

La canicule, c'est quoi ?

Il y a danger pour ma santé lorsque :



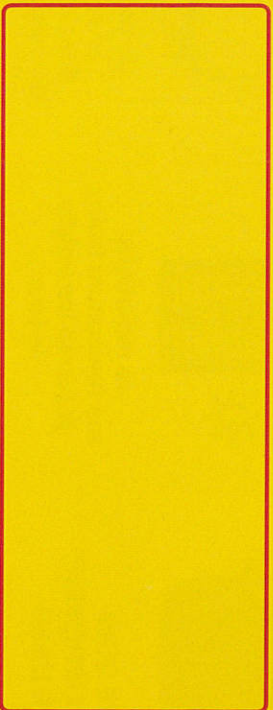
Il fait très chaud.



La température ne descend pas, ou très peu la nuit.



Cela dure 3 jours ou plus.



EN CAS DE MALAISE, **APPELEZ LE 15**

POUR EN SAVOIR PLUS : 0 800 06 66 66 (appel gratuit)

www.meteo.fr pour consulter la météo et la carte de vigilance

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



CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES



En période de canicule,
**il y a des risques pour ma santé,
quels sont les signaux d'alerte?**



Crampes



Fatigue
inhabituelle



Maux de
tête



Fièvre > 38°C



Vertiges /
Nausées



Propos
incohérents

Si vous voyez quelqu'un victime
d'un malaise, **appelez le 15.**

En période de canicule,
quels sont les bons gestes?



Je mouille
mon corps et
je me ventile

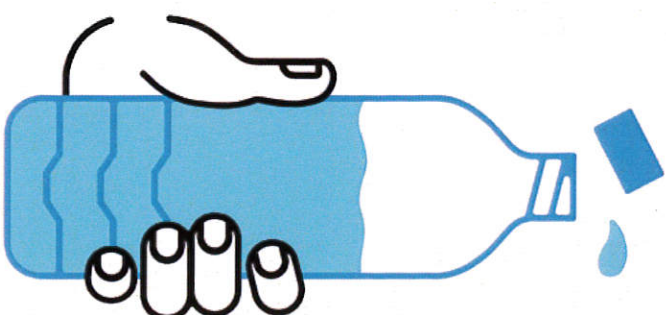


J'évite les efforts
physiques



Je maintiens
ma maison au frais :
je ferme les volets
le jour

JE BOIS
RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU



BON À SAVOIR

À partir de 60 ans ou en situation de handicap,
je peux bénéficier d'un accompagnement

Je suis particulièrement concerné si j'ai
un bébé ou je suis une