VIGILANCE ORANGE CANICULE

FORTES CHALEURS ANNONCÉES : RESTONS VIGILANTS

Dès ce week-end, les températures vont fortement augmenter en Seine-et-Marne. La semaine prochaine s'annonce particulièrement chaude, et **Météo-France a placé notre département en vigilance orange pour risque de canicule**.

Adaptez vos habitudes et protégez les plus fragiles : enfants, personnes âgées ou isolées peuvent ne pas ressentir la soif.

Organisateurs d'événements : redoublez de précaution pour éviter les risques de coup de chaud ou de départs de feu. Veillez à aménager des espaces ombragés, des points d'eau et un accueil adapté.

Pour suivre la situation en temps réel, la carte de vigilance de Météo-France est actualisée au moins deux fois par jour (6h et 16h). Pensez à la consulter régulièrement.

Les bons réflexes pour limiter les effets de la chaleur :

- Portez des vêtements clairs et légers, un chapeau et des lunettes de soleil.
- Fermez volets et fenêtres pendant la journée, aérez la nuit.
- Buvez de l'eau régulièrement, même sans soif.
- Rafraîchissez-vous et humidifiez votre corps (visage, bras).
- Évitez les efforts physiques et les sorties aux heures les plus chaudes.
- Passez du temps dans des lieux frais (bibliothèque, magasin, cinéma…).
- Privilégiez fruits frais et crudités, évitez alcool et repas lourds.
- Prenez des nouvelles de vos proches, surtout les plus vulnérables.
- Contactez un médecin dès l'apparition de symptômes inhabituels (crampes, forte fièvre, maux de tête, vertiges…).

N'oubliez pas vos animaux : laissez-leur de l'eau fraîche à disposition.

Un registre d'inscription est ouvert en mairie pour les personnes fragiles

Les seniors de plus de 65 ans, les plus de 60 ans en invalidité ou toute personne en situation de handicap peuvent s'inscrire (ou être inscrites par un proche). Cela permet à la commune de rester en contact et d'apporter aide et soutien en cas de besoin.

Restons attentifs et solidaires face à la chaleur.

MAIRIE DE CHAMIGNY

33 rue Roubineau
77260 CHAMIGNY

01 60 22 05 46

Nous contacter

Copyright 2026 Mairie de Chamigny