

NUMÉROS UTILES

Des contacts essentiels
pour vous et vos proches



SI
SERVICES à
la personne

50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*



15

SAMU

En cas d'accidents domestiques ou de la circulation,
d'arrêt cardiaque, difficultés respiratoires...



17

POLICE SECOURS

Toutes situations pouvant mettre en danger
la sécurité des personnes et des biens.



18

POMPIERS

Malaise, accident de la route, incendie,
personne blessée.



3919

SOS MALTRAITANCE

Enfants, personnes âgées ou adultes en situation
de maltraitance.



3624

SOS MÉDECINS

En cas d'urgence médicale mais non vitale
ou consultations médicales urgentes en soirée et week-end.



01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE

En cas d'abattement extrême pouvant conduire
à ne plus s'alimenter, rester prostré, s'isoler...



09 705 00 205

URGENCE DENTAIRE

Douleur dentaire aiguë ne pouvant être soulagée
avec les antalgiques en vente libre.



3114

PRÉVENTION SUICIDE

Numéro confidentiel, gratuit, 24h/24 et 7j/7.
Écoute et soutien pour les personnes en détresse.



06.68.21.55.20

INTERVALLE CAP

Centre d'Accompagnement et d'écoute
thérapeutique spécialisé du Val-de-Marne.
10:00 à 18:00.



UBUNTU COMPANY
06 44 94 65 62

Ubuntu Company

Votre partenaire de confiance pour l'aide
à domicile et les services à la personne.
Écoute, accompagnement et bienveillance au quotidien.



À vos côtés, pour vous accompagner
au quotidien.



Confidentiel



Disponible 24h/24 et 7j/7 (selon service)



Gratuit depuis un poste fixe

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

PRÉVENTION

2

PRÉVENTION DES CHUTES

Les chutes peuvent avoir de graves conséquences.
Adoptons les bons réflexes au quotidien.



50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*

LES BONS RÉFLEXES



**Éviter les tapis
et objets au sol**

Ils peuvent provoquer des trébuchements.



**Bien éclairer
toutes les pièces**

Un bon éclairage réduit les risques de chute.



**Porter des chaussures
fermées et adaptées**

Éviter les chaussons ou semelles glissantes.



**Utiliser un appui
(canne, déambulateur)**

Ne pas hésiter à utiliser les aides
à la mobilité.



**Se lever doucement,
prendre son temps**

Éviter les mouvements brusques.



**Garder les objets
courants à portée de main**

Éviter de monter sur un escabeau
ou de se pencher.



**Installer des barres
d'appui si besoin**

Surtout dans la salle de bain
et les toilettes.



**Demander de l'aide
en cas de besoin**

Ne pas rester seul(e) en cas de difficulté.



**UNE CHUTE PEUT
AVOIR DE GRAVES
CONSÉQUENCES.**



Prévenons-les ensemble !

EN CAS DE CHUTE



Rester calme



Appeler de l'aide



Si besoin, appeler le 15 (SAMU)

NUMÉROS UTILES

15

SAMU

Urgence médicale

17

POLICE SECOURS

Urgence sécurité

18

POMPIERS

Urgence incendie
et accident

UBUNTU COMPANY
06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



Confidentiel
Respect de votre vie privée



Disponible
24h/24 et 7j/7
(selon service)



Bienveillance
Écoute et accompagnement
personnalisé



Professionnalisme
Intervenants qualifiés
et formés

PRÉVENTION

3

PRÉVENTION INCENDIE & GAZ

Adoptons les bons réflexes pour éviter
les accidents domestiques.



SI!
SERVICES à
la personne

50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*

LES BONS RÉFLEXES



**Vérifier régulièrement
les plaques de cuisson
et installations de gaz**

Un entretien régulier évite
les fuites et les accidents.



**Éteindre bougies,
cigarettes et appareils
en fin d'utilisation**

Ne jamais laisser une flamme
sans surveillance.



**Débrancher les appareils
électriques inutilisés**

Évitez les surchauffes
et les courts-circuits.



