



**Limitez vos déplacements  
et mettez-vous à l'abri**



**Habillez-vous chaudement  
et ne gardez pas de  
vêtements humides**



**Emportez des vêtements  
chauds, des vivres et  
votre téléphone chargé**



**Évitez les efforts  
 Brusques**



**Prévenez le 115 si vous  
remarquez une personne  
sans abri ou en difficulté**



**N'utilisez pas  
les chauffages à  
combustion en continu**



**Vérifiez le bon état  
de marche de votre  
installation de chauffage**



**Ne bouchez pas  
les entrées d'air  
de votre logement**



- **INFORMEZ-VOUS** auprès des autorités et de Météo France
- **SUIVEZ** les comptes officiels sur les réseaux sociaux
- **RESPECTEZ** les consignes données par les autorités