

Prévention canicule

Respectons les bons gestes

Effets du soleil et de la chaleur :



Crampe musculaire



Fatigue inhabituelle



Maux de tête



Fièvre > 38°C



Vertige et nausée



Propos incohérents

En cas de doute : contacter le poste de secours !

Bons gestes :



**Boire de l'eau régulièrement
(éviter l'alcool)**



Se mouiller le corps



**Manger en quantité et
équilibré**

Penser à prendre des nouvelles de vos voisins de tente

Canicule et forte chaleur
Prenons soin les uns des autres