

إجراءات الوقاية أثناء موجة الحر :



اشرب الماء حتى لو لم تكن عطشاً. حاول شرب 3-4 لترات من الماء يوميًا. حافظ على قنينة ماءك دائماً ممتلئة



حاول أن تضع نفسك في الأماكن المظللة والباردة أو المكيفة: الكنائس ، المحطات ومراكز التسوق و المكتبات



تواجد أكثر بالقرب النوافير والحدائق المبردة. بلل جسمك ووجهك ويديك



تجنب الشرب الكحول



ارتاح وتجنب بذل المجهود



حاول أن تأكل وجبات طازجة وبكميات كافية



في حالة الإصابة بضربة شمس وإذا كنت تعاني من الأعراض التالية (ضعف ، دوار ، خمول ، غثيان ، سخونة ، تعرق): اتصل برقم 15

الحدائق المبردة



في حالة الإنذار من موجات الحر ، تترك بلدية مدينة باريس الحدائق مفتوحة طوال الليل وتمدد ساعات عمل الحمامات والاستحمام بالإضافة إلى بعض ESI. الحدائق المبردة في باريس هي أيضاً أماكن استقبال و / أو توقف و / أو راحة ، ويمكن لعامة الناس الوصول إليها. امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً لتحديد موقعهم:

هذه النشرة الإعلانية مجانية وليست للبيع للأفراد. لا ترمي على الطريق العام

في حالة الطوارئ اتصل برقم الإسعاف 15

HÔPITAL PITIÉ-SALPETRIERE

🏠 47-83 Bd de l'Hôpital, 75013 Paris
M 5 Saint-Marcel

HÔTEL DIEU

🏠 1 place du Parvis Notre-Dame
75004 Paris M 4 RER B Saint Michel / Cité

HÔPITAL SAINT-ANTOINE

🏠 184 rue du Faubourg Saint-Antoine
75012 Paris (Accès par la rue Crozatier).
M 8 Faidherbe-Chaligny, M 2 Nation

HÔPITAL AVICENNE

🏠 125 rue de Stalingrad 93000 Bobigny
(Bâtiment Mantout)
M 7 La Courneuve - 8 mai 1945

HÔPITAL LARIBOISIÈRE

🏠 2 rue Ambroise-Paré 75010 Paris
M 5 4 RER B Gare du Nord

إذا كنت لاجئاً أو طالب لجوء أو لاجئاً أو مقيم غير شرعي، فإن هذا الدليل لك. يحتوي هذا الدليل على عناوين مفيدة ونصائح عن الإجراءات القانونية والتي يتم تحديثها شهرياً.

يتم استخراج المعلومات من كتب دليل مجاني يتم تحديثه شهرياً، ومتوفر باللغات الفرنسية والإنجليزية والعربية والباشتو والداري. يحتوي على عناوين مفيدة ونصائح وإجراءات قانونية.

هذا الدليل تمت كتابته ومراجعته من قبل متخصصين في شؤون الإدارة الاجتماعية وطلبات اللجوء وحقوق الأجانب والمهاجرين. يتوفر هذا الدليل أيضاً على الإنترنت ويمكن تحميله من الموقع التالي:



BAINS-DOUCHES LES DEUX PONTS

🏠 8 rue des deux ponts 75004 Paris
🚇 7 Pont-Marie
⌚ الثلاثاء إلى السبت (١٢ ظهراً - ٥ مساءً)

BAINS-DOUCHES NEY

🚿 متاح لذوي الاحتياجات الخاصة
🏠 134 boulevard Ney 75018 Paris
🚇 4 Porte de Clignancourt
⌚ الاثنين إلى السبت (٧:٣٠ - ١٢:٣٠ صباحاً)
مغلق يوم الخميس

BAINS-DOUCHES DES HAIES

🚿 متاح لذوي الاحتياجات الخاصة
🏠 27 rue des Haies 75020 Paris
🚇 9 Buzenval
⌚ الثلاثاء إلى السبت (٧:٣٠ صباحاً - ١٢:٣٠ ظهراً)

BAINS-DOUCHES ROUVET

🏠 1 rue Rouvet 75019 Paris
🚇 7 Corentin Cariou
⌚ الثلاثاء إلى الأحد (٧:٣٠ صباحاً - ١٢ ظهراً)

BAINS-DOUCHES SAINT MERRI

🏠 16 rue du Renard 75004 Paris
🚇 11 Rambuteau
⌚ الاثنين إلى السبت (٧:٣٠ - ١ ظهراً)
⌚ الأحد (٨ - ١٢:٣٠ ظهراً)
مغلق يوم الخميس

العديد من نوافير مياه الشرب متاحة للجميع للبقاء رطباً
امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً لتحديد موقعهم :



LA MAISON DU PARTAGE

للبالغين بدون أطفال. مغلق ١٥ أغسطس!
🏠 32 rue Bouret 75019 Paris
🚇 2 5 7 bis Jaurès
⌚ الاثنين إلى الجمعة (٨ - ١٢:٤٥ ظهراً | ١ - ٤:٤٥ ظهراً)
⌚ الأحد (٩ - ١٢:٣٠ ظهراً | ٢ - ٤:٤٥ ظهراً)

ESI PITARD

للعائلات والنساء الحوامل مغلق يوم ١٥ أغسطس!
🏠 4 rue Georges Pitard 75015 Paris
🚇 13 Plaisance

⌚ الاثنين إلى الجمعة (٩:١٥ - ١ ظهراً) دون موعد
⌚ الاثنين إلى الجمعة (٢ - ٥ مساءً) بموعد

