

VOTRE INSCRIPTION (SUITE)

PERSONNE À PRÉVENIR EN CAS D'URGENCE

NOM

Prénom

Lien avec vous (parenté, voisinage...)

Tél. fixe :

Portable :

Adresse

AVEZ-VOUS PRÉVU DE VOUS ABSENTER DE VOTRE DOMICILE PENDANT L'ÉTÉ ?

OUI NON

Ne sais pas encore (prévenir la Maison des Seniors en cas d'absence)

Si oui, merci de préciser vos périodes d'absence :

PERSONNE AYANT FAIT L'INSCRIPTION, SI DIFFÉRENT DE L'INSCRIT

NOM

Prénom

Tél. fixe :

Portable :

Adresse

- J'accepte d'être inscrit dans un fichier informatique tenu façon confidentielle par le CCAS.
- Il m'appartient de signaler au CCAS toute modification concernant les informations aux fins de mettre à jour les données permettant de me contacter.
- J'ai bien noté que je peux à tout moment demander ma radiation de ce fichier sur demande écrite de ma part.

Fait à..... le

Signature



LES NUMÉROS UTILES

Médecin traitant :

SAMU 15

Pompiers 18

Info canicule 0 800 06 66 66
(appel gratuit depuis un poste fixe)

**RENSEIGNEMENTS
LA MAISON DES SENIORS
8 RUE PASTEUR
25000 BESANÇON
TÉL. 03 81 41 22 04
OUVERT DU MARDI
AU VENDREDI DE 9 H À 17 H 30
EN JUILLET ET AOÛT DE 9 H À 14 H**

**CANICULE
ET FORTES
CHALEURS
GARDEZ LE
CONTACT !**

VOUS HABITEZ BESANÇON VOUS ÊTES ISOLÉ(E), ÂGÉ(E) ET/OU EN SITUATION DE HANDICAP

Vous pouvez vous inscrire ou inscrire
un de vos proches auprès de la Maison des Seniors,
en retournant la fiche d'inscription ci-contre

ou par téléphone au **03 81 41 22 04**

ou sur **besancon.fr**

Les personnes isolées âgées de plus de 65 ans
ou les personnes en situation de handicap
résidant à Besançon peuvent bénéficier de conseils
et d'assistance en cas de canicule en s'inscrivant sur
le registre nominatif des personnes fragiles et isolées.

Consulter la liste des bâtiments rafraîchis
et les zones de fraîcheur naturelles
sur le site besancon.fr

QUELQUES RECOMMANDATIONS



Je mouille ma peau plusieurs
fois par jour tout en assurant une
légère ventilation



Je ne sors pas aux heures
les plus chaudes



Je passe plusieurs heures
par jour dans un endroit frais
ou climatisé



Je maintiens ma maison
à l'abri de la chaleur



Je mange normalement
(fruits, légumes, pain, soupe...)



Je bois environ 5 à 6 verres d'eau
par jour



Je donne de mes nouvelles
à mon entourage



Si je prends des médicaments,
je n'hésite pas à demander conseil
à mon médecin traitant ou à mon
pharmacien

**CANICULE
ET FORTES
CHALEURS
GARDEZ LE
CONTACT !**

Fiche à retourner à
**La Maison
des Seniors**
8 rue Pasteur
25000 Besançon

VOTRE INSCRIPTION

Demande d'inscription sur le registre nominatif
des personnes fragiles et isolées à contacter
en cas de déclenchement du plan d'alerte et
d'urgence consécutif à une situation de risques
exceptionnels.

Cette démarche est **facultative** et **volontaire**.

- Autorise la commune à m'inscrire
ou
 Demande avec son accord l'inscription
de la personne ci-dessous :

Madame Monsieur

NOM

Prénom

Adresse

Tél. fixe :

Portable :

Date de naissance

Personne de plus de 65 ans

Adulte handicapé

**BÉNÉFICIEZ-VOUS D'UN SERVICE D'AIDE
À DOMICILE ?**

OUI NON

Si oui, lequel :

