

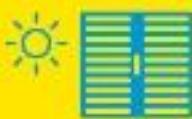


CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPEZ LES BONS RÉFLEXES



Mouiller son corps et se ventiler



Maintenir sa maison au frais : fermer les volets le jour



Donner et prendre des nouvelles de ses proches



Manger en quantité suffisante



Ne pas boire d'alcool



Éviter les efforts physiques



BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU

Source : M. L. / Pixabay / CC0

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



Santé publique France

Fatigue,

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

Publication : lundi 29 juillet 2024 09:28

Affichages : 950

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>