

# trop chaud

Des solutions pour vous protéger en cas de fortes chaleurs

## Nourrissons et jeunes enfants



Urgence vitale ?

**144**

**Assurer une  
hydratation suffisante**

**Mettre de la  
crème solaire**

**Ne jamais laisser  
un enfant seul  
dans un véhicule**

**Privilégier  
les sorties et les  
activités physiques  
aux heures  
les plus fraîches**

**Protéger  
la poussette avec  
une ombrelle et  
non avec un linge**

**Garder la chaleur  
hors du logement**

**Éviter l'exposition  
au soleil direct**

**Veiller  
à la conservation  
des aliments**

**Rafrâchir l'enfant**

**Habiller l'enfant  
avec des  
vêtements légers**

**S'informer  
en cas de prise  
de médicaments**



L'état de santé d'un enfant  
vous inquiète ?

appelez

**son pédiatre**

ou la Centrale des médecins

**0848 133 133**