**Ne pas surcharger
les prises et multiprises**

Trop d'appareils branchés
augmentent les risques d'incendie.



**Tester régulièrement
le détecteur de fumée**

Changez les piles au moins
1 fois par an.



**Aérer votre logement
tous les jours**

Une bonne aération limite les risques
d'intoxication au gaz ou au monoxyde.



**Ranger les produits
inflammables hors
de portée**

Conservez-les dans un endroit frais
et sécurisé.



EN CAS DE FUMÉE OU D'INCENDIE



Rester calme



Évacuer les lieux



**Appelez le 18 immédiatement
(Pompiers)**



LE MONOXYDE DE CARBONE

Invisible, inodore et non irritant,
il peut être mortel.

Aérez chaque jour et faites vérifier
vos appareils de chauffage.



NUMÉROS UTILES

15

SAMU

Urgence médicale

17

POLICE SECOURS

Urgence sécurité

18

POMPIERS

Urgence incendie
et accident

UBUNTU COMPANY

06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL

Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE

24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVEILLANCE

Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME

Intervenants qualifiés
et formés

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

PRÉVENTION

4

PRÉVENTION DÉSHYDRATATION & ALIMENTATION

Bien s'hydrater et bien manger
sont essentiels pour rester en bonne santé.



50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*

LES BONS RÉFLEXES



**Boire régulièrement
de l'eau tout au long
de la journée**

Même sans soif, pensez à boire.



**Ne pas attendre
d'avoir soif pour boire**

La sensation de soif apparaît
quand le corps est déjà déshydraté.



Ne pas sauter les repas

Manger à heures régulières
et en quantité suffisante.



**Respecter les régimes
alimentaires prescrits**
(par votre médecin)



**Vérifier les dates
de péremption
des aliments**

Ne pas consommer un produit
périmé.



Manger varié et équilibré

Fruits, légumes, féculents,
protéines, produits laitiers.



**Surveiller le diabète
et les signes
d'hypoglycémie**

Fatigue, sueurs, tremblements,
faim soudaine...



**Adapter la texture
des aliments si nécessaire**

Manger doit rester un plaisir
et non une difficulté.



**Demander conseil à votre
professionnel de santé**

En cas de doute ou de perte d'appétit.



L'HYDRATATION, C'EST LA VIE !

Une bonne hydratation permet de :

- ✓ Maintenir l'énergie
- ✓ Faciliter la digestion
- ✓ Réguler la température du corps
- ✓ Éliminer les déchets
- ✓ Préserver les fonctions vitales



EN CAS DE SIGNES DE DÉSHYDRATATION



Fatigue
inhabituelle



Bouche sèche



Maux
de tête



Urines foncées
et peu abondantes



**Buvez de l'eau et contactez un professionnel
de santé si besoin.**

NUMÉROS UTILES

15

SAMU

Urgence médicale

17

POLICE SECOURS

Urgence sécurité

18

POMPIERS

Urgence incendie
et accident

3624

SOS MÉDECINS

Consultations médicales
urgentes

UBUNTU COMPANY

06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVILLANCE
Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

PRÉVENTION

5

PRÉVENTION MÉDICAMENTS

Bien prendre ses médicaments,
c'est préserver sa santé.



SI
services à
la personne

50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*

LES BONS RÉFLEXES



Respecter la prescription et les doses indiquées

Prendre uniquement les médicaments
prescrits par votre médecin.



Ne jamais doubler une dose oubliée

En cas d'oubli, ne prenez pas la dose
suivante en double.



Ne jamais mélanger des médicaments sans avis médical

Certains médicaments peuvent être
incompatibles.



Respecter les horaires de prise

Prendre vos médicaments aux heures
fixées pour une meilleure efficacité.



Conserver vos ordonnances et les notices

Elles contiennent des informations
importantes en cas de besoin.



Suivre la durée du traitement

Ne pas arrêter un traitement sans
avis médical, même si vous vous
sentez mieux.



