
Instructions pour l'utilisation des modèles de médias sociaux sur la chaleur et la santé



Santé Canada est le ministère fédéral responsable d'aider les Canadiennes et les Canadiens à maintenir et à améliorer leur état de santé. Santé Canada s'est engagé à améliorer la vie de tous les Canadiens et à faire du Canada l'un des pays où les gens sont le plus en santé au monde, comme en témoignent la longévité, les habitudes de vie et l'utilisation efficace du système public de soins de santé.

Also available in English under the title:
Instructions for Using Heat-Health Social Media Templates

Pour obtenir plus d'information, veuillez communiquer avec :

Santé Canada

Indice de l'adresse 0900C2

Ottawa (Ontario)

K1A 0K9

Tél. : 613-957-2991

Sans frais : 1-866-225-0709

Télec. : 613-941-5366

ATS : 1-800-465-7735

Courriel : publications-publications@hc-sc.gc.ca

© Sa Majesté le Roi du Chef du Canada, représenté par la ministre de la Santé, 2026

Date de publication : Août 2026

À moins d'avis contraire, vous pouvez reproduire le contenu de cette publication ou ce produit en totalité ou en partie à des fins non commerciales, dans tout format, sans frais ni autre permission. Les reproductions ou distributions commerciales sont interdites sans obtenir la permission écrite de l'administrateur du droit d'auteur de Santé Canada. Pour obtenir une permission de reproduire du contenu appartenant au gouvernement du Canada pour des fins commerciales, communiquez avec pubsadmin@hc-sc.gc.ca.

Cat. : 978-1-100-00222-4

ISBN : H144-145/2026F-PDF

Pub. : 260264

Table des matières

Remerciements	4
Objectif et public cible.....	4
Quel est l'objectif du modèle de messages sur la chaleur et la santé de Santé Canada?	4
Qu'est-ce qui est inclus dans cette trousse?	4
À qui s'adresse cette trousse?	4
Comment les modèles peuvent-ils être utilisés?	5
Instructions étape par étape pour l'utilisation des modèles de message.....	5
Considérations relatives à l'équité.....	10
Atteindre les populations à risque élevé.....	10
Considérations relatives à la traduction	10
Ressources et exemples supplémentaires.....	11
Références	11
Annexe A : Exemples de légendes pour accompagner les publications sur les médias sociaux	12
Annexe B : Conseils pour adapter le langage des modèles et des légendes des médias sociaux ..	21
Suggestions de langage général	21

Remerciements

La Division de l'action contre la chaleur tient à remercier ses partenaires des autorités sanitaires provinciales, territoriales et locales pour leur contribution.

Objectif et public cible

Quel est l'objectif du modèle de messages sur la chaleur et la santé de Santé Canada?

Les modèles et le contenu connexe de cette trousse visent à aider les partenaires à diffuser des messages opportuns, cohérents et pertinents à l'échelle locale sur la chaleur et la santé avant et pendant les périodes de chaleur extrême. Les partenaires peuvent personnaliser les modèles avec des renseignements, une image de marque, des images et des détails sur les services propres à la collectivité (p. ex. centres de rafraîchissement, heures d'ouverture, coordonnées) et les distribuer par l'entremise des médias sociaux ou d'autres canaux numériques (p. ex. sites Web, bulletins d'information, affichage numérique). En fournissant des modèles adaptables et fondés sur des données probantes, la trousse vise à réduire le temps et les ressources nécessaires aux partenaires pour élaborer des communications sur la chaleur tout en promouvant des messages de santé publique cohérents dans toutes les administrations. Ce projet s'inspire d'initiatives similaires menées par d'autres organisations au Canada et dans d'autres pays ([Government of Alberta, 2023](#); [Government of British Columbia, 2026](#); [Santé, Aînés et Soins de longue durée Manitoba. \(2024\)](#); [U.S. Department of Homeland Security, 2026](#); [Metropolitan Area Planning Council, n.d.](#); [RIVM, 2023](#); [Dornsife School of Public Health, n.d.](#)).

Qu'est-ce qui est inclus dans cette trousse?

La trousse contient **11** modèles personnalisables pour les publications sur les médias sociaux afin de communiquer avec le public au sujet de la chaleur extrême.

À qui s'adresse cette trousse?

