

RESTE AU FRAIS, PHILLY

Informations pour les personnes ayant des nourrissons et des jeunes enfants



Rafrâchissez-vous.
Passez du temps dans
des environnements
climatisés.



NE LAISSEZ JAMAIS
d'enfants, de bébés ou
d'animaux domestiques
dans une voiture garée
lorsqu'il fait chaud.



Connaissez les signes
d'un coup de chaleur :
transpiration abondante,
vertiges, nausées et
douleurs musculaires.

Le saviez-vous ?

- Le corps peut perdre beaucoup d'eau à cause de la chaleur. Assurez-vous que votre enfant boit beaucoup.
- L'intérieur d'une voiture peut monter de près de 20 degrés Fahrenheit dans les 10 premières minutes, même avec une fenêtre entrouverte. Les enfants qui sont laissés sans surveillance dans des voitures garées risquent une insolation, voire la mort.
- Les coups de soleil peuvent faire augmenter la température de votre corps et rendre son rafraîchissement plus difficile. Utilisez de la crème solaire chaque fois que votre enfant est à l'extérieur et renouvelez l'application de celle-ci comme indiqué sur l'emballage.
- Habiller votre enfant avec des vêtements amples et de couleur claire les jours de grande chaleur peut aider à le maintenir plus frais lorsqu'il joue dehors.

Ressources

Trouvez les centres de
rafrâchissement, les piscines
publiques, les terrains de
pulvérisation et les bibliothèques
publiques gratuites

Préparez-vous et obtenez
GRATUITEMENT les alertes sur
la chaleur et de météo de
@PhilaOEM, directement sur
votre téléphone. Envoyez
READYPHILA par SMS au
888-777 pour vous inscrire.

Heatline de PCA :
215-765-9040
Conseils de sécurité en matière
de chaleur et ressources fournies
par des infirmières formées.

**Pour d'autres ressources liées à la chaleur, ou pour trouver le centre de
rafrâchissement le plus proche, appelez le 3-1-1, ou rendez-vous sur
bit.ly/PhillyHeatEmergency**