

VIGILANCE CANICULE

Comment se protéger



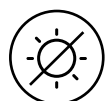
Buvez de l'eau
plusieurs fois par jour



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



Portez des **vêtements légers**



Restez dans un **endroit frais**



Limitez vos activités
physiques et sportives



Fermez volets et fenêtres
Aérez la nuit



Si vous avez besoin d'aide,
appelez la mairie

En savoir plus : sante.gouv.fr

La Vigilance météo,

c'est Météo-France

Météo-France vous avertit des dangers météorologiques

 vigilance.meteofrance.fr