Ranger les médicaments hors de portée des enfants

Conservez-les dans un endroit sec,
frais et sécurisé.



Demander conseil à votre médecin ou pharmacien

En cas de doute, d'effet indésirable
ou d'interaction.



IMPORTANT

Ne pas arrêter un traitement
sans avis médical.

En cas de doute ou d'effet
indésirable, contactez
votre médecin ou votre pharmacien.

NE PAS OUBLIER



Lire la notice



Respecter les
conditions de
conservation



Ne pas utiliser
un médicament
périmé



En cas de problème,
demander de l'aide



Ubuntu ne réalise pas d'actes infirmiers
ni de préparation de médicaments.
Nous vous accompagnons dans votre quotidien.

NUMÉROS UTILES

15

SAMU

Urgence médicale

17

POLICE SECOURS

Urgence sécurité

18

POMPIERS

Urgence incendie
et accident

3624

SOS MÉDECINS

Consultations médicales
urgentes

01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE

En cas d'abattement
extrême

UBUNTU COMPANY

06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVILLANCE
Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

PRÉVENTION

6

PRÉVENTION ISOLEMENT & DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

Parler, se faire accompagner,
c'est déjà se sentir mieux.



SI
services à
la personne

50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*

LES BONS RÉFLEXES



Parler avec vos proches et garder le contact

Un appel, un message ou
une visite peuvent faire du bien.



Maintenir des activités qui vous font plaisir

Lire, écouter de la musique,
jardiner, cuisiner, se promener...
Gardez des habitudes qui
donnent du sens.



Exprimer vos émotions et vos difficultés

Parler de ce que l'on ressent permet
de se libérer et d'être écouté.



Ne restez pas seul(e) avec vos inquiétudes

Demander de l'aide n'est pas
un signe de faiblesse.



Demander de l'aide si vous en ressentez le besoin

Des solutions existent.
Vous n'êtes pas seul(e).



Participer à la vie sociale et aux sorties

Ateliers, clubs, associations...
Rester entouré aide à garder
le moral.



NE RESTEZ PAS SEUL(E)

Si vous vous sentez triste, angoissé(e),
démotivé(e) ou sans espoir,
parlez-en à un proche ou à un professionnel.

NUMÉROS À VOTRE ÉCOUTE



3114 PRÉVENTION SUICIDE

24h/24 - 7j/7
Appel gratuit



01.47.07.24.24 SOS PSYCHIATRIE

En cas d'écoute
et d'urgence



VOS PROCHES

Famille, amis,
voisins...



06 44 94 65 62 UBUNTU COMPANY

Astreinte 24h/24
et 7j/7



Prendre soin de sa santé mentale,
c'est prendre soin de sa santé tout court.

NUMÉROS UTILES

15

SAMU
Urgence médicale

17

POLICE SECOURS
Urgence sécurité

18

POMPIERS
Urgence incendie
et accident

3624

SOS MÉDECINS
Consultations médicales
urgentes

01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE
En cas d'abattement
extrême

UBUNTU COMPANY
06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVEILLANCE
Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

PRÉVENTION

7

PRÉVENTION ARNAQUES & ABUS



**50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS***

Rester vigilant, c'est se protéger.
Protégeons-nous ensemble.

LES BONS RÉFLEXES



Vérifier l'identité des personnes

Demandez toujours une carte professionnelle et un justificatif.



Ne pas ouvrir aux inconnus

En cas de doute, utilisez l'entrebâilleur ou le viseur.



Ne jamais donner vos informations personnelles

Ne communiquez jamais vos codes, mot de passe, carte bancaire ou RIB.



Se méfier des offres trop alléchantes

Promesses de gains, réductions exceptionnelles, faux dons... Restez prudent !



Ne pas appeler de numéros inconnus

Raccrochez si le correspondant vous met en pression ou vous demande de l'argent.



Ne jamais payer en avance

Surtout pour des travaux, voyages, achats en ligne ou services à domicile.



Parlez-en à vos proches

Un conseil, un avis extérieur peuvent éviter une arnaque.



