



Quelques conseils en cas de fortes chaleurs ...



Boire de l'eau, même sans soif

Se mettre de l'eau sur le visage





Se protéger du soleil et se couvrir la tête

Privilégier une tenue légère



Manger peu mais souvent

Eviter les efforts physiques

CANICULE, FORTES CHALEURS

QUELS SONT LES SIGNAUX D'ALERTE ?



Crampes



Fatigue inhabituelle



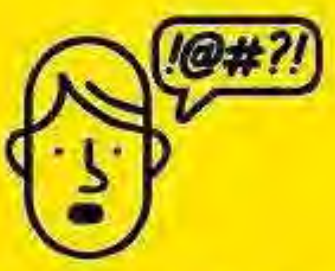
Maux de tête



Fièvre > 38°C



Vertiges / Nausées



Propos incohérents