

## **Bilgi, yönlendirme, destek (Information, orientation et accompagnement)**

Bilgi almak için iyi adresler, yönlendirilmek, desteklemek ve nereden yardım istemek lazım sorun çıkarsa sağlık tedavisi için veya bir hastalık koruma elde etmek :

### **Sosyal görevliler**

- **Proxim'Social** - - Resepsiyon hizmeti, bilgi ve fiziksel yönelim ve telefon.

Sabit hattın 0805.01.2530 ücretsiz arama.

Bu servise erişim için pazartesi ile cuma günleri arası, saat 08:30 ile 12:00 arası ve 13:30 ile 17:30 arası - adres : 9 rue Picasso (CCAS de Besançon).

### **Sağlık merkezleri (CMS) mahalle sosyal işçileri (kendi mahallesindeki sağlık merkezine gitmek gerekir) :**

Besançon'daki mediko-sosyal merkezleri (CMS) :

- CMS Bacchus (centre ville) - 1 place Bacchus - 03 81 25 87 00
- CMS Planoise - 7 avenue Léonard de Vinci - 03 81 51 00 41
- CMS Saint Ferjeux - 30 rue Caporal Peugeot - 03 81 41 40 10
- CMS Saint-Claude - 6 rue Jean Wyrsh - 03 81 50 31 41
- CMS Tristan Bernard (Palente - Clairs-Soleils) - 19 rue Tristan Bernard - 03 81 25 44 44
- CMS Montrapon - 7 chemin de l'Épitaphe - 03 81 50 42 84

### **Diger**

**CIDFF (Kadın ve Aile Hakları Bilgi Merkezi).** Haklar hakkında bilgi almak için .  
14 rue Violet - 03 81 83 48 19.

**Comede'in süreklilik telefon hattı** (Sürgün Tıbbi Komitesi) bakım ve sağlık koruma erişim bilgileri için Tel : 01 45 21 63 12 Pazartesi, Salı, çarşamba, ve Cuma saat 9 ile 13 arası.

Hak ve hizmetlerine erişim hakkında daha fazla bilgi için, yabancıların hakları konusunda yardımcı olabilecek uzman kuruluşlar vardır:

**CDDLE derneji** (Hak ve Özgürlükler Yabancıların toplu Savunma) -acilis gunleri Pazartesi saat 18 ile 20 arasi ve carsamba saat 17 ile 19 arasi, 13 E rue Brûlard - 06 75 13 65 10 veya 06 74 56 08 77 veya 06 33 79 86 06 veya 06 74 83 11 94.

**CIMADE** - acilis gunu persembe saat 14 ile 18 arasi, 13 E avenue Brûlard 7ème étage - 03 81 86 20 11 veya 06 07 78 06 25

<http://www.cimade.org/regions/franche-comte-bourgogne>

**Diger baglantilar :**

**Besançon sehrinin** internet adresinden saglik hakkında bilgi alabilirsiniz

<http://www.besancon.fr/> Sosyal Saglik konulu ve ayni zamanda Sosyal Saglik alt konu baslikli Saglik bilgisi ( bu sayfada ekranin sol tarafinda bir kac alt konulu bir menu vardir).

**Besançon' nun sosyal guvenlik merkezi** : CPAM du Doubs, 2 rue Denis Papin - tel : 36 46 ( ulusal numara- dakikasi yaklasik 6 centtir).

--> Sağlık Sigortasının resmi ulusal internet sitesi: [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

--> Doubs Sağlık Sigortasının internet sitesi :

[http://www.ameli.fr/employeurs/votre-caisse-doubs/index\\_doubs.php](http://www.ameli.fr/employeurs/votre-caisse-doubs/index_doubs.php)

## **Temel sosyal güvenligi (Sécurité sociale de base)**

*INPES'in kitapçikından esinlenerek Charline Fournier'nin katkisi*

Öncelikle « temel » sosyal güvenligi istemek lazim ; Fransa'da yasal olarak en az 3 aydır yaşan kişiler için bu bir hakdır (sığınmacılara ise bu hakdan faydalanmaları için bu Fransa'daki 3 aylık ikamet şartı gerekmiyor).

