

Newsletter de Préparation en matière de Santé Publique

HIVER 2023



Cette newsletter est disponible en amharique, en arabe, en français, en créole haïtien, en indonésien, en khmer, en portugais, en russe, en chinois simplifié, en espagnol, en swahili et en vietnamien à l'adresse : bit.ly/CRPNnewsletter.

Pour demander des versions imprimées gratuites, visitez le site : bit.ly/PHPMaterials ou laissez un message au 215-429-3016.



Inscrivez-vous à ReadyPhiladelphia et restez informé

Le Bureau de gestion des urgences diffuse des informations sur les phénomènes météorologiques violents par le biais d'e-mails et d'alertes SMS gratuits grâce au système d'information de masse de la ville, ReadyPhiladelphia.

Pour recevoir des alertes SMS gratuites, veuillez envoyer READYPHILA par SMS au 888-777 ou vous inscrire sur bit.ly/ReadyPhilaAlert.

Le Bureau des services aux sans-abri enverra une équipe d'aide à toute personne sans abri qui a besoin d'être accompagnée vers un refuge local ou de tout autre service aux sans-abri.

[Ligne téléphonique d'aide aux sans-abri](https://bit.ly/ReadyPhilaAlert)
215-232-1984

Enregistrez ce numéro dans votre téléphone pour demander une aide à tout moment, 365 jours par an, 24 heures sur 24.

Préparez-vous aux intempéries

L'urgence climatique provoque :

- **plus de précipitations.** Des tempêtes plus violentes et plus fréquentes peuvent faire déborder plus souvent les rivières, les lacs et les autres points d'eau.
- **une intensification des tempêtes.** Les tempêtes côtières deviennent plus violentes, plus fréquentes et peuvent provoquer une montée des eaux.
- **l'élévation du niveau de la mer.** Certaines zones de Philadelphie sont menacées par l'élévation du niveau de la mer et sont exposées aux inondations.



Vous trouverez ci-dessous des informations sur la manière de vous préparer, ainsi que vos proches et votre domicile, à des phénomènes météorologiques violents.

Kits d'urgence
Fiche de renseignements médicaux
Santé mentale

Aide à la consommation de services publics
Grippe saisonnière et COVID-19
et plus encore

Préparez-vous et vos proches

Kit de fournitures d'urgence

Préparez suffisamment de fournitures pour vous permettre, ainsi qu'aux personnes avec lesquelles vous vivez, de tenir au moins trois jours.

Assurez-vous que votre kit contient les éléments suivants :

- médicaments
- nourriture et eau
- fournitures pour bébés et enfants
- produits pour animaux
- téléphone portable et chargeur
- lampe de poche et sifflet
- argent liquide
- copies des documents importants
- trousse de secours
- radio à batterie et piles de rechange

N'oubliez pas vos animaux de compagnie et vos animaux aidants !

Il est dangereux de laisser les animaux domestiques seuls pendant une longue période. Si vous devez quitter votre domicile en cas d'urgence, trouvez un endroit sûr où les emmener.

Mettez les animaux domestiques à l'abri. Si vous voyez des animaux à l'extérieur en cas d'intempéries ou s'ils sont négligés, appelez l'équipe de soins et de contrôle des animaux, disponible 24 heures sur 24, au numéro **267-385-3800**.



Vous prenez des médicaments ?

Ayez toujours une réserve de médicaments d'au moins une semaine.

Faites renouveler vos ordonnances avant qu'elles n'expirent pour être prêt.

Notez le nom de tous les médicaments. Indiquez la dose, quand et pourquoi vous prenez le médicament, ainsi que les coordonnées de votre médecin.

Fiche de renseignements médicaux

Une fiche de renseignements médicaux comprend tous vos antécédents médicaux importants, les coordonnées de votre médecin et les informations concernant vos médicaments et votre équipement. Elle permettra aux secouristes de savoir comment vous aider en cas d'urgence.

Téléchargez-la et remplissez-la dès maintenant : <https://bit.ly/PHPGuidance>

Name (legal name if different)	Allergies (food, medicine, other)	Emergency Contact 1	Health Information Card  Keep this card with you in your wallet, purse, or other safe place. 	YOUR MEDICINE RECORD Write all of the prescription drugs, over the counter drugs, vitamins, and herbal supplements that you take. Keep this list up to date (use a pencil or cross out changes to your medications). Fill out with the help of your doctor, pharmacist or other healthcare provider. Take medicine as prescribed, and prepare to bring medicine with you in case of an emergency. Equipment, Supplies or Other Supports refrigerated medications, oxygen, or nebulizer, etc.	Medicine Name of medication, purpose and strength	Dose How many pills, puffs, units, drops per dose	Frequency How many times a day
Birthdate	Medical Conditions	Name:					
Phone		Phone:					
Email	Additional medical/communication needs	Emergency Contact 2					
Address		Name:					
Gender (pronouns)		Phone:					
Preferred Language		Important Numbers (doctor, pharmacy, etc.)					
Blood Type							

Préparez votre domicile

Les températures extrêmes peuvent nuire à votre santé si votre logement n'est pas équipé de systèmes de climatisation et de chauffage adéquats.

