



# POUR QUE L'ÉTÉ SOIT BEAU MÊME S'IL FAIT CHAUD

## Conseils pour protéger les enfants lors de chaleur accablante en milieu scolaire

- Encourager les enfants à boire souvent, sans attendre d'avoir soif.
- Favoriser l'enseignement et la tenue d'activités récréatives à l'extérieur, sur des sites ombragés permettant la circulation du vent.
- Éviter les activités physiques intenses durant les moments les plus chauds.
- Penser à ouvrir les fenêtres et portes le matin et le soir; les fermer durant la journée lorsque la température monte.
- Empêcher le soleil d'entrer en fermant les volets, les rideaux ou les stores le jour.
- Garder les lumières et les appareils électriques éteints lors des cours, lorsque cela est possible.

Si vous êtes  
inquiet, appelez  
Info-Santé  
au 811

## Signes importants à surveiller chez l'enfant :

- Fatigue
- Maux de tête
- Nausées
- Vomissements
- Tout changement inhabituel de son état général