Temel sosyal güvenligi bir bölümü için geri ödeme ya da sağlık masraflarının sadece bir kısmını odemeyi sagliyor.

Bu odemeyi Besançon'un sosyal guvenlik merkezinden talep edebilirsiniz : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 ( ulusal numara -dakikasi yaklasik 6 cent).talepte bulunuldugu zaman bazi gerekli belgeleri gostermek gerekir :

### **Gerekli belgeler**

État-civil için : öncelikle dogum kayıt ornegi,yoksa bir pasaport veya kimlik karti veya sığınmacılar için Ofpra (Mülteciler ve Vatansızları Koruma Fransız Ofisi)' nin mevduat sertifikası veya herhangi bir kimligini kanitlayan belge.  
Adres için : ikametgah belgesi (ev kira gostergesi ve elektirik faturasi) veya yetkili bir kurum idari ruhsati. Dikkat : mektup dogru adrese gelmesi gereklidir.  
Fransa'da yasal oturma dair : valilik tarafından verilen geceri herhangi bir oturma belgesi : oturma karti, gecici oturma karti, makbuz,gecicic oturma izni,randevu/randevuya cagri, sığınma belgesi...

Gelirler için : bir önceki tüm yılın ocaktan araliga kadar gelir belgesi (aylık, ödenek, vb.).

Ancak, ek CMU olanlar icinde : son 12 ayın tüm gelir belgeleri.

## Ek sigortalar (Les Assurances complémentaires)

Kişiler temel sosyal güvenliklerini tamamlayabilmek için şunları kullanabilirler : bir karşılıklı ek sigorta, bir ödemeli özel ek sigorta veya CMU ve AME eğer düşük kaynakları var ise ek sağlık maliyetlerini ödemek için.

Az gelirli olan kişiler için bu ek sigorta ücretsizdir ve ismi **Ek CMU** 'dur. Oturma izni olmayan ve az geliri olan kişiler için **Tıbbi Devlet Yardımı (AME)** talep etmek gerekir.

Ek CMU ve AME'si olmayan ve özel ek sigorta alamayanlar için bazı durumlarda **mutualizasyon yardımı** alabilirler.

### **Ek CMU**

« Temel » sosyal güvenlik hakkı olan ve ayda 587,16 euro (para miktarı kişi sayısına göre değişiyor –örneğin iki kişinin geliri aylık 880.75 eurodan aşağı olmalıdır) ' dan az ücret alan kişilerin ek CMU hakkı vardır; bu miktarlar sürekli olarak değişebilir. Ek CMU'su olanlar ücretsiz sağlık hizmeti alabilirler.

RSA yararlanıcılar ve sığınmacılar ek CMU'de otomatik olarak hak kazanırlar.

Para sınırını aşan kişiler bir mutuel veya özel sigorta ödemek için yardım alabilirler : mutualizasyon yardımı/ucucu taraf ödemesi.

Doktor veya disiplinli'den acilen sağlık hizmeti ihtiyacı olunca ve ödeme imkanı olmayınca, ek CMU'e « acil giriş » talep etmek lazımdır, gerekirse doktorun mektubu ile birlikte talep edilir. Sosyal güvenlik merkezi daha sonraki günler bir belge veriyor. Her zaman gereken belgeleri beraberinde bulundurmak gerekir.

Ek CMU istemek için Besançon sosyal güvenlik merkezine başvurmak gerekir : **CPAM du Doubs**, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 (ulusal numara – dakikası yaklaşık 6 cent). Başvuruda bulununca 12 aylık tüm gelir belgelerini göstermek gerekir (Assedic, RMI, ücret ...) veya yeminli bir beyan.

Ek CMU sayesinde ne hastahane veya doktor tedavilerini, ne laboratuvar kontrolleri, ne eczane ilaçlarının masrafları için ücret ödenmiyor.

Her kontrolde, kâğıt belgesi ile beraber ya kart vital yada sertifika gösterilmelidir.

Ek CMU Fransa'nın her yerinde bir yıl geçerlidir. Eğer kişinin durumu değişmedi ise ek CMU'nun tarihi bitmeden 2 ay önce yenileme işlemine başvurulması gerekir.