En cas de doute, contactez

Votre famille, un proche ou appelez Ubuntu.



ATTENTION AUX ARNAQUES LES PLUS FRÉQUENTES

- Faux agents (eau, électricité, mairie, banques...)
- Faux démarcheurs à domicile
- Faux sites internet (achats, billets, donations...)
- Arnaques au téléphone (lotteries, faux policiers, faux conseillers bancaires...)
- Escroqueries sentimentales ou internet

QUE FAIRE EN CAS DE DOUTE OU D'ARNAQUE ?



Contactez immédiatement
vos proches ou Ubuntu



Si vous êtes victime, appelez le 17
(Police Secours)



Signalez l'arnaque sur
www.service-public.fr

NUMÉROS UTILES

15

SAMU
Urgence médicale

17

POLICE SECOURS
Urgence sécurité

18

POMPIERS
Urgence incendie
et accident

3624

SOS MÉDECINS
Consultations médicales
urgentes

01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE
En cas d'abattement
extrême

UBUNTU COMPANY
06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVEILLANCE
Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

De bons gestes au quotidien
pour protéger votre santé et celle des autres.

LES BONS RÉFLEXES

**Se laver les mains régulièrement**

Avant les repas, après être allé
aux toilettes, en rentrant à la maison,
ou après avoir toussé / éternué.

**Nettoyer régulièrement
les surfaces**

Poignées, interrupteurs, téléphones,
tables, plans de travail...

**Aérer votre logement
chaque jour**

10 à 15 minutes suffisent pour
renouveler l'air et limiter les microbes.

**Changer régulièrement
le linge**

Draps, serviettes, torchons...
Une bonne hygiène commence
par du linge propre.

**Maintenir une bonne
propreté du logement**

Un intérieur propre réduit les risques
d'infections et d'allergies.

**Tousser ou éternuer dans
son coude ou dans un mouchoir**

Puis se laver les mains.

**Jeter les mouchoirs
à usage unique**

Ne pas les laisser traîner.
Utiliser une poubelle avec couvercle.

**Surveiller les plaies
et les rougeurs**

Nettoyer et protéger.
En cas de doute, demander conseil.

**Être à jour dans ses vaccins**

La vaccination reste la meilleure
protection contre de nombreuses
maladies.



POURQUOI L'HYGIÈNE EST IMPORTANTE ?

- ✓ Réduit les risques d'infections et de maladies
- ✓ Protège les personnes fragiles
- ✓ Limite la transmission des microbes
- ✓ Améliore votre bien-être au quotidien
- ✓ Contribue à un environnement sain



LES 5 ÉTAPES DU LAVAGE DES MAINS



Mouiller
les mains



Appliquer
du savon



Frotter
au moins
20 secondes



Rincer
abondamment



Sécher
avec un linge
propre



Ces gestes simples protègent votre santé
et celle des personnes qui vous entourent.

NUMÉROS UTILES

15

SAMU
Urgence médicale

17

POLICE SECOURS
Urgence sécurité

18

POMPIERS
Urgence incendie
et accident

3624

SOS MÉDECINS
Consultations médicales
urgentes

01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE
En cas d'abattement
extrême

UBUNTU COMPANY

06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVEILLANCE
Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés

PRÉVENTION CANICULE & GRAND FROID

Adoptez les bons gestes toute l'année
pour vous protéger et protéger les autres.

EN PÉRIODE DE CANICULE



Buvez régulièrement de l'eau, même sans soif

Évitez l'alcool et les boissons sucrées ou très caféinées.



Gardez votre logement frais

Fermez les volets et fenêtres le jour. Aérez tôt le matin et tard le soir.



Rafrâchissez-vous régulièrement

Douche tiède, brumisateur, ventilateur ou linge humide.



Portez des vêtements légers, amples et clairs

Couvrez votre tête (chapeau, casquette).



Mangez équilibré et en quantité suffisante

Privilégiez les fruits, légumes, aliments riches en eau.



