



CANICULE, FORTES CHALEURS ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES



MOUILLER SON CORPS
ET SE VENTILER



DONNER ET PRENDRE
DES NOUVELLES
DE SES PROCHES



NE PAS BOIRE
D'ALCOOL

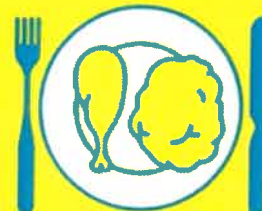


BOIRE
RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU

EN CAS D'URGENCE,
APPELEZ LE 15



MAINTENIR SA MAISON
AU FRAIS : FERMER
LES VOILETS LE JOUR



MANGER EN QUANTITÉ
SUFFISANTE



ÉVITER LES EFFORTS
PHYSIQUES

IMPACT DES FORTES CHALEURS CHEZ LES ENFANTS



Des symptômes
à détecter

- forte fièvre ;
- bouche-sèche ;
- pouls rapide ;
- somnolence anormale ;
- hyperexcitabilité ;
- yeux creux et pupilles dilatées ;
- perte de conscience.

EN CAS DE SYMPTÔMES : PLACEZ VOTRE ENFANT À L'OMBRE, RAFFRAICHISSEZ-LE ET FAITES-LE BOIRE DE L'EAU
SI LA SITUATION DURE : **FAITES LE 15**

TRAVAILLER SOUS FORTES CHALEURS, QUELLES PRÉCAUTIONS PRENDRE ?



BOIRE BEAUCOUP D'EAU
PLUSIEURS FOIS PAR JOUR



ÊTRE VIGILANT
POUR SES COLLÈGUES
ET SOI-MÊME



PROTÉGER SA PEAU
ET SA TÊTE DU SOLEIL



SIGNELEZ-LE
LORSQUE VOUS
VOUS SENTEZ MAL

EN CAS DE MALAISE OU DE COUP DE CHALEUR, ALERTER UN SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL OU APPELER LE 15

   @MinSolSante

 Ministère des Solidarités
et de la Santé
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

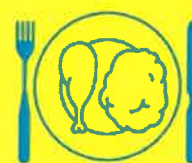


CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES



**Mouiller son corps
et se ventiler**



**Manger en
quantité suffisante**



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



**Ne pas boire
d'alcool**



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



**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.social-sante.gouv.fr/canicule • www.meteo.fr • [#canicule](https://twitter.com/canicule)



**Santé
publique**
France