ESI HALLE SAINT-DIDIER

🏠 23 rue Mesnil, 75016 Paris
🚇 6 9 Trocadéro, 2 Victor-Hugo
⌚ من الاثنين إلى الجمعة 8:30 صباحاً إلى 12:30 مساءً ومن 1:30 مساءً إلى 5 مساءً (مغلق بعد ظهر يوم جمعة واحد في الشهر)



خدمة مجانية

حمام منفرد. يجب إحضار المنشفة ولوازم الاستحمام
⚠ حمامات الاستحمام ستكون مغلقة يوم ١٥ أغسطس

BAINS-DOUCHES PYRÉNÉES

🏠 296 rue des Pyrénées 75020 Paris
🚇 3 Gambetta
⌚ الاثنين إلى السبت (٧:٣٠ صباحاً - ١٢:٣٠ ظهراً)
⌚ الأحد (٨ صباحاً - ١٢ ظهراً)
مغلق يوم الأربعاء

BAINS-DOUCHES PETITOT

🏠 1 rue Petitot 75019 Paris
🚇 11 Place des fêtes
⌚ الثلاثاء إلى السبت (١٢ ظهراً - ٥:٣٠ مساءً)

ESI FAMILLE

للعائلات بدون سكن

🏠 9 rue Thorel, 75002 Paris

🚇 (M) 8 9 Bonne-Nouvelle, (M) 4 Strasbourg-Saint-

Denis
🕒 الاثنين إلى الجمعة 9:30 - 1 مساءً | 2 - 5 مساءً
(ما عدا الخميس بعد الظهر)

ESI CHEZ MONSIEUR VINCENT

مغلق من 31 يوليو إلى 16 أغسطس

🏠 10 rue de Rocroy, 75010 Paris

🚇 (M) 5 4

Gare-du-Nord, (M) 7 Poissonnière

🕒 الاثنين إلى الجمعة: 9:30 - 12 مساءً | الأربعاء إلى الجمعة: 2 مساءً - 5 مساءً

ESI MAISON DANS LE JARDIN

البالغون بدون أطفال

🏠 35 av Courteline, 75012 Paris

🚇 (M) 1 Saint-Mandé

🕒 من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 8 صباحًا حتى الساعة 8 مساءً، ويوم الخميس من الساعة 1:30 مساءً حتى الساعة 8 مساءً.

MAISON DANS LA RUE

للبالغين بدون أطفال. مغلق ١٥ أغسطس!

🏠 18 rue Picpus 75012 Paris

🚇 (M) 1 2 6 9 Nation

🕒 الاثنين للجمعة (٨ - ٤ ظهرًا) و (١ - ٤ مساءً)

ESI ARCHE D'AVENIR

🏠 113 rue Regnaults, 750013 Paris

🚇 (M) 14 Olympiade, (M) 7 Porte d'Ivry

🕒 الثلاثاء والجمعة 8:30 صباحًا - 12 مساءً ومن 1:45 مساءً - 4 مساءً، الأربعاء والخميس والسبت 8:30 صباحًا - 12 مساءً ومن 1:45 مساءً - 5 مساءً

ESI RENÉ COTY

للبالغين بدون أطفال. مغلق ١٥ أغسطس!

🏠 6-8 Avenue René Coty 75014 Paris

🚇 (M) 6 Denfert-Rochereau

🕒 للرجال (٨:٣٠ - ١١ صباحًا)

🕒 للنساء (٢ ظهرًا - ٤ مساءً)

استقبال, توجيه, مرافقة

ACCUEIL DE JOUR AUSTERLITZ

للرجال (طالبو اللجوء واللاجئين)

مغلق يوم 14 و 15 أغسطس!

🏠 24 Quai D'Austerlitz 75013 Paris

🚇 (M) 6 Quai de la gare (M) 5 10 Gare d'Austerlitz

🕒 الاثنين إلى الجمعة (9 صباحًا - 4 مساءً)

يغلق 2:30 ظهرًا أيام الثلاثاء

ACCUEIL DE JOUR CITE

للرجال (طالبو اللجوء واللاجئين)

مغلق يوم 15 و 21 أغسطس!

🏠 1 boulevard du Palais 75004 Paris (M) 4 Cité

🕒 الاثنين إلى الجمعة (9 صباحًا - 4 ظهرًا)

HALTE HUMANITAIRE

🏠 2 rue Perrault 75001 Paris

🚇 (M) 1 Louvre Rivoli

🕒 الاثنين إلى الأحد (9 - 6 مساءً)

لطالبي اللجوء واللاجئين بدون سكن

مغلق يوم 25 أغسطس و 29 سبتمبر!

🕒 توزيع تذاكر مطاعم Santeuil الاجتماعية بين يوم

25 و 5 من كل شهر

CEDRE

مركز استقبال نهارى

🏠 23 boulevard de la commanderie 75019 Paris

🚇 (M) 7 Porte de la Villette (M) 12 Aimé Césaire

مغلق من 4 - 21 أغسطس : يفتح الثلاثاء 22 أغسطس
7 مساءً

ESI AGORA

للبالغين بدون أطفال. مغلق 15 أغسطس!

🏠 32 rue des Bourdonnais 75001 Paris

🚇 (M) 1 4 7 11 14 REP B Châtelet

🕒 الاثنين إلى الجمعة (9 - 12 ظهرًا) دون موعد

🕒 الاثنين إلى الجمعة (2 - 4 عصرًا) بموعد

مغلق الأربعاء بعد الظهر