RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

METEO FRANCE Vigilance

VIGILANCE CANICULE

Comment se protéger

- **Buvez de l'eau** plusieurs fois par jour
- Continuez à **manger normalement**
- **Mouillez-vous** le corps plusieurs fois par jour
- **Ne sortez pas** aux heures les plus chaudes (11h-21h)
- **Protégez** les personnes les plus fragiles
- En cas de malaise, **appelez le 15**
- Si vous avez besoin d'aide, **appelez la mairie**
- Portez des **vêtements légers**
- Restez dans un **endroit frais**
- **Limitez** vos activités physiques et sportives
- **Fermez** volets et fenêtres Aérez la nuit
- **Toute personne,** même en bonne santé, **est concernée**
- Pour prévenir les feux de végétation, **évitez** cigarette, barbecue, etc.
- En cas de départ de feu, **appelez le 112 ou le 18**

En savoir plus : **sante.gouv.fr**

La Vigilance météo, c'est Météo-France

Météo-France vous avertit des dangers météorologiques
vigilance.meteofrance.fr