Cette trousse est destinée aux partenaires de la santé publique, aux organismes communautaires et aux intervenants municipaux qui appuient les efforts d'intervention en cas de chaleur. Les modèles pour les médias sociaux ont été élaborés par la Division de l'action contre la chaleur (au sein du Bureau des changements climatiques et de la santé à

Santé Canada) et s'appuient sur un examen des pratiques exemplaires et des données probantes sur l'efficacité des messages.

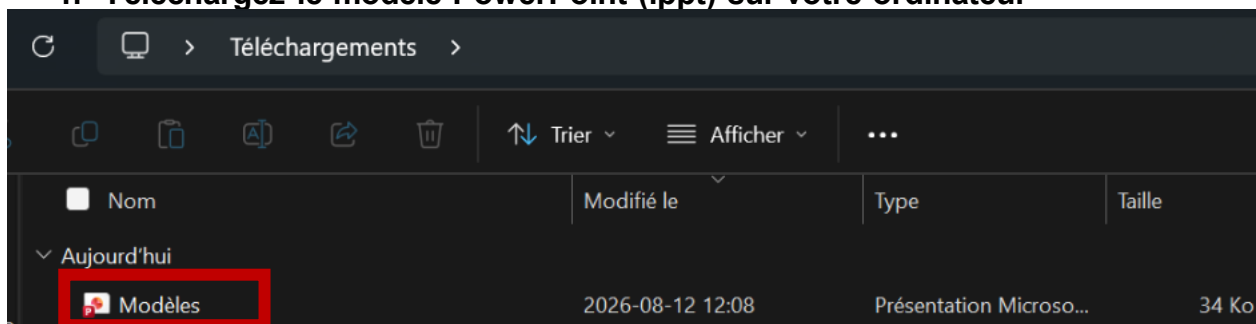
Comment les modèles peuvent-ils être utilisés?

Les modèles de médias sociaux sont optimisés pour les plateformes de médias sociaux Meta (Instagram et Facebook), mais peuvent être adaptés ou redimensionnés pour d'autres canaux numériques (par exemple, X/Twitter, sites Web, affichage numérique).

Instructions étape par étape pour l'utilisation des modèles de message

Les modèles inclus sont conçus pour être utilisés tels quels ou adaptés par vous pour un usage local tout en conservant des messages clairs et cohérents. Il est possible d'y accéder et de les modifier en suivant les étapes ci-dessous :

1. Téléchargez le modèle PowerPoint (.ppt) sur votre ordinateur



Ouvrez le fichier « Modèles » dans le logiciel ou la plateforme de votre choix (p. ex. PowerPoint, Canva).

2. Adapter le langage et la terminologie

- a. Dans le modèle de votre choix, modifiez le texte au besoin avec les renseignements propres à votre communauté. L'annexe B contient des suggestions sur le langage clair. Les renseignements pertinents à l'échelle locale peuvent comprendre :
 - i. Liens vers les pages Web sur la chaleur
 - ii. Emplacement des centres de rafraîchissement, heures d'ouverture et services disponibles (p. ex. eau, climatisation, sièges)
 - iii. Détails sur l'accessibilité et options de transport pour Espaces climatisés
 - iv. Coordonnées

- v. Tout renseignement supplémentaire qui pourrait être important ou pertinent pour votre public cible.



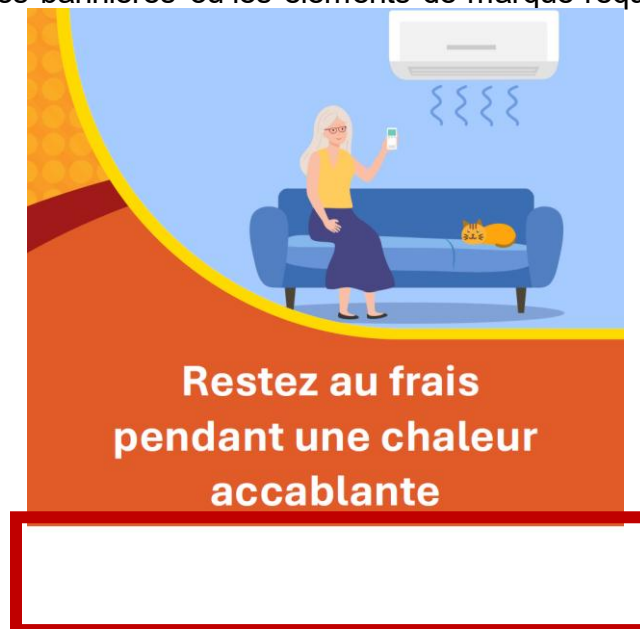
- b. Utilisez une terminologie familière et pertinente pour votre communauté.
c. Traduire le contenu dans les langues prioritaires locales, au besoin.