Eğer hastahaneye yatarsanız ve sigortanız yoksa fatura ödememek için hastahane sosyal asistanına danışınız. Eğer hastahane fatura yollamış ise zaman kaybetmeden sosyal asistan ile görüşmek gerekir.

Dikkat ! Dogum kayıt örneği olmayan kisilere, sosyal Güvenligi bunlara geçici kayıt numarasi veriyor (7 veya 8 ile baslar), ve kart Vital vermiyor. Tedavi olmak için serifika kagit sunmak zorunludur.

### Resmi ikametgah

Eger sabit bir adresiniz yoksa veya konaklama sertifikasi alamazsaniz, bir ikametgah isteyiniz :

- ya Besançon belediyesinden - 2 rue Mégevand - 03.81.61.50.50.
- ya sosyal Guvenlik ve onaylanmis Devlet Tibbi Yardim derneginden (bu onaylanmis derneklerin adresini belediyeden ogrenebilirsiniz).

### ***Tibbi Devlet Yardimi (AME)***

Bu AME hakkina sahip olabilmek için Fransa'da en az 3 ay yasamis olmak lazim, oturma izni olmayan ve ayda net 587,16 € 'dan az geliri olması gerekir.

Dikkat ! AME haric, « temel » sosyal guvenlik ve ek CMU 'yu, valiligin toplanti veya randevusunda talep etmelisiniz.

Hizli tedavi olmak gerekirse, AME'yi sosyal guvenlik merkezinden daha cabuk alabilmek için kamu hastahanesine gitmek ve doktordan mektup istemek gerekir,tum gerekli belgeleri yaninzda bulundurunuz.

AME'yu Besançon sosyal guvenlik merkezinden istemek gerekir : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 (ulusal numara – dakikasi yaklasik 6 cent). Bu istek için bazi gerekli belgeleri gosterme gereklidir.

AME'yi istemek için belgeler :

État-civil için : öncelikle dogum kayıt örneği,yoksa bir pasaport veya kimlik karti veya siginmacilar için Ofpra (Mülteciler ve Vatansızları Koruma Fransız Ofisi)' nin mevduat sertifikası veya herhangi bir kimligini kanitlayan belge

Adres için : ikametgah belgesi (ev kira gostergesi ve elektirik faturasi) veya yetkili bir kurum idari ruhsati (bakiniz sayfa 5). Dikkat : mektup dogru adrese gelmesi gereklidir.

Fransa'da en az 3 ay oturma hali : herhangi bir oturma belgesi, ev kira makbuzu veya elektirik faturasi, Ofpra'nin belgeleri, eski oturma karti, hastahane bulteni,maas bordrolari...

Gelirler için : öncelikle başvuru sahibinin ve bakmakla yükümlü olduğu eş, çocuk) son 12 aylık gelirini gosteren bir belge. Aksi takdirde, aslında yapılan yaşam giderleri hakkında bilgi verilmelidir.

AME 1 mart 2011' den itibaren ücretlidir :yillik 30 euro.

AME ile ne hastahane veya doktor tedavilerini, ne labaratuvar kontrolleri, ne

eczane ilaclarinin masraflariini odemek zorunda kalmazsiniz. AME dis bakimini sagliyor, ancak protez dis ve gozluk masraflarini karsilamiyor.

Her kontrolde AME belgesi gosterilmelidir.

AME Fransa'nin her yerinde bir yil gecerlidir. Eger kisinin durumu degismedi ise AME'nin tarihi bitmeden 2 ay once yenileme islemine basvurulmasi gerekir.

### **Mutualizasyon yardimi**

Bu yardım mutuel veya özel sigortanın bir miktarini karsiliyor. Bu hakki kazanmak için kişinin mali kaynaklarını belirli bir seviyeyi gecmemelidir ve o seviyede ek CMU'nun yaklasik % 20 'den daha fazlasina eşittir. Bilgi ve/veya talepte bulunmak için Besançon sosyal guvenlik merkezine basvurmak gerekir : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin - tel : 36 46 (ulusal numara - dakikasi yaklasik 6 cent).

---

## **Aile doktoru (Médecin traitant)**

Hangi doktor tarafından tedavi edilmek istediğimizi seçmek lazım. Bu en iyi sağlık maliyetlerinde bir geri ödeme için şarttır.

