



**Voir aussi :**  
[Inscription au fichier canicule](#) <sup>[1]</sup>

**Contact :**

**Centre communal d'action sociale (CCAS)**

3 avenue Maurice Berteaux

1er étage de l'Hôtel de Ville

Tél. : 01 34 50 47 77

En cas de déclenchement du plan d'alerte canicule par le Préfet du Val-d'Oise, les personnes dont les coordonnées figurent sur la liste du CCAS bénéficieront d'un suivi pour vérifier, entre autres, qu'elles ne souffrent pas de déshydratation (appels téléphoniques réguliers, visites...).

Si vous pensez être concerné ou si vous souhaitez inscrire un proche, remplissez le [formulaire d'inscription](#) <sup>[1]</sup>.

**En période de fortes chaleurs, adoptez les bons réflexes :**



# VAGUES DE CHALEUR, DES PRÉCAUTIONS À PRENDRE



MOILLER SON CORPS  
ET SE VENTILER



DONNER ET PRENDRE  
DES NOUVELLES  
DE SES PROCHES

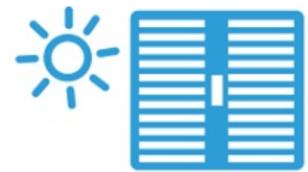


NE PAS BOIRE  
D'ALCOOL

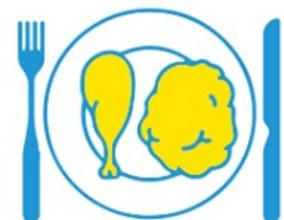


BOIRE  
RÉGULIÈREMENT  
DE L'EAU

EN CAS D'URGENCE,  
**APPELEZ LE 15**



MAINTENIR SA MAISON  
AU FRAIS : FERMER  
LES VOILETS LE JOUR



MANGER EN QUANTITÉ  
SUFFISANTE



ÉVITER LES EFFORTS  
PHYSIQUES