3. Personnaliser les éléments visuels (facultatif)

- a. Ajouter ou remplacer des images pour refléter le contexte local ou la diversité de la communauté
b. Veillez à ce que les images restent claires, inclusives et alignées avec le texte et les graphiques correspondants.

4. Ajoutez l'image de marque de votre organisation

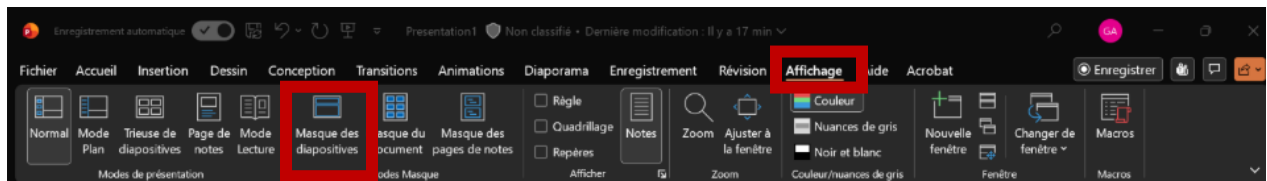
- a. Insérer les logos des partenaires dans les zones désignées (bordures supérieures ou inférieures)
b. Inclure les bannières ou les éléments de marque requis.



5. Modifier l'image d'arrière-plan dans le modèle PowerPoint (facultatif)

Cela vous permettra de changer le fond orange et jaune pour la couleur ou l'image de votre choix afin de l'aligner sur les couleurs et l'image de marque de l'organisation

- a. Ouvrez la présentation PowerPoint.
- b. Accédez à Affichage → Masque des diapositives.
- c. Dans le panneau de gauche, sélectionnez la diapositive maîtresse supérieure/principale (la plus grande diapositive en haut).
- d. Cliquez sur l'image d'arrière-plan.
- e. Choisissez Format d'image → Modifier l'image.
- f. Sélectionnez la nouvelle image que vous souhaitez utiliser.
- g. Ajustez l'image :
 - i. Utilisez Recadrer pour ajuster la diapositive.
 - ii. Redimensionnez ou repositionnez si nécessaire.
- h. Cliquez sur Fermer la vue principale.



6. Créer un article

- a. Joignez l'image mise à jour des médias sociaux sur la plateforme de votre choix
- b. Si vous le souhaitez, copiez/collez l'exemple de légende correspondant situé à l'annexe A, ou utilisez le message préféré de votre organisation
- c. Si vous utilisez l'exemple de légende, adaptez toute information pour votre public cible
- d. (facultatif) Ajoutez des renseignements, des photos, des des identifications ou des mots-clics supplémentaires...supplémentaires propres à votre communauté ou à votre organisation.



e. **Messages du carrousel :**

Les modèles graphiques pour les médias sociaux ont été conçus comme des messages autonomes. Cependant, pour partager plus d'un message à la fois, plusieurs graphiques peuvent être combinés dans des publications carrousel sur des plateformes telles que Facebook et Instagram. Par exemple :

- i. Symptômes d'épuisement ou de coup de chaleur + quand appeler le 9-1-1
- ii. Pendant une vague de chaleur + si votre espace de vie est trop chaud + restez au frais pendant les épisodes de chaleur