Évitez les efforts physiques

Ne sortez pas aux heures les plus chaudes (11h - 17h).



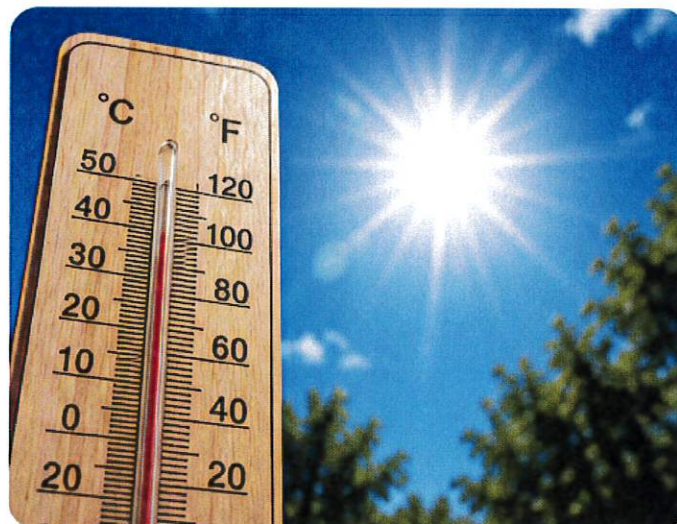
Pensez aux personnes fragiles

Vérifiez régulièrement leur état de santé, proches, voisins, personnes âgées.



En cas de malaise

Placez-vous au frais, buvez de l'eau, contactez un professionnel de santé si nécessaire.



ATTENTION AUX SIGNAUX D'ALERTE

- Maux de tête
- Fatigue inhabituelle
- Vertiges / Nausées
- Crampes musculaires
- Bouche sèche / Soif intense
- Température du corps élevée



En cas de doute, demandez de l'aide
ou contactez un professionnel de santé.

EN PÉRIODE DE GRAND FROID



- Habillez-vous chaudement
- Couvrez-vous bien (mains, tête, pieds)
- Chauffez correctement votre logement
- Ne bouchez pas les aérations
- Attention aux intoxications au monoxyde de carbone : aérez chaque jour
- Protégez les canalisations du gel



En cas de coupure de chauffage ou de froid extrême, contactez vos proches ou un professionnel.

NUMÉROS UTILES

15

SAMU
Urgence médicale

17

POLICE SECOURS
Urgence sécurité

18

POMPIERS
Urgence incendie
et accident

3624

SOS MÉDECINS
Consultations médicales
urgentes

01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE
En cas d'abandon
extrême

UBUNTU COMPANY

06 44 94 65 62
Astreinte 24h/24
et 7j/7



À vos côtés,
pour vous accompagner
au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



BIENVEILLANCE
Écoute et accompagnement
personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés

PRÉVENTION

10 PRÉVENTION DES CHUTES

Des gestes simples pour éviter les chutes et rester en sécurité au quotidien.



50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*

LES BONNS RÉFLEXES



Sécuriser votre logement

Retirez les tapis qui glissent, fixez les fils électriques, assurez un bon éclairage dans toutes les pièces.



Porter des chaussures adaptées

Des chaussures fermées, antidérapantes et à votre pointure.



Utiliser les équipements d'aide

Barres d'appui, rampes, canne ou déambulateur si besoin.



Vérifier votre vue

Faites contrôler régulièrement votre vision.



Être attentif(ve) aux médicaments

Certains médicaments peuvent provoquer des vertiges ou de la somnolence. Parlez-en à votre médecin ou pharmacien.



Se lever doucement

Prenez votre temps pour vous lever du lit ou d'une chaise afin d'éviter les étourdissements.



Garder une activité physique régulière

Marche, exercices d'équilibre et de renforcement musculaire améliorent votre stabilité.



Bien s'hydrater

Boire suffisamment d'eau chaque jour pour éviter les malaises.



EN CAS DE CHUTE

- Restez calme et ne bougez pas.
- Appelez à l'aide.
- Si vous êtes seul(e), essayez de joindre un téléphone ou un médaillon d'alerte.
- Ne vous relevez pas seul(e).

