

## Les bons gestes, en période de canicule:



Buvez de l'eau, même si vous n'avez pas soif. Essayez de boire 3 à 4 litres d'eau par jour. Remplissez une gourde ou une bouteille dès que possible.



Essayez de vous mettre à l'abri, dans des lieux frais ou climatisés : églises, gares, centres commerciaux, bibliothèques...



Rapprochez-vous des fontaines et des îlots de fraîcheurs. Mouillez votre corps, votre visage, vos avant-bras.



Évitez de boire de l'alcool.



Reposez-vous et évitez les efforts.



Essayez de manger frais et en quantité suffisante.



En cas de coup de chaleur, si vous ressentez les symptômes suivants (faiblesse, vertiges, somnolences, nausées, fièvre, transpiration) : faites le 15 !

## Îlots de fraîcheur

En cas d'alerte canicule, la mairie de Paris laisse ouvert les parcs toute la nuit et allonge les horaires d'ouverture des bains douches ainsi que de certain ESI. Des îlots de fraîcheur à Paris sont également identifiés comme lieux d'accueil, de halte et/ou de repos, accessibles au grand public. Scannez le QR code pour les localiser:



Si vous êtes à Paris, en demande d'asile, réfugié ou sans papier, ce flyer est pour vous.

Les informations sont extraites d'un guide gratuit mis à jour chaque mois, et disponible en français, anglais, arabe (littéral), pachto et dari. Il contient des adresses utiles, des conseils et procédures juridiques.

Nos textes sont écrits, relus et vérifiés par des professionnels du social, de l'asile et du droit des étrangers.

Vous pouvez le télécharger à l'adresse suivante:



## 🚫 Accueil, orientation, accompagnement

### ACCUEIL DE JOUR AUSTERLITZ

**Du 1 au 18 juillet et du 26 juillet au 31 août :**

🏠 24 quai d'Austerlitz, 75013 Paris

🚇 M 6 Quai de la gare 1 14 RER C Gare de Lyon

**Du 18 au 26 juillet :**

🏠 13 rue Santeuil, 75005 Paris

🚇 M 7 Censier-Daubenton M 5 Saint Marcel

🕒 du lundi au vendredi 9h-16h, mardi 9h-14h30.

**Fermé le 15 et 16 août.**

### ACCUEIL DE JOUR CITÉ Hommes

**Du 1er juillet au 12 juillet et à partir du 8 août :**

🏠 1 boulevard du Palais, 75004 Paris M 4

Cité

**Du 15 juillet au 5 août :**

🏠 3 bis Cité Aubry, 75020 Paris

🚇 M 2 Alexandre Dumas

🕒 lundi au vendredi 9h-16h

### HALTE HUMANITAIRE

🏠 2 rue Perrault, 75001 Paris

🚇 M 1 Louvre Rivoli

🕒 du lundi au dimanche 9h-18h

**Fermé le 26 juillet.**

### CEDRE

🏠 23 boulevard de la Commanderie, 75019 Paris

🚇 M 7 Porte de la Villette, M 12 Aimé Césaire

🕒 Lundi, mardi et jeudi 9h-11h.

**Fermé du 29 juillet au 26 août.**

Voir la page facebook pour plus d'informations :



## 🚼 Accueils de jour

### ESI AGORA

**Adultes sans enfants.**

🏠 32 rue des Bourdonnais, 75001 Paris

🚇 M 4 7 11 14 1 RER B Châtelet-Les Halles

Sans rendez-vous :

🕒 Lundi au vendredi 9h-12h

### ESI RENÉ COTY

**Adultes sans enfants.**

🏠 6-8 Avenue René Coty, 75014 Paris

🚇 M 6 RER B Denfert-Rochereau

Sans rendez-vous :

🕒 Lundi au vendredi 8h30-13h et 14h-17h.

### ESI HALLE SAINT-DIDIER

🏠 23 rue Mesnil, 75016 Paris

🚇 M 6 9 Trocadéro, M 2 Victor-Hugo

🕒 Lundi au vendredi 8h30-12h30 et 13h30-17h00.

### ESI MAISON DU PARTAGE

**Adultes sans enfants.**

🏠 32 rue Bouret, 75019 Paris

🚇 M 2 5 7+ Jaurès

🕒 lundi au jeudi 8h-12h45 et 14h-16h30

🕒 vendredi 19 juillet, 9 et 23 août : 8h à 12h30

🕒 dimanche 28 juillet, 4 et 18 août : 9h-12h45 et 14h-16h30

Sur rendez-vous 🕒 du lundi au vendredi 14h-16h.