7. Examiner l'accessibilité et la clarté

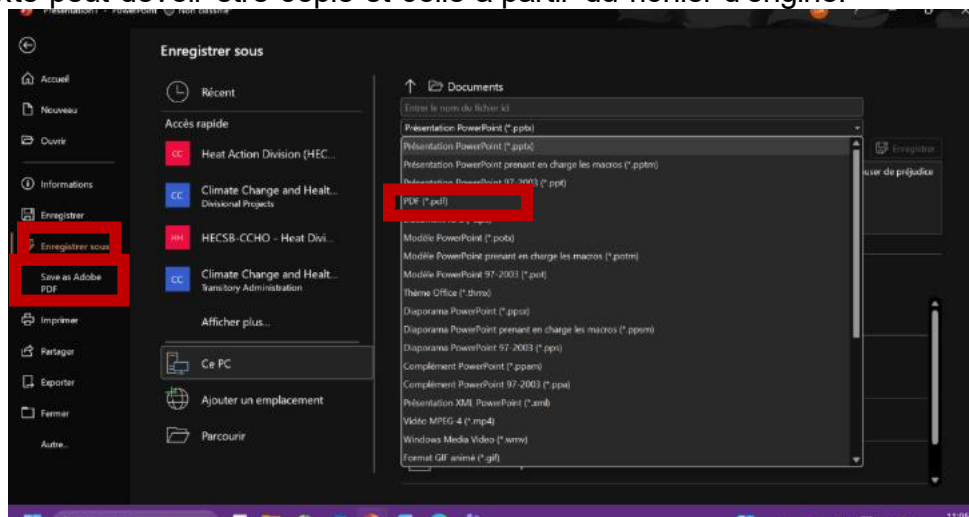
- a. Confirmez que le texte est lisible et contrasté.

- b. Ajouter des descriptions de texte de remplacement pour les publications numériques
- c. Vérifiez que les renseignements clés (emplacement, horaires, itinéraires) sont faciles à trouver.
- a) Confirmez l'exactitude des mots-clés, des comptes identifiés ou des liens avant de les publier sur les médias sociaux.

Téléchargement de modèles dans des logiciels spécialisés (Illustrator, InDesign)

Les modèles sont facilement accessibles pour que vous puissiez les télécharger et les modifier dans PowerPoint (.ppt). Si votre organisation utilise un logiciel de conception graphique spécialisé pour les affiches et les graphiques pour les médias sociaux, comme Illustrator ou InDesign, il existe deux options pour le faire :

1. Enregistrez le fichier .ppt au format PDF et ouvrez-le à l'aide d'Illustrator ou d'InDesign. Cette option permet d'obtenir une meilleure qualité d'image, mais le texte peut devoir être copié et collé à partir du fichier d'origine.



2. Exportez le fichier .ppt dans un fichier SVG. Une fois ouvert dans Illustrator ou InDesign, le SVG importera correctement le texte, mais certaines images peuvent sembler légèrement floues.

La combinaison des options ci-dessus donnera le meilleur résultat et permettra d'éditer dans le programme de conception de votre choix.

Considérations relatives à l'équité

Atteindre les populations à risque élevé

- Donner la priorité à la sensibilisation des populations les plus à risque pendant les épisodes de chaleur, notamment :
 - Personnes âgées
 - Nourrissons et jeunes enfants
 - Personnes atteintes d'une maladie chronique ou ayant une déficience physique
 - Personnes et communautés socialement défavorisées :
 - Faible revenu
 - En situation d'itinérance
 - Vivre seul
 - Nouveaux arrivants au Canada et populations de passage, comme les touristes
 - Groupes professionnels comprenant les agriculteurs, les travailleurs de la construction, les mineurs, les planteurs d'arbres, etc.
 - Les personnes physiquement actives

(Santé Canada, 2011)

Considérations relatives à la traduction

- Les modèles sont disponibles en anglais et en français. Cependant, vous trouverez peut-être utile de traduire les messages dans les langues prioritaires locales.
- Utiliser des messages adaptés à la culture dans la mesure du possible (Santé Canada, 2011).
- Travailler avec des traducteurs qui connaissent les principes du langage clair pour le texte qu'ils traduisent (Normes d'accessibilité Canada, 2025).

Ressources et exemples supplémentaires

- Government of Alberta. (2023). *Extreme heat social media posts*.
https://www.alberta.ca/system/files/custom_downloaded_images/hlth-extreme-heat-social-media.pdf
- Government of British Columbia. (2026). *Extreme heat preparedness social media package*. <https://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/education-programs-toolkits/social-media-toolkits/extreme-heat>
- Santé, Aînés et Soins de longue durée Manitoba. (2024). *Guide du Manitoba sur le système d'avertissement et d'intervention en cas de chaleur*. (pg. 38).
<https://www.gov.mb.ca/health/publichealth/environmentalhealth/docs/hars-guide.fr.pdf>

