



**CANICULE, FORTES CHALEURS**

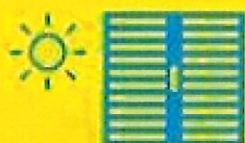
**ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES**



**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**

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

Pour plus d'informations : 0 800 06 66 66 (appel gratuit)  
[www.social-sante.gouv.fr/canicule](http://www.social-sante.gouv.fr/canicule) • [www.mefen.fr](http://www.mefen.fr) • [#canicule](https://twitter.com/canicule)

