

Grand froid : comment se protéger ?

Températures
en dessous de :



Les risques pour
votre organisme



Les bons gestes



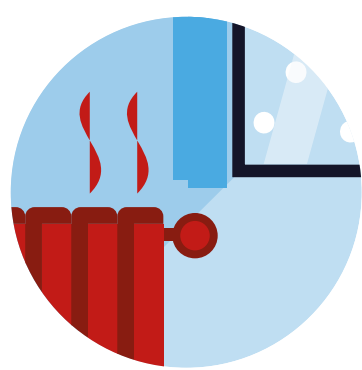
Mangez **des plats nourrissants, hydratez-vous** et évitez de consommer de l'alcool



Marchez avec précaution et limitez au maximum les déplacements en voiture

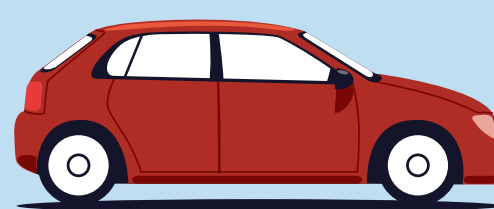


Couvrez-vous le nez et la bouche et évitez de sortir le soir



Maintenez chez vous **une température de 20 °C**

Si vous vous déplacez en voiture



Informez-vous de l'état du réseau routier

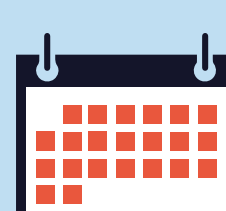


Chargez votre téléphone et emportez couverture, médicaments et vivres



Soyez attentif à la signalisation temporaire

Si vous vous absentez plusieurs jours



Vidangez les canalisations intérieures et extérieures, ou pensez à les calorifuger.



Réglez votre installation de chauffage sur la position «hors gel»

Informations non contractuelles données à titre purement indicatif dans un but pédagogique et préventif. GENERALI ne saurait être tenue responsable d'un préjudice d'aucune nature lié aux informations fournies.

Sources :

<http://www.europ-assistance.fr/fr/entreprises/grand-froid>
<http://social-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/risques-climatiques/article/grand-froid-risques-sanitaires-lies-au-froid>
http://ile-de-france.drjscs.gouv.fr/sites/ile-de-france.drjscs.gouv.fr/IMG/pdf/Tract_GrandFroid_Q.pdf