

MARCHEURS,

Nous entretenons nos chemins pour que la promenade vous soit agréable et pour vous protéger des tiques



Pour vous protéger de la maladie de Lyme

- En quittant votre parcours et arrivé à la maison, vérifiez que votre corps est indemne de tiques,
- Si une d'elles a élu domicile sur votre peau, ôtez-la avec un tire-tique,
- Si une trace rouge s'étend autour de la morsure durant les 15 jours qui suivent, prenez contact avec votre médecin.



Pour prévenir la morsure de tique

- Couvrez-vous de vêtements de couleur claire (pour les repérer) et pulvérisez généreusement un répulsif à insectes sur votre peau nue,
- Restez sur des zones dégagées et isolez-vous du sol lors des pauses assises,
- Munissez-vous d'un tire-tique et apprenez à vous en servir auprès de votre pharmacien.

**NOUS PRENONS SOIN DE NOS CHEMINS
POUR PRENDRE SOIN DE VOTRE SANTE**