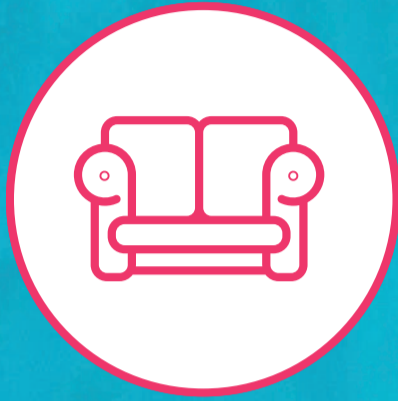


canicule

LES RÈGLES D'OR

MEYRIN



Se reposer,
réduire l'activité
physique



Laisser la chaleur
à l'extérieur et
se rafraîchir



Boire beaucoup
(1.5 litre d'eau
par jour)



Manger des
aliments riches
en eau

QUI CONTACTER?

Ne restez pas seul,
si vous avez besoin de
soutien lorsque l'alerte
canicule est déclenchée
appelez le **022 780 17 40**

URGENCES

 **144**