



En période de fortes chaleurs et de canicule

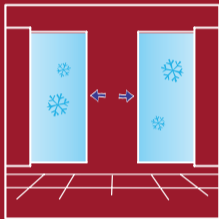
Personne âgée

Je mouille ma peau plusieurs fois par jour tout en la séchant avec un léger courant d'air et ...

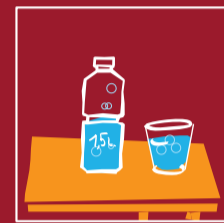
Je ne sors pas aux heures les plus chaudes.



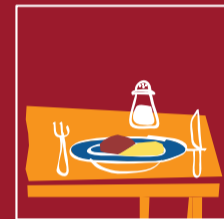
Je passe plusieurs heures dans un endroit frais.



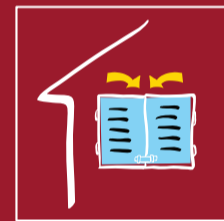
Je donne de mes nouvelles à mon entourage.



Je bois environ 1,5l d'eau par jour.



Je mange normalement.



Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.

Enfant ou adulte

Je bois beaucoup d'eau et ...

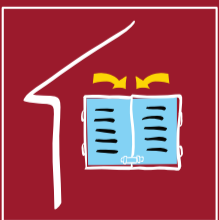
Je ne fais pas d'efforts physiques intenses.



Je ne reste pas en plein soleil.



Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.



Au travail, je suis vigilant pour mes collègues et moi-même.



Je prends des nouvelles de mon entourage.

TBW A \ CO RPO RRA TE © Atexis / C.M. aréchal - Mai 2008



En cas de malaise ou de coup de chaleur, j'appelle le 15.

Pour plus d'informations : 0 800 06 66 66 (Appel gratuit)

www.sante.gouv.fr/canicule • www.meteo.fr ou 32 50 (0,34 euros/minute)



Le Numéro Vert de votre département

APPEL GRATUIT
N° Vert 0 800 00 33 33

