



## VAGUES DE CHALEUR

---



### PRÉCAUTIONS À PRENDRE

---

Les précautions à prendre sont les suivantes :

- Boire régulièrement de l'eau
- mouiller son corps et se ventiler
- manger en quantité suffisante
- éviter les efforts physiques
- maintenir sa maison au frais en fermant les volets le jour
- passer du temps dans les endroits frais (cinéma, bibliothèque, grande surface...)

**En savoir plus** <http://www.seine-et-marne.gouv.fr/Actualites/Actualite-du-prefet/Episode-de-canicule-en-Seine-et-Marne>

---

#### MAIRIE DE ST JEAN LES DEUX JUMEAUX

---

46 rue Raymond Poincaré  
77660 Saint Jean Les Deux Jumeaux  
01.64.35.90.12

#### Nous contacter



Nous utilisons des cookies pour vous garantir la meilleure expérience sur notre site. Si vous continuez à utiliser ce dernier, nous considérons que vous acceptez l'utilisation des cookies.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [cliquez ici](#).

[Why is this happening to me?](#)