Secilen doktor aile doktoru olacaktır ve harcamaların iadesi için doktorun ismi Sosyal Güvenliğe bildirilmelidir. Bu doktor tüm bakımı üstlenir.

Örneğin bir uzmana gitmek istenilirse öncelikle aile doktoruna görünmek gerekir. Tabi ki kişilerin aile doktorunu değiştirebilirler heleki taşınma anında.

Aile doktoru değiştirildiği takdirde sosyal güvenlik merkezine bildirilmelidir.

Kontrol sonuçlarının kopyalarını alınız ve her zaman doktora gittiğinizde tüm tıbbi dokümanlarınızı yanınızda taşıyınız.

## **Besançon'da nerede tedavi olunur ? (Où consulter à Besançon)**

Doktorlar, hastaneler ve özel hizmetler için iyi adresler.

### **Özel genel doktorlar**

Bu özel genel doktorların adres ve telefonlarını bulmak için telefon rehberinin sarı sayfalarına bakmak gerekir

### **Öncü hastahaneler**

- *CHRU Jean Minjoz*

3, boulevard Alexandre Fleming (vers Planoise, Chateaufarine)  
Tél. 03 81 66 81 66

- *CHRU Saint- Jacques*

2, place Saint-Jacques (centre ville)  
Tél. 03 81 66 81 66

Bu iki hastahanelerde baska hastahaneler gibi bir sosyal servis vardır bu bilgi hastahaneye ulaşıldığında sorulmalıdır. Bu hastalar için tasarlanmıştır. Bu servis kişilere hastahane de oldukları zaman zarfında destek ve yardımcı olabilir ve aynı zamanda refakatçilerde çıkış işlemleri için aynı destek ve yardımı sunar.

CHRU Jean Minjoz'daki sosyal servisin telefon numarası : 03 81 66 85 48 ( gerekirse CHRU Saint-Jacques'in sosyal servisine yönlendirebilirler).

Özel sağlık servisleri (genellikle ücretsizdir ve (durum veya başka bir koşul olmadan) serbestçe ulaşılabilir).

### **Psikolojik destek :**

- Centres de guidance (CGI) – kişisel yardım – ailelere yardım – 13 rue des Jardins/  
03 81 53 48 02 ou 5 rue Blaise pascal (Planoise)/ 03 81 41 85 45.

### **Cinsellik-Doğum Kontrolü-Jinekoloji :**

- CICS (Cinsellik Hakkında Bilgi ve Danışma Merkezi ). CICS ücretsiz ve anonim karşılama ve tıbbi danışma sunuyor ( doğum kontrol reçetesi, hamilelik teshisi, AIDS-STD testi), evlilik ve aile danışması, IVG (kurtaj) öncesi ve sonrası görüşme, psikolojik destek ve yardım,duyusal ve cinsel yaşam hakkında bilgiler – adres : 27 rue de la République – pazartesi ile

cuma arasi saat 10 ile 18 arasi (yaz saatlerinde bazi degisiklikler olabilir ve bazi gunler kapalidir). Randevu almak icin 03.81.83.34.73 telefonu aranilabilir veya yurkarida berlirilen adrese gidilebilir.

- Allo Point Ecoute. Cinsellik, dogum kontrol, IVG(kurtaj)- 03 81 81 48 55 pazartesi ile cuma gunleri arasi saat 10 ile 18 arasi.
- Conseil général, Planlama ve Aile Eğitim Merkezi – 25 rue Charles Nodier – Randevu alinabilecek numara 03 81 25 87 70. Jinokolojik danisma sunuyor (hamilelik, cinsel yolla bulasan enfeksiyonlar, dogum kontrol,IVG(kurtaj)...).

## **Asilar**

Direction Hygiène santé – 15 rue Mégevand – 03 81 65 78 00.

Tuberkuloza karsi savas servisi  
15 rue Denfert Rochereau – 03 81 65 44 58.

## **Kadın suistimal / fuhuş / istismar**

- Le Nid. 2 rue de la bibliothèque – 03 81 83 02 03. (acil durumda arayacaginiz numara 06 59 24 47 66).
- Solidarité femmes. 15 rue des roses – 03 81 81 03 90.

