

BON ÉTÉ BONS RÉFLEXES SANTÉ OCCITANIE



Soleil

- Connaître les effets du soleil et reconnaître les situations à risque pour la santé
- Protéger sa peau et ses yeux
- Savoir comment et pourquoi se faire dépister un mélanome



Sucre

- Connaître les recommandations relatives à la consommation de sucre
- Repérer le sucre (caché) dans les petits plaisirs de l'été



Baignade

- Reconnaître les dangers de baignade (animaux...)
- Maîtriser les consignes pour une baignade en toute sécurité en mer ou en eau douce



Bouger *C'est bon pour ma santé*

- Connaître les recommandations pour un mode de vie plus actif



Moustique tigre et tique

- Connaître les maladies transmises par le moustique tigre et la tique
- Savoir mener des actions de surveillance, de signalement, de protection en cas de présence avérée
- Connaître les bons gestes pour éviter les piqûres/ morsures
- Connaître les gestes à réaliser et le suivi à faire en cas de piqûres / morsures

**Scannez-moi pour télécharger les
fiches bons gestes de l'été !**

