ! Un doute ? mon réflexe, Mon Test IST !

Plus d'infos sur [www.martinique.ars.sante.fr/dispositif-mon-test-ist-0](http://www.martinique.ars.sante.fr/dispositif-mon-test-ist-0) et sur [www.questionsexualite.fr](http://www.questionsexualite.fr)

#SantéSexuelle #santé #Martinique #ARS

> Description X :

Cette année, au #CARNAVAL, je me protège !

Sortez couverts pour éviter toute déconvenue, faites-vous dépister régulièrement, et en particulier en cas de comportement à risque ! Le préservatif : seul moyen de protection efficace contre les IST.

> Description vidéo :

Pendant le #CARNAVAL, les festivités font monter la température. 🌡

Pour ma santé et celle des autres, je me dépiste et me protège !

Merci à @samo\_coach pour la participation à cette vidéo.

#SantéSexuelle #santé #Martinique #ARS

**Bruit • Carnaval 2025**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

> Description Facebook et Instagram :

Cette année, au #CARNAVAL, je veux moins de bruit dans mes oreilles !

Les jours gras sont là, l’occasion pour l’ARS de mettre l’accent sur les dangers du bruit excessif et prolongé pour la santé auditive et générale.

Les festivités carnavalesques, souvent associées à des niveaux sonores intenses (bwadjak, groupes à pied, chars…) peuvent causer des douleurs, des sifflements aigus et/ou des bourdonnements dans les oreilles. Les nourrissons et enfants en bas âge sont particulièrement sensibles à ces agressions sonores.

Pour protéger votre famille et vous-même des risques auditifs, utilisez des bouchons en mousse ou en silicone, des protections auditives sur-mesure, des bouchons en silicone à filtre acoustique ou encore des casques atténuateurs de bruit.

#audition #santé #Martinique #ARS #bruit

> Description X :

Cette année, au #CARNAVAL, je veux moins de bruit dans mes oreilles !

Pour vous protéger des risques auditifs, utilisez des bouchons en mousse ou en silicone, des protections auditives sur-mesure, des bouchons en silicone à filtre acoustique ou encore des casques atténuateurs de bruit.

> Description vidéo :

Pendant le #CARNAVAL, les niveaux sonores sont particulièrement élevés.

Pensez aux bouchons d’oreille ou aux casques anti-bruit !

Attention : les nourrissons et enfants en bas âge sont particulièrement sensibles aux agressions sonores.

Merci à @pompomcchan\_mq et à notre petit figurant pour leur participation à cette vidéo.