

# Vague de fortes chaleurs



Demandez à être suivi(e) par notre collectivité

☞ [Faites-vous recenser en mairie](#)

Adoptez les bons gestes

Retrouvez tous les conseils pour vous protéger et protéger vos proches sur la plateforme **Canicule info service** au 0800 06 66 66.

Du lundi au samedi de 9h à 19h (appel gratuit depuis un poste fixe en France, de 9h à 19h).

# Pendant les fortes chaleurs

## Protégez-vous



**RESTEZ AU FRAIS**



**BUVEZ DE L'EAU**



**Évitez  
l'alcool**



**Mangez en  
quantité suffisante**



**Fermez les volets et fenêtres  
le jour, aérez la nuit**



**Mouillez-vous  
le corps**



**Donnez et prenez des  
nouvelles de vos proches**



**Préférez des activités  
sans efforts**

**EN CAS DE MALAISE,  
APPELÉZ LE 15**

Pour plus d'informations :  
**0 800 06 66 66** (appel gratuit)  
meteo.fr • #canicule