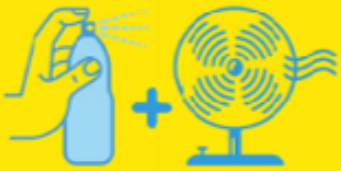
CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTEZ 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.solidarites-sante.gouv.fr • www.meteo.fr • #canicule

Santé publique France