### ESI MAISON DANS LA RUE

**Adultes sans enfants.**

🏠 18 rue Picpus, 75012 Paris

🚇 M 2 Nation

🕒 Lundi au vendredi 8h15-16h. Mercredi de 13h à 16h.

### ESI BONNE NOUVELLE

**Familles.**

🏠 9 rue Thorel, 75002 Paris

🚇 M 9 8 Bonne Nouvelle

🕒 Lundi au vendredi 9h30-13h et 14h-17h.

Fermé le jeudi après-midi.

### ESI GEORGETTE AGUTTE

**Femmes enceintes avec ou sans enfants.**

🏠 9/11 rue Georgette Agutte, 75018 Paris

🚇 M 13 Guy Moquet

🕒 Mardi au samedi 9h15-16h30. Jeudi 13h-16h30.

## 🚿 Se laver

### BAINS-DOUCHES PYRÉNÉES

🏠 296 rue des Pyrénées, 75020 Paris

🚇 M 11 Pyrénées

🕒 Lundi au samedi 7h30-12h30

Dimanche 8h-12h. Fermé le mercredi.

### BAINS-DOUCHES NEY

🚿 Accessible aux personnes handicapées

🏠 134 boulevard Ney, 75018 Paris

🚇 M 4 Porte de Clignancourt

🕒 Lundi au samedi 7h30-11h30

Dimanche 8h-11h. Fermé le jeudi.

### BAINS-DOUCHES DES HAIES

🚿 Accessible aux personnes handicapées

🏠 27 rue des Haies, 75020 Paris

🚇 M 9 Buzenval

🕒 Mardi au samedi 7h30-12h30. Dimanche 8h-12h.

### BAINS-DOUCHES MEAUX

🚿 Accessible aux personnes handicapées

🏠 18 rue de Meaux, 75019 Paris

🚇 M 2 Colonel Fabien

🕒 Lundi au samedi 7h30-12h30. Fermé le mercredi. Dimanche 8h-11h30.

### BAINS-DOUCHES LES AMIRAUX

🚿 Accessible aux personnes handicapées

🏠 6 rue Hermann-Lachapelle, 75018 Paris

🚇 M 4 Simplon T3b Diane Arbus

🕒 Mardi au samedi 12h-17h.

De nombreuses fontaines d'eau potable sont accessibles à toutes et tous pour s'hydrater. Scannez le QR code pour les localiser :



## 🏥 Santé

### HÔTEL-DIEU

Aller au «Centre diagnostic» :

🏠 1 place du Parvis Notre-Dame, 75004 Paris

🚇 M 4 RER B Saint Michel / Cité

Sans rendez-vous à 7h30, sur inscription à 11h30. **Accès à la PASS ophtalmologique et bucco-dentaire sur demande d'un médecin généraliste.**

**Fermé du 18 juillet au 11 août.**

### HÔPITAL LARIBOISIÈRE

**PASS médecine générale.**

Demander «Consultation Arc-en-ciel»

🏠 2 rue Ambroise-Paré, 75010 Paris

🚇 M 5 4 RER B Gare du Nord

**Uniquement sur rendez-vous pendant l'été.**

🕒 Lundi au vendredi à 8h, venir très tôt !

**Fermé le 16 août.**

### HÔPITAL PITIÉ-SALPETRIÈRE

🏠 47-83 Bd de l'Hôpital, 75013 Paris

🚇 M 5 Saint-Marcel

**PASS médecine générale.**

🕒 Lundi au vendredi, venir à 7h pour avoir une consultation entre 8h30-16h30.

✉ accueil-medint1.pass-pitie@aphp.fr

### HÔPITAL SAINT-ANTOINE

PASS - Policlinique médicale (spécialisée dans le traitement de la gale).

🏠 184 rue du Faubourg Saint-Antoine, 75012 Paris (Accès par la rue Crozatier).

🚇 M 8 Faidherbe-Chaligny, M 2 Nation

Demander la «Policlinique Baudelaire»

**Sans rendez-vous :**

🕒 Lundi au vendredi, venir à 8h.

☎ 01 49 28 29 50