Références

- Dornsife School of Public Health. (n.d.). *Extreme heat*.
<https://drexel.edu/dornsife/research/centers-programs-projects/center-for-public-health-readiness-communication/social-media-library/natural-disasters/extreme-heat/>
- Metropolitan Area Planning Council. (n.d.). *Extreme heat communications and social media toolkit*. <https://www.mapc.org/resource-library/extreme-heat-social-media/>
- Normes d'accessibilité Canada. CAN-ASC-3.1:2025 – *Langage clair*.
<https://accessibilite.canada.ca/normes-et-guides-techniques/base-de-donnees-des-normes-et-des-guides-techniques/can-asc-312025-langage-clair?mode=full-html>
- RIVM. (2023). *Communicatiematerialen*. <https://www.rivm.nl/hitte/communicatiematerialen>
- Santé, Aînés et Soins de longue durée Manitoba. (2024). *Guide du Manitoba sur le système d'avertissement et d'intervention en cas de chaleur*. (pg. 38).
<https://www.gov.mb.ca/health/publichealth/environmentalhealth/docs/hars-guide.fr.pdf>
- Santé Canada. (2011). *Communiquer les risques des périodes de chaleur accablante pour la santé : Trousse à l'intention des responsables de la santé publique et de la gestion des urgences*. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/sante-environnement-milieu-travail/rapports-publications/changement-climatique-sante/communiquer-risques-periodes-chaleur-accablante-sante-trousse-intention-responsables-sante-publique-gestion-urgences-sante-canada-2011.html>
- U.S. Department of Homeland Security. (2026). *Extreme heat: Extreme heat safety graphics*. <https://www.ready.gov/collection/extreme-heat>

Annexe A : Exemples de légendes pour accompagner les publications sur les médias sociaux

Les exemples suivants de légendes pour les médias sociaux sont fournis aux partenaires pour promouvoir cette campagne. Ces légendes peuvent être utilisées parallèlement aux graphiques de campagne correspondants et peuvent être adaptées au besoin pour s'aligner sur les exigences de votre organisation en matière de voix et de canaux.

Tableau 1 : Exemples de légendes pour accompagner les modèles de graphiques pour les médias sociaux

Image	Légende française	Légende anglaise
	La chaleur extrême peut poser des risques pour la santé. Voici des actions et conseils pour vous protéger! Informez-vous : Tenez-vous au courant des prévisions et des alertes météorologiques locales et prenez régulièrement des nouvelles des membres de votre famille, de vos voisins ou de vos amis pour vérifier s'ils ont besoin d'aide. Hydratez-vous : Buvez beaucoup d'eau. Si vous avez faim, privilégiez les fruits et les légumes à forte teneur en eau. Restez au frais : Les jours de forte chaleur, restez dans des endroits frais comme les zones ombragées ou, si possible, des lieux climatisés (p. ex. les bibliothèques publiques). Assurez-vous de respecter les conseils de votre unité locale de santé publique, et d'ajuster votre	Extreme heat involves high temperatures and can pose health risks. Here are some actions and tips to protect yourself! Be informed: Keep up to date with local weather forecast and alerts and arrange for regular check-ins on your family members, neighbours or friends in case they need help. Get hydrated: Drink plenty of water and if you are hungry, fruits and vegetables are a great option with high water content. Stay cool: On hot days, spend time in cool places like shaded areas or if possible, air-conditioned spots like a public library. Make sure to follow the advice of your local public health unit and

Image	Légende française	Légende anglaise
	comportement en conséquence. En savoir plus : canada.ca/chaleur	adjust your behaviours accordingly. Learn more: canada.ca/heat
 La chaleur extrême peut avoir des effets sur la santé de tous. Les risques pour la santé sont plus grands chez: - Les personnes âgées et les personnes souffrant de maladies chroniques - Les personnes qui font de l'exercice ou qui travaillent dans la chaleur - Les nourrissons et les jeunes enfants	Bien que la chaleur accablante rende tout le monde vulnérable aux maladies liées à la chaleur, les risques pour la santé sont plus grands chez : • les adultes plus âgés • les nourrissons et les jeunes enfants • les personnes souffrant de maladies chroniques (comme les problèmes respiratoires, les maladies mentales et les problèmes cardiaques) • les personnes qui ne peuvent pas garder leur espace de vie frais • les personnes qui travaillent à la chaleur (à l'intérieur ou à l'extérieur) • les personnes qui font de l'exercice dans la chaleur (à l'intérieur ou à l'extérieur) • les sans-abri • les personnes à faibles revenus Si vous prenez des médicaments ou avez un problème de santé, demandez à votre	While extreme heat can put everyone at risk from heat illnesses, health risks are greatest for: • older adults • infants and young children • people with chronic illnesses (like breathing problems, mental illness and heart problems) • people who are unable to keep their living space cool • people who work in the heat (indoors or outdoors) • people who exercise in the heat (indoors or outdoors) • people experiencing homelessness • people with low incomes If you are taking medication or have a health condition, ask your health care provider if it either:

