



RECOMMANDATIONS IMPORTANTES

à avoir sur soi ou dans son sac

FICHE DE RENSEIGNEMENT INDIVIDUELLE

NOM PRENOM

ADRESSE

CODE POSTAL VILLE

N° DE PORTABLE DATE DE NAISS.....

GROUPE SANGUIN ALLERGIES

COORDONNEES DU MEDECIN TRAITANT

MALADIES EN COURS

TRAITEMENT EN COURS

COORDONNEES DE LA PERSONNE A PREVENIR EN CAS D'ACCIDENT

NOM PRENOM

N° TEL FIXE PORTABLE

TROUSSE DE SECOURS PERSONNELLE

- un masque chirurgical – un flacon de solution hydroalcoolique pour la désinfection des mains - une couverture de survie
- et suivant le type de sortie : une crème apaisante contre les piqûres d'insectes
- un collyre anti UV (montagne/mer) une crème solaire
- si besoin, son traitement

TOUJOURS AVOIR SUR SOI SA CARTE VITALE