

VIGILANCE CANICULE

Comment se protéger



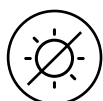
Buvez de l'eau
plusieurs fois par jour



Continuez à **manger
normalement**



Mouillez-vous le corps
plusieurs fois par jour



Ne sortez pas aux heures
les plus chaudes



Protégez les personnes
les plus fragiles



En cas de malaise,
appelez le 15



Si vous avez besoin d'aide,
appelez la mairie



Portez des **vêtements légers**



Restez dans un **endroit frais**



Limitez vos activités
physiques et sportives



Fermez volets et fenêtres
Aérez la nuit



Toute personne, même en
bonne santé, **est concernée**



Pour prévenir les feux
de végétation, **évitez**
cigarette, barbecue, etc.



En cas de départ de feu,
appelez le 112 ou le 18

En savoir plus : sante.gouv.fr

La Vigilance météo,

c'est Météo-France

Météo-France vous avertit des dangers météorologiques

 vigilance.meteofrance.fr