



Les bons gestes en période de canicule



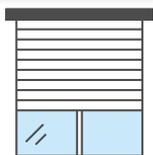
Porter un chapeau et
des vêtements légers



Boire régulièrement



Se mouiller les bras,
le corps, le visage...



Maintenir sa maison
au frais



Ne pas sortir aux
heures chaudes



Manger normalement

Vous êtes une personne
âgée ? Isolée ?
En situation de
handicap ?

Inscrivez-vous sur le
registre auprès du

Pôle Infos Seniors
04 42 41 18 47

En cas de canicule, la Ville peut vous appeler ou vous rendre visite pour vous apporter conseil et soutien.

Et n'hésitez pas à inscrire un proche en situation de dépendance pour qu'il bénéficie d'un suivi.

Canicule Info service 0 800 06 66 66

Numéro vert national



Ne pas boire d'alcool



Ne pas faire
d'efforts physiques