



Municipalité de *Saint-Ludger*

Info *lettre*

N° 177 – Le 5 juillet 2019

## Deux nouveaux visages dans le village !

La **Brigade verte** sera de passage à SAINT-LUDGER **le jeudi 11 juillet 2019**



Les deux étudiants formant la brigade, Damir et Raphael, parcourront les rues de la municipalité afin de partager les bonnes pratiques en matière de gestion des déchets. Pour l'occasion ils porteront des vêtements identifiés aux couleurs de la MRC.



En soirée, vous êtes invités à vous joindre à eux pour la présentation d'une conférence sous le thème *Zéro Déchet* à compter de 19h à la SALLE DE L'ÂGE D'OR (212A, rue La Salle). Ils seront en mesure de vous renseigner sur les différents points de dépôt pour vos encombrants, déchets, résidus domestiques dangereux, objets inutiles, les Serpuariens électroniques.

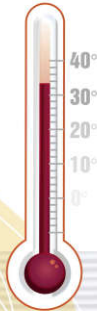


Cette conférence est ouverte à tous, petits et grands, jeunes et moins jeunes et est gratuite.

**La bridage verte, un projet supporté par la MRC du Granit,  
en collaboration avec le Conseil régional de l'environnement de l'Estrie.**



# Il fait très chaud!



## Assurez-vous de:

- ☉ boire de **6 à 8 verres d'eau** par jour ou selon les indications du médecin;
- ☉ passer au moins 2 heures par jour dans un **endroit climatisé ou frais**.



Votre  gouvernement

Québec 

**Quand il fait très chaud, votre état de santé peut se détériorer rapidement.**

**Pour vous protéger des effets de la chaleur :**

- ☉ buvez de **6 à 8 verres d'eau** par jour ou selon les indications du médecin;



- ☉ passez au moins 2 heures par jour dans un **endroit climatisé ou frais** (centre commercial, bibliothèque, etc.);



- ☉ prenez au moins **1 douche ou 1 bain frais** par jour ou rafraîchissez votre peau plusieurs fois par jour avec une serviette mouillée;



- ☉ évitez l'alcool;

- ☉ réduisez les efforts physiques;

- ☉ portez des **vêtements légers**;



- ☉ prenez des **nouvelles** de vos proches, surtout ceux qui sont en perte d'autonomie ou qui vivent seuls.



En cas de malaise ou si vous avez des questions sur votre santé, appelez Info-Santé **811** ou renseignez-vous auprès d'un professionnel de la santé.

En cas d'urgence, appelez le **9-1-1**.

Pour en savoir plus : [Québec.ca](http://Quebec.ca)

Santé et Services sociaux  
Québec 