

## RECOMMANDATIONS EN VUE DE LA VAGUE DE CHALEUR PREVUE CE SAMEDI

Les enfants devront **absolument porter une casquette** ou un chapeau (humide de préférence), pas de vêtements foncés qui attirent la chaleur.

Prévoyez aussi **1 litre d'eau au minimum et de la crème solaire**, et si possible un parapluie de couleur claire.

Demandez-leur de boire, de manger, et de s'asperger **régulièrement** le visage et la nuque avec de l'eau. Vous pouvez prévoir une serviette éponge humide dans le sac (point d'eau non potable aux toilettes du 10).

Pour votre information, un bénévole du club passera régulièrement en voiturette avec de l'eau fraîche.