

EN CAS DE MALAISE, APPELEZ LE 15
POUR EN SAVOIR PLUS : 0 800 06 66 66 (appel gratuit)
www.meteo.fr pour consulter la météo et la carte
de vigilance www.social-sante.gouv.fr/canicule
[#canicule](https://twitter.com/canicule)

Que faire si je dois sortir en période de canicule avec mon enfant ?

- **Chapeau, casquette et lunettes de soleil, la panoplie indispensable pour toute sortie** : les enfants doivent impérativement avoir la tête couverte. S'ils en ont et les supportent, mettez-leur des lunettes de soleil.
- **Crème solaire** : il est impératif de mettre de la crème solaire aux enfants de manière très régulière. Elle doit être adaptée (indice 40 à 50), non périmée et renouvelée toutes les heures, sauf consigne contraire sur la notice.
- **12h-16h, l'horaire à oublier pour les sorties** : par grande chaleur, sortez le matin tôt avec les enfants ou en toute fin de journée. Ceci est d'autant plus vrai si la période s'accompagne d'un pic de pollution.



CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES

PETITE ENFANCE - ENFANCE

En période de canicule, il y a des risques pour la santé des enfants.

QUELS SONT LES SIGNAUX D'ALERTE ?



Fièvre à 38°C



Une pâleur



Une soif intense avec une perte de poids



Une somnolence ou une agitation inhabituelle

Dans ces cas, il faut :

Mettre l'enfant dans une pièce fraîche.
Lui donner immédiatement et régulièrement à boire.

QUELS SONT LES SIGNES DE GRAVITÉ ?



Troubles de la conscience



Fièvre supérieure à 40°C



Refus ou impossibilité de boire



Couleur de la peau anormale

Dans ces cas, il faut :

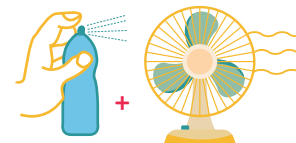
Appeler immédiatement le SAMU
en composant le 15.

En période de canicule, quels sont les bons gestes ?

QUELQUES CONSEILS



Jouer avec de l'eau
Pateaugoire : eau à 1 ou 2°C en dessous de la température corporelle
Attention : toujours sous la surveillance d'un adulte



Humidifier le corps et ventiler



A l'intérieur, ne pas hésiter à laisser les bébés en simple couche et les jeunes enfants en linge très léger



Faire boire de l'eau et uniquement de l'eau (pas de sodas et autres boissons sucrées)