Mieux vaut prévenir que guérir !

Votre sécurité commence par des gestes simples.

BESOIN D'AIDE POUR SÉCURISER VOTRE QUOTIDIEN ?



Aménagement du logement
Conseils et solutions sur mesure.



Aide à domicile
Accompagnement dans les gestes du quotidien.



Écoute et soutien
Des professionnels à votre écoute.



Ubuntu et ses intervenants sont là pour vous accompagner chaque jour en toute sécurité.

NUMÉROS UTILES

15

SAMU

Urgence médicale

17

POLICE SECOURS

Urgence sécurité

18

POMPIERS

Urgence incendie et accident

3624

SOS MÉDECINS

Consultations médicales urgentes

01.47.07.24.24

SOS PSYCHIATRIE

En cas d'abandonnement extrême

UBUNTU COMPANY

06 44 94 65 62

Astreinte 24h/24 et 7j/7



À vos côtés, pour vous accompagner au quotidien.



CONFIDENTIEL
Respect de votre vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7 (selon service)



BIENVILLANCE
Écoute et accompagnement personnalisé



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés et formés

* Selon la législation en vigueur. Plus d'informations sur www.impots.gouv.fr

PRÉVENTION DES RISQUES DOMESTIQUES

Des gestes simples pour
un quotidien plus sûr à la maison.

50%
DE CRÉDIT
D'IMPÔTS*



LA PRÉVENTION, C'EST PROTÉGER
VOTRE SÉCURITÉ ET VOTRE CONFORT

LES PRINCIPAUX RISQUES À LA MAISON



CHUTES

- Dégagez les passages et évitez les tapis qui glissent.
- Installez des barres d'appui dans la salle de bain et les escaliers.
- Portez des chaussures adaptées.



INCENDIES

- Ne surchargez pas les prises électriques.
- Éloignez les produits inflammables des sources de chaleur.
- Installez un détecteur de fumée et vérifiez régulièrement son bon fonctionnement.



BRÛLURES

- Attention aux liquides chauds (thé, soupe, café...).
- Tournez les poignées de casseroles vers l'intérieur de la plaque.
- Gardez les appareils de cuisson hors de portée des enfants.



INTOXICATIONS

- Aérez chaque jour votre logement.
- Utilisez les produits ménagers selon les instructions.
- Rangez les médicaments hors de portée des enfants.



ÉLECTRICITÉ

- Vérifiez régulièrement l'état de vos appareils et de vos câbles.
- Évitez les rallonges multiples en série.
- Coupez les appareils non utilisés.



INTRUSIONS

- Fermez toujours portes et fenêtres en votre absence.
- Ne laissez pas d'objets de valeur à la vue.
- En cas de doute, appelez le 17.

LES BONS RÉFLEXES AU QUOTIDIEN



Aérez votre
logement
10 min par jour.



Vérifiez
régulièrement
votre vue et votre
audition.



Prenez vos
médicaments
correctement
et à heure fixe.



Restez actif(ve)
pour conserver
votre équilibre
et votre mobilité.



Gardez le contact
avec vos proches,
vos voisins ou
votre aide à
domicile.



En cas de doute,
demandez
conseil à un
professionnel.



**NUMÉROS
D'URGENCE**

+ 15
SAMU
Urgence médicale

17
**POLICE
SECOURS**
Urgence sécurité

18
POMPIERS
Incendie et
secours

112
**NUMÉRO
D'URGENCE
EUROPÉEN**
Accessible 24h/24



À VOS CÔTÉS,
POUR VOUS ACCOMPAGNER
AU QUOTIDIEN.



Ubuntu et ses intervenants
sont là pour vous accompagner
chaque jour en toute sérénité.



CONFIDENTIEL
Respect de votre
vie privée



DISPONIBLE
24h/24 et 7j/7
(selon service)



PROFESSIONNALISME
Intervenants qualifiés
et formés