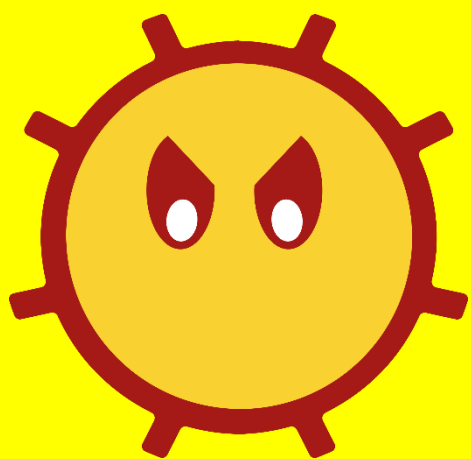
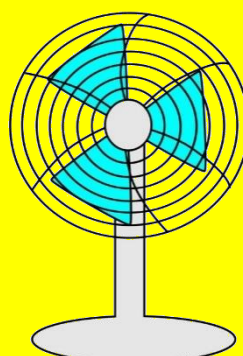


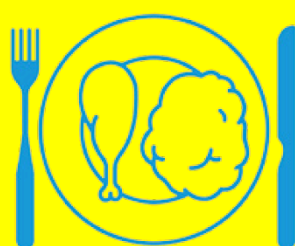


CANICULE :

LES BONS GESTES A EFFECTUER



Je mouille mon corps et je me ventile



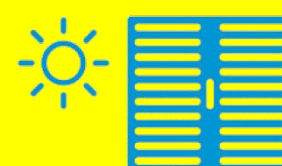
**Je mange en quantité
suffisante**



**J'évite les efforts
physiques**

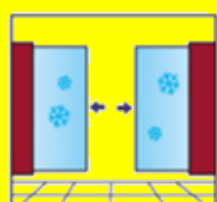


**Je donne des nouvelles
à mes proches**



**Je maintiens
ma maison au frais
en fermant les volets**

En tant que patient dialysé,
je bois seulement la quantité autorisée
(je peux demander conseil
à mon néphrologue ou aux infirmières)



**Je passe plusieurs heures
dans un endroit frais ou climatisé**



**Je ne sors pas aux
heures les plus chaudes**

EN CAS DE MALAISE, J'APPELLE LE 15

alurad