

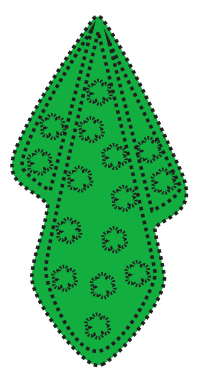
OUF! IL FAIT CHAUD!

Lors des grandes chaleurs de l'été, il est primordial de prendre des précautions particulières pour les enfants de 0 à 5 ans!

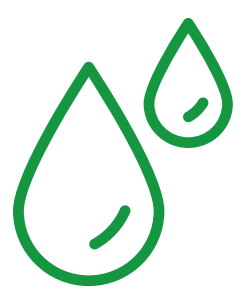
En tout temps, ASSUREZ-VOUS:



de faire **BOIRE DE L'EAU** à l'enfant régulièrement, idéalement aux 20 minutes, voire plus, au besoin!



de **RAFRAÎCHIR LA PEAU** de l'enfant, plusieurs fois par jour, avec une petite serviette mouillée!



de permettre à l'enfant de se rafraîchir grâce aux **BACS** et aux **JEUX D'EAU** mis à sa disposition!



de planifier les activités extérieures **AVANT 10h** et **APRÈS 16h!**



de le vêtir avec des **VÊTEMENTS LÉGERS** et de lui couvrir la tête avec un **CHAPEAU** à large bord!

Si l'enfant présente un ou plusieurs de ces signes et que vous avez des questions sur sa santé, composez le **811.**

EN CAS D'URGENCE, APPELEZ LE 911.

SIGNES IMPORTANTS À SURVEILLER

- Moins d'urine ou urine foncée
- Peau, lèvres ou bouche sèches
- Couleur anormale de la peau (pâle ou rouge)
- Maux de tête, vomissements, diarrhée
- Yeux creux et cernés
- Température du corps élevée, 38,5 °C et plus (rectal)
- Agitation inhabituelle, irritabilité ou confusion
- Difficulté à respirer
- Somnolence, sommeil prolongé et difficulté à se réveiller

