



CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES



**Mouiller son corps
et se ventiler**



**Maintenir sa maison
au frais : fermer
les volets le jour**



**Donner et prendre
des nouvelles
de ses proches**



**Manger en
quantité suffisante**



**Ne pas boire
d'alcool**



**Éviter les efforts
physiques**

**BOIRE RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU**

EN CAS DE MALAISE, APPELER LE 15

Pour plus d'informations : 0 800 06 66 66 (appel gratuit)
www.solidarites-sante.gouv.fr • www.meteo.fr • [#canicule](https://twitter.com/canicule)

