

BULLETIN D'INSCRIPTION

Plan d'alerte et d'urgence Grand froid et canicule

Personne à inscrire sur le registre :

Civilité : Madame/Monsieur

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

Situation de handicap ? :

Vivez-vous seul(e) ? :

Personne à contacter en cas d'urgence :

Civilité : Madame/Monsieur

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Lien avec la personne inscrite :

Ce bulletin d'inscription est à retourner au CCAS de la mairie de Porcheville :

Hôtel de ville
17bd de la République
78440 Porcheville

01 30 98 87

www.porcheville.fr



Ville de
PORCHEVILLE

BULLETIN D'INSCRIPTION

Plan d'alerte et d'urgence
GRAND FROID et CANICULE

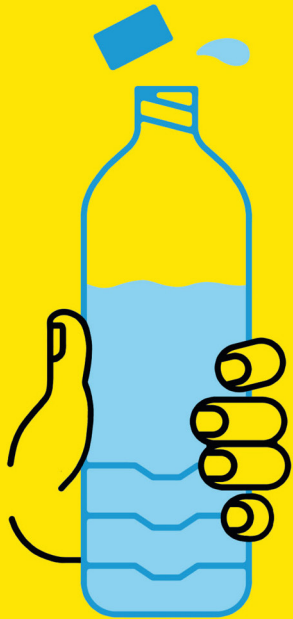


**GARDONS LE
CONTACT !**



CANICULE, FORTES CHALEURS

ADOPTER LES BONS RÉFLEXES



**BOIRE RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU**



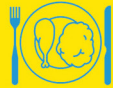
Mouiller son corps
et se ventiler



Maintenir sa maison
au frais : fermer
les volets le jour



Donner et prendre
des nouvelles
de ses proches



Manger en
quantité suffisante



Ne pas boire
d'alcool



Éviter les efforts
physiques

PAR GRAND FROID ADOPTER LES BONS GESTES

ÉVITEZ DE SORTIR aux heures les
plus froides (Tôt le matin, tard le
soir).

RESTEZ CHEZ VOUS en cas de
neige ou de verglas pour éviter
les chutes.

SI VOUS DEVEZ SORTIR, habillez-
vous chaudement, couvrez-vous
la tête et les extrémités.

MANGEZ ET BUVEZ normalement.

FAITES VÉRIFIER le bon
fonctionnement de votre
appareil

CHAUFFEZ VOTRE LOGEMENT sans
surchauffer

PRÉVOYEZ des provisions et
médicaments pour une période
suffisante

DONNEZ DES NOUVELLES à votre
entourage

Informations complémentaires :

Nom du médecin traitant :

Téléphone :

Bulletin rempli par :

- L'intéressé(e)

- Autre, précisez (*ami, proche, médecin*) :

Nom :

Prénom :

Téléphone :

Lien de parenté ou agissant en
qualité de :

Vous attestez sur l'honneur avoir le consentement de
l'intéressé pour l'inscrire sur le registre nominatif (article
L121-6-1 du code de l'action sociale et des familles)

Fait à :

Le :

Signature :

EN CAS DE MALAISE, APPELER LE 15

Pour plus d'informations : **0 800 06 66 66** (appel gratuit depuis un poste fixe)
www.sante.gouv.fr/canicule • www.meteo.fr

