



# Le **STRESS** dû à la **CHALEUR**

## PEUT ÊTRE MORTEL

La faiblesse, la fatigue et l'étourdissement en sont des symptômes.

# PROTÉGEZ-VOUS!

- BUVEZ DE L'EAU.
- PORTEZ DES VÊTEMENTS AMPLES ET LÉGERS.
- PRENEZ DE FRÉQUENTES PAUSES.
- UTILISEZ UN ÉCRAN SOLAIRE ET COUVREZ-VOUS LA TÊTE SI VOUS SORTEZ.
- TRAVAILLEZ PENDANT LES PÉRIODES FRAÎCHES DE LA JOURNÉE.

Parlez à votre superviseur de vos préoccupations.



Gare à la chaleur!