Image	Légende française	Légende anglaise
	prestataire de soins de santé si cela : - vous rend plus vulnérable à la chaleur - rend votre peau plus sensible aux rayons ultraviolets (UV) Prenez des nouvelles des personnes âgées, de celles qui vivent seules et d'autres personnes à risque, en personne ou par téléphone, plusieurs fois par jour. En savoir plus : canada.ca/chaleur	- increases your health risk in the heat - makes your skin more sensitive to ultraviolet (UV) rays Check on older adults, those living alone and other at-risk people in-person or on the phone multiple times a day. Learn more: canada.ca/heat
	Surveillez les premiers signes d'épuisement dû à la chaleur que vous ou d'autres personnes pourriez présenter. Les signes peuvent comprendre : - Température corporelle élevée - Confusion et manque de coordination - Éruption cutanée - Crampes musculaires - Étourdissement ou évanouissement - Nausée ou vomissement - Transpiration abondante - Mal de tête - Respiration et pouls rapides - Soif extrême - Urine foncée et diminution du débit urinaire	Watch for the early signs of heat exhaustion in yourself and others. Signs may include: - High body temperature - Confusion and lack of coordination - Skin rash - Muscle cramps - Dizziness or fainting - Nausea or vomiting - Heavy sweating - Headache - Rapid breathing and heartbeat - Extreme thirst - Dark urine and decreased urination

Image	Légende française	Légende anglaise
	Cessez votre activité et buvez de l'eau. En savoir plus : canada.ca/chaleur	Stop your activity and drink water. Learn more: canada.ca/heat
	Habillez-vous selon la température : Portez des vêtements amples de couleur pâle et un chapeau à large bord fait de tissus respirants. Les maladies associées à la chaleur sont évitables. En période de chaleur accablante, le plus important est de rester au frais et de s'hydrater. En savoir plus : canada.ca/chaleur	Dress for the weather: Wear loose-fitting, light-coloured clothing and a wide-brimmed hat made of breathable fabric. Heat illnesses are preventable. During extreme heat, the most important thing is to keep cool and hydrated. Learn more: canada.ca/heat
	Adresse : # Rue et code postal Téléphone : Site Web : Heures d'ouverture : • Lundi • Mardi • Mercredi • Jeudi • Vendredi • Samedi • Dimanche Commodités : • Bâtiment accessible • Station de remplissage de bouteilles d'eau • Accessible aux transports en commun	Address: # Street & Postal Code Phone: Website: Hours: • Monday • Tuesday • Wednesday • Thursday • Friday • Saturday • Sunday Amenities: • Accessible Building • Water Bottle-Filling Station • Transit Accessible

Image	Légende française	Légende anglaise
	En savoir plus : canada.ca/chaleur	Learn more: canada.ca/heat
	Il est important de savoir comment protéger votre santé en cas d'exposition à la fumée des feux de forêt et à la chaleur extrême, car ils peuvent tous deux être nocifs pour votre santé. Lors d'un épisode de chaleur extrême accompagné de la fumée des feux de forêt, la priorité est de rester au frais, car avoir trop chaud peut être plus dangereux pour la santé. Informez-vous régulièrement sur les prévisions météorologiques locales, les alertes de chaleur et les conditions locales de qualité de l'air à l'aide de la cote air santé (CAS) ou les alertes de qualité de l'air. Il est important de vérifier fréquemment comment se portent les personnes dont vous prenez soin ainsi que vos voisins, vos amis et les membres de votre famille plus âgés, surtout ceux qui sont plus vulnérables à la chaleur et à la fumée. En savoir plus : canada.ca/chaleur	It is important to know how to protect your health when exposed to wildfire smoke and extreme heat together, as they can both harm your health. When there is an extreme heat event occurring with wildfire smoke, prioritize keeping cool, because overheating can be more dangerous to your health. Regularly check local weather forecasts, heat alerts and local air quality conditions using the AQHI or air quality alerts. It's important to frequently check on those who are in your care, neighbours, friends and older family members. Learn more: canada.ca/heat