L'aide à la consommation de services publics ainsi que d'autres programmes vous épaulent dans la gestion de vos factures, le paiement de votre consommation et réduit le risque de problèmes de santé et de sécurité en cas de conditions météorologiques extrêmes.

Fonds d'urgence pour les services publics (UESF pour l'acronyme anglais)

Programmes sur justificatif de ressources pour la stabilisation d'un logement pour les familles confrontées à une crise d'hébergement.

Gestion des cas, aide financière, ateliers de formation et plus encore.

Centre d'accès aux prestations de l'UESF (UESF Benefits Access Center)

Pour se renseigner sur les prestations d'État et fédérales et déposer une demande.

215.814.6845 - BAC@uesfacts.org - www.uesfacts.org

BenePhilly (aide pour la demande d'allocations publiques)

Aide individuelle gratuite, sans distinction de revenus, pour faciliter la demande d'allocations publiques.

Médicaments sur ordonnance, assurance maladie, produits d'épicerie, aide à la garde d'enfants.

Chauffage et autres services publics, taxes foncières, allocations d'invalidité.

1.844.848.4376 - www.phila.gov/programs/benephilly/

Programmes de service universel PECO

Découvrez tous les programmes d'aide PECO.

1.800.774.7040 - bit.ly/PECOPrograms

Société pour les personnes âgées de Philadelphie (PCA)

Aide aux personnes âgées à faible revenu et aux aidants.

Ligne d'assistance : 215.765.9040 - www.pcacares.org/contact-us/

Centres de quartier sur l'énergie

Apprenez à économiser l'énergie et demandez une aide pour le paiement des factures.

Chauffage et autres services publics, taxes foncières, allocations d'invalidité et plus encore.

Trouvez un centre sur l'énergie près de chez vous : bit.ly/NeighborhoodEnergyCenters





Centre de ressources sur la santé mentale

Vous avez besoin d'aide pour faire face à une crise de santé mentale ?
Appelez le 215-685-6440.

Services relatifs à la santé mentale et aux dépendances : 888-545-2600.

Ouvert 24/24h et 7/7j, Interprétation disponible

Dépistage gratuit en ligne et ressources gratuites sur HealthyMindsPhilly.org



COVID-19 et grippe saisonnière

Le vaccin contre la grippe saisonnière est mis à jour chaque année afin de protéger contre les types de grippe les plus courants.

Le rappel bivalent contre la COVID-19 a été développé pour fournir une protection supplémentaire contre le variant Omicron cet hiver.

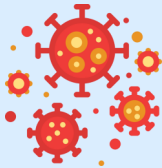
Des personnes en bonne santé, quel que soit leur âge, peuvent tomber gravement malades, être hospitalisées et même mourir des complications des virus de la COVID-19 ou de la grippe.

Pour renouveler votre immunité, il est important de recevoir un vaccin annuel contre la grippe et un rappel contre la COVID-19 afin que votre système immunitaire soit le plus efficace possible pour vous protéger contre les maladies cet hiver.

**Les deux vaccins peuvent être administrés
en même temps en toute sécurité.**

bit.ly/FluPHL

bit.ly/COVIDvaxPHL



Pour en savoir plus ou si vous avez des questions, appelez le centre d'appel de PDPH au 215-685-5488.

Pour l'interprétation, tapez 3 pour votre langue, tapez 2 pour l'espagnol et composez le 711 pour une assistance TRS/TTY.

Il est important d'avoir un médecin traitant en qui vous avez confiance pour vous aider à rester en bonne santé pendant l'hiver, surtout si vous souffrez d'une maladie chronique.

Utilisez l'outil de recherche de médecin traitant sur www.phila.gov/primary-care pour trouver des soins médicaux gratuits ou à faible coût.

Recherche par langue, lieu, spécialité et plus encore.

Restons connectés !

Visitez notre site web à l'adresse bit.ly/PDPHPreparednessOutreach.

Pour obtenir des versions imprimées de cette newsletter, si vous avez des questions ou des problèmes avec la traduction, veuillez nous envoyer un e-mail à l'adresse PublicHealthPreparedness@phila.gov ou laissez un message au 215-429-3016.

Nous nous réjouissons d'échanger avec vous !

Inscrivez-vous au Réseau de partenaires d'intervention communautaire (CRPN) à l'adresse

bit.ly/phlcommunityresponse.

Recevez les informations essentielles en matière de santé publique, à partager avec votre famille, vos amis et vos voisins.

