

Canicule, les geste essentiels



Les fortes chaleurs peuvent entraîner fatigue, maux de tête, vertiges, nausées ou déshydratation.

Pour se protéger : buvez régulièrement de l'eau, restez au frais, limitez les efforts physiques, fermez les volets en journée et prenez des nouvelles des personnes les plus fragiles.

ATTENTION ! En cas de malaise, de forte fièvre ou de confusion, appelez immédiatement le **15**

BON A SAVOIR : A partir de 65 ans ou en situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Il vous suffit de nous contacter ou de contacter votre Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)