


Pendant les fortes chaleurs



N'attendez pas les premiers effets des fortes chaleurs, **soyez attentifs à ces signaux :**



MAUX DE TÊTE



CRAMPES



NAUSÉES /
VOMISSEMENTS



ROUGISSEMENTS



FATIGUE /
SOMNOLENCE



PERTE DE
CONNAISSANCE

Pendant les fortes chaleurs

Protégez-vous



RESTEZ AU FRAIS



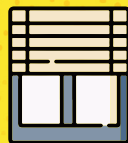
BUVEZ DE L'EAU



**Évitez la
consommation d'alcool**



**Mangez en
quantité suffisante**



**Fermez les volets et fenêtres
le jour, aérez la nuit**



**Mouillez-vous
le corps**



**Organisez votre travail
en fonction de la température
si vous travaillez en extérieur**

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

Pour plus d'informations :
0 800 06 66 66 (appel gratuit)
meteo.fr • #canicule