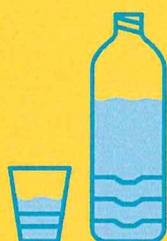




## CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTER LES BONS RÉFLEXES

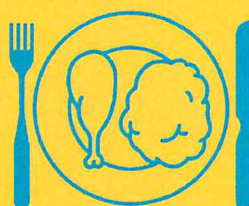


Boire environ  
1,5L d'eau  
par jour

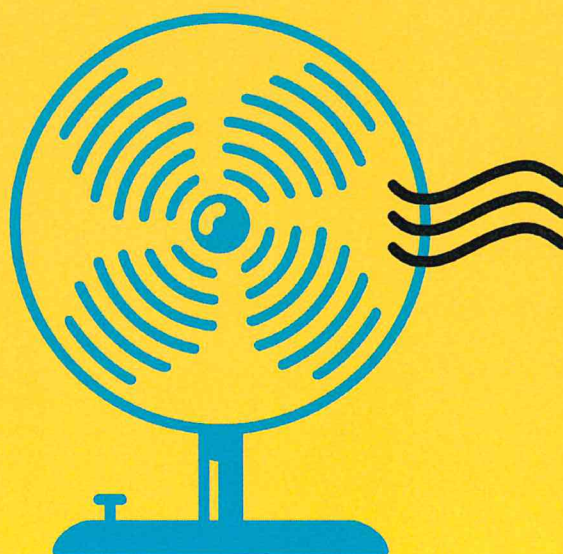


Passer  
du temps dans  
un endroit frais

### MOUILLER SON CORPS ET SE VENTILER



Manger  
en quantité  
suffisante



Donner  
des nouvelles  
à ses proches

# Personnes âgées dépendantes

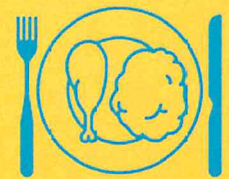


## CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTÉZ 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**

**Grand public**