

Activation de la vigilance ORANGE canicule !

De fortes températures sont attendus ces prochains jours ! Météo-France a placé le département du Val-d'Oise en vigilance "orange" canicule depuis ce mardi 12 aout.



Adoptons ensemble les bons réflexes pour nous protéger et protéger les plus fragiles :

- Boire régulièrement, sans attendre d'avoir soif
- Rester dans un endroit frais plusieurs heures par jour
- Éviter les sorties et efforts physiques aux heures les plus chaudes
- Se rafraîchir plusieurs fois par jour (visage, bras...)
- Manger léger et équilibré, éviter l'alcool
- Garder son logement frais (fermer fenêtres/volets le jour, ouvrir la nuit)
- Prendre des nouvelles de ses proches, notamment les personnes âgées, isolées, en situation de handicap ou les jeunes enfants

En cas de malaise : appelez le 15
Numéro vert Canicule info service : 0800 06 66 66

Soyons vigilants et solidaires !

Infos pratiques

Le [CCAS](#) invite les personnes vulnérables, isolées ou âgées à **s'inscrire sur le registre communal** pour être contactées en cas de déclenchement du plan canicule.

Pour vous inscrire ou vérifier votre inscription : 01 30 28 77 74 / 01 30 28 77 77

Contact

CCAS

8 bis place du Général de Gaulle,
 95660 Champagne sur Oise
ibajeux@villedechampagne.fr
 01 30 28 77 74