## **Uyuşturucu kullanımı, madde bağımlılığı, bağımlılık**

- Solea. 2 place Payot – 03 81 83 03 32.

## **Alkol ve sigara birakma yardimi**

- ANPAA 25. 11 rue d'Alsace – 03 81 81 03 57 ou 03 81 83 22 74.

## **AIDS, IST(Cinsel Yolla Bulasan Enfeksiyonlar)**

- CDAG – AIDS, hepatitler ve IST (Cinsel Yolla Bulasan Enfeksiyonlar) icin ucretsiz ve anonim test merkezi . 15 rue Denfert Rochereau – 03 81 65 44 50.
- Aile planlama ve egitim merkezi . 25 rue Charles Nodier – 03 81 25 87 70.
- CODES 25 (belgeler). 3 avenue Louise Michel – 03 81 82 32 79.
- AIDES Doubs Bolun Heyeti.Bulasan kisilere yardim, belgelr ve siringa degisim programi. 3 rue Ronchaux – 03 81 81 80 00.

--> Ve AIDS bilgi servisi.Ucretsiz arama – 0 800 840 800.

Eger bir risk varsa (korunmasiz cinsel iliski, yirtik prezervatif, siringa degisimi, kirrlenlmis bir nesne ile yaralanma) : en kısa zamanda (48 saat icinde) doktorunuzu veya AIDS,hepatitler ve IST (Cinsel yolla bulasan enfeksiyonlar)nin CDAG( ucretsiz ve anonim test merkezi)sina danisiniz. Hic suphesizki bunlardan baska ozel saglik servisleri de vardir.Bilgilenin.

## **Parasiz ve sigortasiz nerede tedavi olunabilir ? (Où consulter sans protection maladie et sans argent)**

Ücretsiz ve şartsiz kurumlar vardır :

**PASS (Sureklilik saglik erisimi)-** bu servis SAMU'nun yanindaki Jean Minjoz hastahanesinde bulunuyor - 3 boulevard Alexandre Fleming ( Planoise, Chateaufarine yakin) -Acilis gunleri : Pazartesi ile Cuma gunleri arasi saat 8 :30 ile 16 : 30 arasi - Tél. 03 81 66 86 81.

Parasiz veya parasi az olan kisiler, saglik korumasi olmayan ve acilen tedavi ihtiyaci olan ,gerekli tedavileri hastahanenin Sureklilik saglik erisimi (PASS)'tan her durumda alabilirler.Ucretsizdir.Burada bir doktorla gorusebilirler, bilgi/bilgi almak icin (ornegin haklari kakkinda ), destek alip ve sosyal guvenlik haklarini hizli alabilmek icin tibbi mektup alabilirler.

**Dunya doktorlari** – 12 rue Champrond – 03 81 51 26 47.

Saglik ve Yonlendirme Karsilama Merkezi (sartsiz karsilama). Danisma ve ilaclar ücretsizdir.Acilis gun ve saatleri Sali ve Cuma gunleri saat 14 ile 16 arasi veya 17 islerinin suresine gore.

**Insani Fransa-** Dis tedavisi ücretsizdir(saglik hakki olmayan kisileri karsilama)- 10 avenue Fontaine Argent – 03 81 80 97 13 – acilis persembe saat 14 ile 17 arasi randevusuz.

## **Sağligina dikkat etmek (Veiller à sa santé)**

Bu bölümde ele alınan konular hakkında ayrıntılı bilgi için INPES'in sağlık kitapçığının POUR VEILLER A SA SANTE bölümüne bakmak gerekir.

Internet bağlantısı :

<http://www.lasantepourtous.com/francais/pour-veiller-a-sa-sante/sommaire.htm>

Bazı hastalıkların erken teşhisi tedavide daha başarılı olmaya neden olur, sağlık bilançosunun hedefi budur(sayfa 13)

Ancak, tüm durumlarda, önlemek tedaviden daha iyidir : AIDS-VIH'dan (sayfa 15), cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlardan (sayfa 19), viral hepatit B ve C'den (sayfa 20) ve tuberkulozdan (sayfa 22) kendimizi koruyup ve iyileştirebiliriz.

