

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

Photo: A.L. © France 3 / A. L. - M. 12/08/2015

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



Fatigue,

Les bons gestes à adopter pour vous protéger et protéger vos proches en cas de forte chaleur

Publié le : Lundi 29 Juillet 2024 09:28

Clics : 1143

sueurs abondantes, nausées, maux de tête, vertiges, crampes, déshydratation, coup de chaleur... Les périodes de fortes chaleurs peuvent avoir de graves effets sur la santé des personnes les plus vulnérables.

Lire la suite : <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14978>