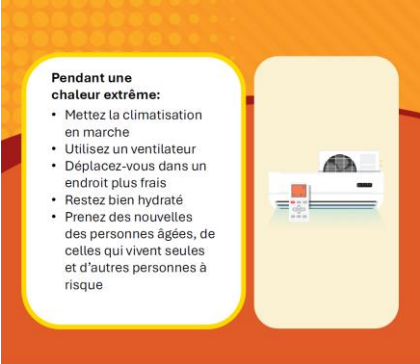
Image	Légende française	Légende anglaise
 Pendant une chaleur extrême: • Mettez la climatisation en marche • Utilisez un ventilateur • Déplacez-vous dans un endroit plus frais • Restez bien hydraté • Prenez des nouvelles des personnes âgées, de celles qui vivent seules et d'autres personnes à risque	Gardez votre demeure fraîche • Empêchez le soleil d'entrer en fermant les volets, les rideaux ou les stores le jour • S'il n'y a pas de danger, ouvrez vos fenêtres la nuit afin de laisser l'air plus frais pénétrer dans votre foyer • Si vous disposez d'un climatiseur, veillez à le mettre en marche avant qu'il ne fasse trop chaud. Si vous avez un climatiseur installé dans une fenêtre, ne rafraîchissez qu'une seule pièce où vous pourrez vous rendre pour vous évader de la chaleur • Utilisez un ventilateur pour vous aider à rester au frais et orientez le flux d'air dans votre direction. Remarque : Les ventilateurs peuvent vous aider à vous sentir plus à l'aise, mais ils sont inefficaces pour refroidir le corps à des températures supérieures à 35 °C. En savoir plus : canada.ca/chaleur	Keep your home cool • Block the sun by closing awnings, curtains or blinds during the day. • If possible, open your windows at night to let cooler air into your home. • If you have an air conditioner, be sure to turn it on before it gets hot. If you are using a window air conditioner, cool only 1 room where you can go for heat relief. • Use a fan to help you stay cool and aim the airflow in your direction. Note: While fans can help you feel more comfortable, they are ineffective at cooling the body at temperatures over 35°C. Learn more: canada.ca/heat

Image	Légende française	Légende anglaise
	S'il fait extrêmement chaud dans votre demeure Passez du temps dans un endroit frais. Il peut s'agir d'un endroit ombragé, d'une piscine ou d'un endroit climatisé, comme un centre commercial, un magasin d'alimentation ou une bibliothèque publique. En savoir plus : canada.ca/chaleur	If your home is extremely hot Spend time in a cool place. It could be a tree-shaded area, swimming facility or an air-conditioned spot like a shopping mall, grocery store or public library. Learn more: canada.ca/heat
	Gardez votre demeure fraîche • Préparez des repas qui n'ont pas besoin d'être cuits au four. Essayez les recettes sans cuisson du Guide alimentaire canadien. • Prenez des douches fraîches ou des bains frais jusqu'à ce que vous soyez rafraîchi • Empêchez le soleil d'entrer en fermant les volets, les rideaux ou les stores le jour • S'il n'y a pas de danger, ouvrez vos fenêtres la nuit afin de laisser l'air plus frais pénétrer dans votre foyer • Si vous disposez d'un climatiseur, veillez à le mettre en marche avant qu'il ne fasse trop chaud. Si vous avez un climatiseur installé dans une fenêtre, ne	Keep your home cool • Make meals that don't need to be cooked in an oven. Try Canada's food guide's no-cook recipes. • Take cool showers or baths until you feel refreshed. • Block the sun by closing awnings, curtains or blinds during the day. • If possible, open your windows at night to let cooler air into your home. • If you have an air conditioner, be sure to turn it on before it gets hot. If you are using a window air conditioner, cool only 1 room where you can go for heat relief.

