

# La canicule, c'est quoi?



Il fait très chaud.



La température ne descend pas la nuit, ou très peu.



Cela dure 3 jours ou plus.

En cas de malaise, **APPELEZ LE 15**



DT08-337-22DE

**POUR EN SAVOIR PLUS:** 0 800 06 66 66\* (appel gratuit)  
[www.solidarites-sante.gouv.fr](http://www.solidarites-sante.gouv.fr)

[www.meteo.fr](http://www.meteo.fr) pour consulter la météo  
 et la carte de vigilance

\* Canicule info service au 0800 06 66 66, appel et service gratuits. Ouvert uniquement pendant les périodes de fortes chaleurs.



**Découvrez les lieux  
 pour se rafraîchir et se détendre  
 à Rennes**

**Culture, loisirs, sports,  
 partout et près de chez vous**

[ete.rennes.fr](http://ete.rennes.fr)

**rennes**  
 VIVRE EN INTELLIGENCE

## ATTENTION

Je suis particulièrement concerné si je suis enceinte, j'ai un bébé ou je suis une personne âgée. Si je prends des médicaments : je demande conseil à mon médecin ou à mon pharmacien.

**Mouillez-vous le corps**

**Évitez l'alcool**

**Donnez et prenez des nouvelles de vos proches**

**Mangez en quantité suffisante**

**Préférez des activités sans efforts**

**Fermez les volets et fenêtres le jour, aérez la nuit**

**RESTEZ AU FRAIS**

**BUVEZ DE L'EAU**

**Protégez-vous**

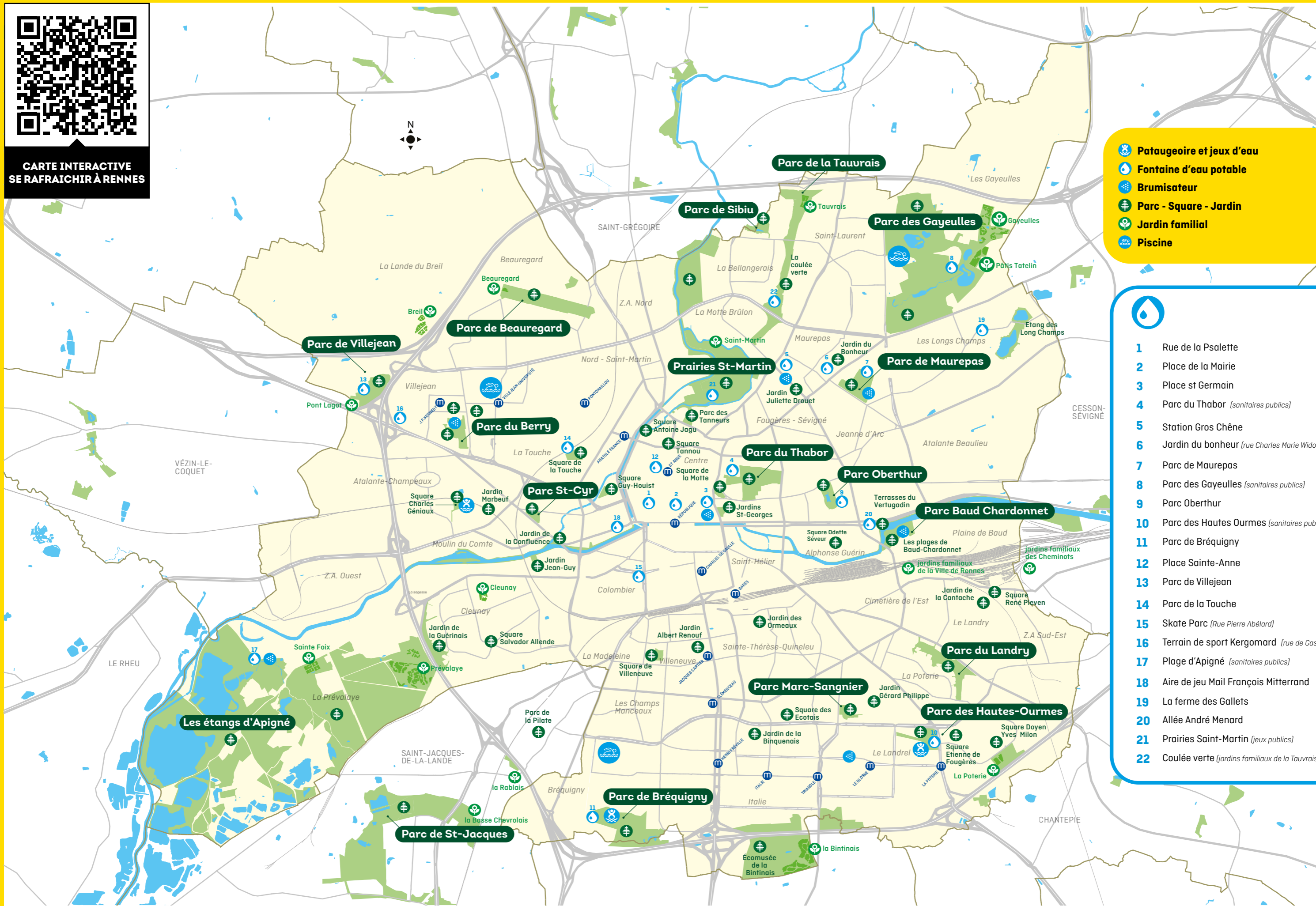
## Quels sont les effets de la chaleur ?

Si vous voyez quelqu'un victime d'un malaise, de propos incohérents et de fortes fièvres, appelez le 15.

**BON À SAVOIR**  
 À partir de 65 ans ou en situation de handicap, je peux bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Il me suffit de contacter le CLIC de Rennes : 02 23 62 21 40 ou par mail à clic@ccasrennes.fr



CARTE INTERACTIVE  
SE RAFFRAICHIR À RENNES



- Pataugeoire et jeux d'eau
- Fontaine d'eau potable
- Brumisateur
- Parc - Square - Jardin
- Jardin familial
- Piscine

- 1 Rue de la Psalette
- 2 Place de la Mairie
- 3 Place st Germain
- 4 Parc du Thabor (sanitaires publics)
- 5 Station Gros Chêne
- 6 Jardin du bonheur (rue Charles Marie Widor sud)
- 7 Parc de Maurepas
- 8 Parc des Gayeulles (sanitaires publics)
- 9 Parc Oberthur
- 10 Parc des Hautes Ourmes (sanitaires publics)
- 11 Parc de Bréquigny
- 12 Place Sainte-Anne
- 13 Parc de Villejean
- 14 Parc de la Touche
- 15 Skate Parc (Rue Pierre Abélard)
- 16 Terrain de sport Kergomard (rue de Gascogne)
- 17 Plage d'Apigné (sanitaires publics)
- 18 Aire de jeu Mail François Mitterrand
- 19 La ferme des Gallets
- 20 Allée André Menard
- 21 Prairies Saint-Martin (jeux publics)
- 22 Coulée verte (jardins familiaux de la Taurais)