

# N'attendez pas les premiers effets des fortes chaleurs.



MAUX DE TÊTE



CRAMPES



NAUSÉES

## Protégez-vous



**RESTEZ AU FRAIS**  
plusieurs heures par jour



**BUVEZ DE L'EAU**  
sans attendre d'avoir soif

En cas de besoin d'une  
prise en charge médicale :

- 1 Consultez la carte des lieux de soin sur [www.sante.fr](http://www.sante.fr).
- 2 Si aucune offre n'est disponible, appelez le 15.

Pour plus d'informations : [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) • [meteo.fr](http://meteo.fr) • [#canicule](https://twitter.com/canicule)