

Le Maire, *Président du CCAS*,
Le Conseil Municipal de la Ville
d'ifs,
et les membres du Conseil
d'administration du CCAS vous
présentent leurs meilleurs vœux
pour 2017.



Centre Communal d'Action Sociale

Esplanade François Mitterrand
BP 44 - 14123 IFS

Tél. : 02 31 35 26 95

Fax : 02 31 78 30 09

accueil.ccas@ville-ifs.fr

www.ville-ifs.fr/ifs-solidaire

Jours et horaires d'ouverture

Lundi - Mercredi - Jeudi :
8h45-12h15 et 13h30-17h30

Mardi :
8h45-12h15

Vendredi :
8h45-12h15 et 13h30-16h30

Grand froid : ce qu'il faut savoir

Qu'appelle-t-on « grand froid » ?

Il s'agit d'un épisode de temps froid caractérisé par sa persistance, son intensité et son étendue géographique et qui dure au moins deux jours.

Conseils pratiques :

- Limiter la durée de vos sorties. Si vous devez quand même sortir, ajouter par-dessus vos vêtements, un coupe-vent imperméable.
- N'oubliez pas de vous couvrir également les mains, les pieds, la tête et le cou ;
- Vous devez limiter les efforts physiques ;
- Veiller à ne pas surchauffer votre logement, la température moyenne du logement doit être de 19°C. L'ADEME préconise : salon-salle à manger-séjour : 18 °C ; chambres : 16 °C ; salle de bains : 22 °C ; entrée, dégagements, WC : 17 °C ; nuit ou absence pendant la journée : 16 °C ; pièces inoccupées ou absence de plus de 24 h : 12/14 °C. En outre, vérifier la bonne ventilation de votre logement pour éviter tout risque d'intoxication au monoxyde de carbone ;
- Pensez à prendre des boissons chaudes.
- Si la température de votre logement est trop basse en raison d'un problème d'isolation, vous pouvez vous équiper d'un chauffage d'appoint par rayonnement infrarouge.

Grippe saisonnière : recommandations



La grippe est une infection respiratoire aiguë, responsable d'épidémies saisonnières hivernales.

Elle se transmet à l'occasion d'éternuements ou de toux ou encore par contact d'objets souillés.

Les lieux confinés et très fréquentés sont propices à la transmission de ces virus.

Pour limiter la transmission de la grippe, le ministère de la santé rappelle les mesures de prévention, à savoir :

- Limiter les contacts avec d'autres personnes et en particulier les personnes à risque ;
- Se couvrir la bouche en cas de toux et le nez en cas d'éternuement ;
- Se moucher dans des mouchoirs en papier à usage unique, qui doivent être jetés dans une poubelle fermée ;
- Se laver les mains à l'eau et au savon après contact avec des malades ou avec le matériel utilisé par des malades ;
- Utiliser des solutions hydro-alcooliques ;
- Nettoyer les objets couramment utilisés par les malades.



La ville d'Ifs va prochainement ouvrir son centre socioculturel au 860, rue du Chemin Vert.

Ouverte à tous, cette structure se veut être un lieu de rencontres, d'échanges et d'émergence de projets collectifs.

Vous êtes invités à choisir parmi ces trois noms :

ATELIER 860

TRIANGLE 860

LE 860

Vous pouvez voter en ligne sur www.ville-ifs.fr ou par papier dans les différentes urnes mise en place dans la ville (mairie, CCAS, écoles...).

Présentation des Vœux à la RPA par Martine LHERMENIER, Vice-présidente du CCAS



Bonne et Heureuse année