Image	Légende française	Légende anglaise
	rafraîchissez qu'une seule pièce où vous pourrez vous rendre pour vous évader de la chaleur • S'il fait extrêmement chaud dans votre demeure • Utilisez un ventilateur pour vous aider à rester au frais et orientez le flux d'air dans votre direction. Remarque : Les ventilateurs peuvent vous aider à vous sentir plus à l'aise, mais ils sont inefficaces pour refroidir le corps à des températures supérieures à 35 °C. En savoir plus : canada.ca/chaleur	• Use a fan to help you stay cool and aim the airflow in your direction. Note: While fans can help you feel more comfortable, they are ineffective at cooling the body at temperatures over 35°C. Learn more: canada.ca/heat
	Ne laissez jamais les enfants ou les animaux de compagnie seuls dans un véhicule stationné. Même les jours où la température extérieure est modérée, la température à l'intérieur d'un véhicule peut être dangereusement élevée. Vérifiez le véhicule avant de le verrouiller afin de vous assurer qu'il ne reste personne à l'intérieur. En savoir plus : canada.ca/chaleur	Never leave children or pets alone in a parked vehicle. Even on cooler days when the outside temperatures are moderate, the temperature inside a vehicle can be dangerously hot. Check the vehicle before locking to make sure no one is left behind. Learn more: canada.ca/heat

Image	Légende française	Légende anglaise
 Un coup de chaleur est une urgence médicale! Composez le 9-1-1 ou communiquez avec votre fournisseur de soins de santé d'urgence si vous présentez des signes et symptômes, notamment une peau rouge et chaude, des étourdissements, des nausées, de la confusion et un niveau de conscience altéré.	Le coup de chaleur est une urgence médicale! Surveillez les signes et les symptômes des coups de chaleur, notamment : • température corporelle élevée • confusion et manque de coordination • vertiges ou évanouissements • peau chaude, rouge, sèche ou moite Composez le 9-1-1 ou communiquez avec votre fournisseur de soins de santé d'urgence si vous ou quelqu'un de votre entourage présentez des signes de coup de chaleur. En attendant l'arrivée des secours médicaux, essayez de rafraîchir la personne en la déplaçant dans un endroit frais, en retirant ses vêtements superflus, en appliquant de l'eau froide ou des blocs réfrigérants autour de son corps. En savoir plus : canada.ca/chaleur	Heat stroke is a medical emergency! Watch out for the signs and symptoms of heat stroke, which may include: • high body temperature • confusion and lack of coordination • dizziness or fainting • hot, red, dry, or damp skin. Call 9-1-1 or your emergency health provider if you, or someone around you, is showing signs of heat stroke. While you wait for medical attention, try to cool the person by moving them to a cool place, removing extra clothing, applying cold water or ice packs around the body. Learn more: canada.ca/heat

Annexe B : Conseils pour adapter le langage des modèles et des légendes des médias sociaux

Cette annexe fournit des conseils sur l'adaptation du langage utilisé dans les modèles. Les partenaires peuvent adapter le contenu en fonction de la voix, du public et des canaux de communication de leur organisation. Lors des adaptations, envisagez de maintenir un langage inclusif, accessible et culturellement approprié qui reflète les besoins et les contextes locaux.

Suggestions de langage général

Il peut être important de garder à l'esprit les conseils suivants lors de l'élaboration de légendes pour le contenu des médias sociaux ou de la modification d'éléments des modèles. Vous trouverez plus de conseils sur le langage clair dans la Norme sur le [langage clair](#) de Normes d'accessibilité Canada.

- Choisissez des mots clairs, précis et familiers au public visé.
- Expliquer ou définir des mots qui peuvent être peu courants ou peu familiers au public visé (Normes d'accessibilité Canada, 2025).
- Dans la mesure du possible, choisissez des mots d'une ou deux syllabes pour faciliter la mémorisation, l'attention et le traitement du message (Normes d'accessibilité Canada, 2025).
- Écrivez de manière inclusive en représentant la diversité de toutes les personnes de votre public, indépendamment de l'identité, de l'orientation ou de la classe sociale (Normes d'accessibilité Canada, 2025).
- Inclure des appels à l'action clairs (p. ex. « Visitez un centre de rafraîchissement dès aujourd'hui »)
 - Utilisez la voix active lorsque cela est possible pour indiquer clairement au public cible qui ou quoi fait l'action (Normes d'accessibilité Canada, 2025).
- Utiliser plusieurs formats et canaux pour améliorer la portée (Santé Canada, 2011)
- Veiller à ce que les documents soient disponibles en plusieurs langues, dans la mesure du possible (Santé Canada, 2011)