



**Ne vous exposez pas.
Protégez-vous au
maximum de la chaleur**



**Prenez des nouvelles
de vos proches et de
vos voisins plusieurs
fois par jour**



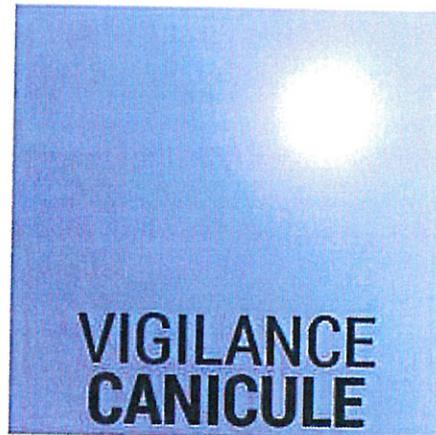
**En cas de malaise ou de
trouble du comportement,
appelez le 15**



**Arrêtez
toute activité physique**



**Protégez les personnes
les plus fragiles**



**Dans la mesure du
possible, rejoignez
un endroit frais
ou climatisé**



**Buvez régulièrement de
l'eau, sans attendre d'avoir
soif, mais pas d'alcool**



**Mouillez-vous le corps
plusieurs fois par jour
(brumisateurs, douche...)**



- **INFORMEZ-VOUS** auprès des autorités et de Météo France
- **SUIVEZ** les comptes officiels sur les réseaux sociaux
- **RESPECTEZ** les consignes données par les autorités



Limitez vos déplacements et privilégiez les transports en commun



Renseignez-vous sur les conditions de circulation et préparez votre itinéraire



Respectez les restrictions de circulation et les déviations mises en place



Munissez-vous d'équipements spéciaux pour votre véhicule : chaînes ou pneus hiver



VIGILANCE NEIGE VERGLAS



Facilitez le passage des engins de dégagement



Emportez des vivres, des vêtements chauds et votre téléphone chargé



Ne touchez en aucun cas aux fils électriques tombés au sol



Évitez les chutes en dégageant la neige et en salant les trottoirs devant votre domicile



- **INFORMEZ-VOUS** auprès des autorités et de Météo France
- **SUIVEZ** les comptes officiels sur les réseaux sociaux
- **RESPECTEZ** les consignes données par les autorités



**Limitez
vos déplacements
et mettez-vous à l'abri**



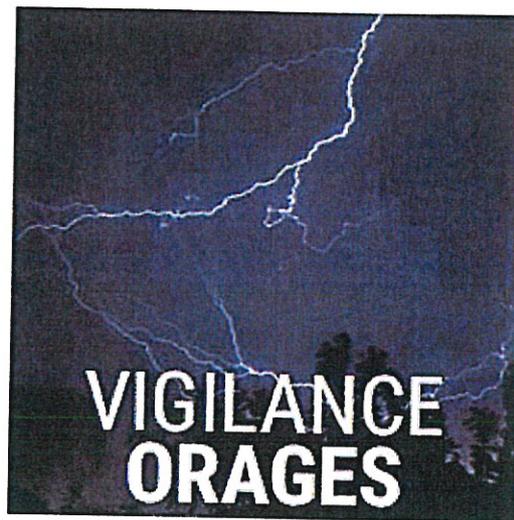
**Évitez les sorties
en montagne ou en forêt**



**Ne vous abritez pas
sous un parapluie, sous
les arbres ou contre
une paroi**



**Abritez-vous dans
votre véhicule
(ni décapotable,
ni toit en plastique)**



**Ne courez pas, ni marchez
à grandes enjambées**



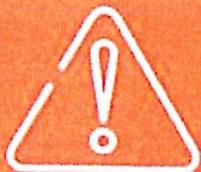
**Mettez en sécurité
vos biens susceptibles
d'être endommagés**



**Évitez d'utiliser votre
téléphone et les appareils
électriques**



**Ne touchez en aucun cas
aux fils électriques
tombés au sol**



- **INFORMEZ-VOUS** auprès des autorités et de Météo France
- **SUIVEZ** les comptes officiels sur les réseaux sociaux
- **RESPECTEZ** les consignes données par les autorités



**Limitez
vos déplacements
et mettez-vous à l'abri**



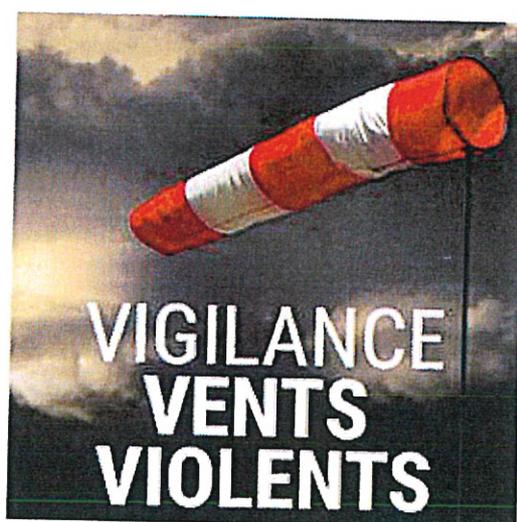
**Ne vous promenez pas
sur le littoral ou en forêt**



**Arrêtez toute activité
en plein air**



**Rangez ou fixez les objets
sensibles aux effets
du vent ou susceptibles
d'être endommagés**



**En ville, soyez vigilants
aux chutes possibles
d'objets divers**



**Placez les groupes
électrogènes à l'extérieur
de la maison**



**Ne prenez pas la mer,
ne vous mettez pas à l'eau
et stoppez toute activité
nautique**



**N'intervenez pas sur
les toitures et ne touchez
en aucun cas aux fils
électriques tombés au sol**



- **INFORMEZ-VOUS** auprès des autorités et de Météo France
- **SUIVEZ** les comptes officiels sur les réseaux sociaux
- **RESPECTEZ** les consignes données par les autorités