



**Canicule,  
fortes chaleurs**

**Protégez-vous avant  
les premiers effets**

# Quels sont les effets de la chaleur ?



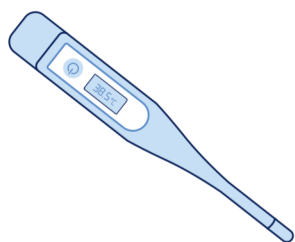
**Crampes**



**Fatigue  
inhabituelle**



**Maux  
de tête**



**Fièvre > 38°C**



**Vertiges /  
Nausées**



**Propos  
incohérents**

Si vous voyez quelqu'un victime d'un malaise, de propos incohérents et de fortes fièvres, **appelez le 15.**

## **BON À SAVOIR**

À partir de 65 ans ou en situation de handicap, je peux bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Il me suffit de contacter ma mairie ou mon Centre Communal d'Action Sociale (CCAS).

# Comment me protéger ?



## ATTENTION

Je suis particulièrement concerné si je suis enceinte, j'ai un bébé ou je suis une personne âgée.

Si je prends des médicaments : je demande conseil à mon médecin ou à mon pharmacien.

# La canicule, c'est quoi ?



Il fait très chaud.



La température ne descend pas la nuit, ou très peu.



Cela dure 3 jours ou plus.

En cas de malaise, **APPELEZ LE 15**



DT08-337-22DE

**POUR EN SAVOIR PLUS** : 0 800 06 66 66\* (appel gratuit)

[www.solidarites-sante.gouv.fr](http://www.solidarites-sante.gouv.fr)

[www.meteo.fr](http://www.meteo.fr) pour consulter la météo  
et la carte de vigilance