Daha iyi sağlıklı yaşam için önlemler aşıyı (sayfa 24), yaşama tarzını (beslenme, fiziksel aktivite, sigara, alkol, sayfa 25) ve doğum kontrolünü (sayfa 28) kapsiyor.

## **Ruh sagligi (Santé mentale)**

Psikolojik veya psikiyatrik yardım, karşılama, yönlendirme, danışmanlık, acil durum : iyi adresler.

### **CHU-Acil psikiyatri**

18 yasından buyuk tum yetiskinler icin fiziksel ve telefonla karsilama 7 gun 24 saat randevusuz aciktir.

Adres : Boulevard Flemming 25000 Besançon

Telefon : 15

### **Yonlendirme, bilgilendirme veya tedavi gormek icin : Ruh Sagligi Merkezleri (CMP)**

-0 ile 20 yas arasi cocuklar, ergenler ve ogrenciler icin :

CMPP: Centre Médico-Psycho Pédagogique de l'académie . Psikolojik destek ucretsizdir.

Adres : 22 rue Chifflet. Pazartesi den Cuma gunune kadar : saat 8:30 ile 12:00 arasi ve 13:30 ile 18:30 arasi. Cumartesi : saat 08:30 ile 12:00 arasi aciktir.

-20 ile 27 yas arasi ogrenciler icin : BAPU : Üniversite Psikolojik Yardım Bürosu  
Psikolojik destek ucretsizdir.

Adres : 22 rue Chifflet. Pazartesi den Cuma gunune kadar : saat 08 : 30 ve 12 :00 arasi ve saat 13 : 30 ile 18 :30 arasi.Cumartesi : saat 08 : 30 ile 12 : 00 arasi aciktir.

-Yetiskinler : CMP'ler psikolojik sorunu olanlar (hemsire, psikiyatrik ve psikolojik gorusme ), bireysel veya ailece krizde olanlara ve grup halinde terapi aktivitesi, ucretsiz tedavi , karsilama ve yataksiz tedavi sunmaktadir.

Tum yas gruplari icin, oturduklari yere gore CMP'ler hizmet vermektedir :

Psikolojik danisma yalnızca randevu ile yapiliyor.

- CMP Jules Verne 2, rue de l'industrie, 03.81.40.38.00

- CMP Blaise Pascal 5, rue Blaise Pascal, 03.81.41.85.40

- CMP Le point du jour 15, avenue Denfert Rochereau, 03.81.25.43.34

### **Evde psikiatrik danisma**

CH Novillars - hatlar arasi mobil ekip onleme (EMPI) : 18 yasindan buyuk yetiskinler icin ikili tedavi danismasi psikiyatrist/hemsire oturduklari yerde randevusuz sunulur buda psikolojik tedavi imkani veriyor. Adres : CMP Jules Verne 2 rue de l'Industrie 25000 Besançon  
Telefon : 03.81.40.38.00

### **Travma sonrasi danisma**

Randevulu – CHU-Acil psikiyatri  
Adres : Boulevard Flemming 25000 Besançon  
Telefon : 03.81.66.80.13

### **Anne baba bebek danisma unitesi**

Perinatal destek : psikolojik yada tibbi sorunu olan hamile kadınlar için ve ebeveynler icinde ipsikilojik zorluk,iliskisel veya mediko-sosyal.

Toplu karsilama,kisisel danisma,tartisma gruplari  
Adres : 11, rue de Reims 25000 Besançon  
Telefon : 03.81.88.33.62

### **Ergenin evi**

Karsilama, dinleme, bilgi ve destek ve 12 ile 20 yas arasi ergenlerin yonlendirilmesi,ve/veya cocuklari ile sorunu olan ebveyner  
Global saglik cevabi (somatik, yasal, eğitsel, sosyal, psikolojik)  
Randevulu veya randevusuz ucretsiz danisma  
Adres : 13, rue des Jardins 25000 Besançon  
Telefon : 03.81.53.97.67

### **0 ile 18 yas arasi cocuk ve ergenler icin ucretsiz danisma :**

Cocuk-bebek rehberlik merkezleri : ikamet edilen yere gore destek, yonlendirme  
CGI de Planoise 5 rue Blaise Pascal 25000 Besançon 03.81.41.85.45  
CGI 13 rue des Jardins 25000 Besançon 03.81.53.48.02