

# Guide des seniors

2018-2019



ETAMPES



# Edito :

## Etampes, une Ville où riment solidarité et fierté d'accompagner ses Aînés.

Madame, Monsieur,

Que vous soyez grands-parents, jeunes retraités, seniors actifs ou plus fragiles, chacun d'entre vous doit pouvoir trouver des réponses adaptées à ses besoins et ses attentes.

De par votre expérience, votre vécu, votre savoir-faire, votre vitalité, votre implication dans la vie municipale, vous occupez une place essentielle dans la vie de la Cité. Vous contribuez indéniablement au dynamisme et à l'équilibre de notre Ville.

Depuis de nombreuses années, la Ville d'Etampes porte une attention toute particulière à ses Aînés. Leur accompagnement au quotidien, leur épanouissement, leur bien-être sont des priorités de l'action municipale.

En étoffant sans cesse ses dispositifs, ses services à destination des Seniors, en développant des actions de prévention santé et de sécurité, en programmant des ateliers d'apprentissage de l'informatique par exemple, en multipliant les occasions de rencontres entre les générations, **la Ville d'Etampes témoigne ainsi de son attachement, de son respect et de sa solidarité envers ses Aînés.**

Ce guide réactualisé chaque année en est un exemple fort.

Il a pour ambition de vous orienter vers les différents services, et de vous faire découvrir toutes les activités proposées à Etampes.

Votre Guide des Seniors est disponible en version papier et en format numérique sur [www.etampes.fr](http://www.etampes.fr) > guides.

**N'hésitez pas à le consulter. Il est là pour vous aider, tout comme votre équipe municipale qui se tient à votre écoute et reste engagée à vos côtés.**

**Bernard LAPLACE**

Maire d'Etampes

**Gilbert DALLÉRAC**

Maire-adjoint chargé de  
l'Accompagnement des Aînés

# SOMMAIRE

## L'ACCOMPAGNEMENT AU QUOTIDIEN

- Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) 6
- Le Service des Personnes Retraitées du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) 7
- L'aide à domicile 7
- Le port de repas à domicile 8
- La téléassistance 8
- Les Citadines 8
- Les soutiens financiers 9
- La résidence Clairefontaine 9-10
- Le Point d'Accès au Droit 10

## LES STRUCTURES D'ACCUEIL

- L'EHPAD « Résidence Le Petit-Saint-Mars bâtiment Paul-Fenoll » 11
- L'EHPAD - Saint-Joseph 12
- Colisée-EHPAD - Domaine de la Chalouette 12

## LES AUTRES SERVICES À LA PERSONNE

- Service de soins infirmiers à domicile (SSIAD/ESA) « Trois Rivières » 13
- Service d'aide à domicile « les 7 arches » (SAAD) 13
- Le SSIAD ADMR « Trois Rivières » 13
- L'ESA (Equipe Spécialisée Alzheimer) 13

## LES DIVERS DROITS ET ALLOCATIONS

→ Les aides au logement (APL) et (ALS)	14
→ L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)	14-15
→ L'Allocation de Solidarité aux Personnes Agées (ASPA)	15
→ L'Allocation Supplémentaire d'Invalidité (ASI)	16
→ Les couvertures maladies	16-17
→ Les cartes destinées aux personnes handicapées	17
→ Les aides aux transports	17-18
→ Les chèques Taxi	18
→ Le PAM 91 (pour aider à la mobilité)	19
→ La carte Seniors SNCF et ses avantages	19
→ Service accès plus	19
→ Les avantages fiscaux	20

## LA MÉDAILLE DE LA FAMILLE FRANÇAISE 20

## LES ORGANISMES ET ASSOCIATIONS À VOTRE SERVICE

→ Association des Conjointes Survivants de l'Essonne (ADVC)	21
→ Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV)	21
→ Le CICAS (Centre d'Information, Conseil et Accueil des salariés)	21

## LA SANTÉ

→ Le Centre de Santé infirmier	22
→ Les infirmières libérales à disposition	23
→ Les ambulances Saint-Gilles	23
→ Le Centre Hospitalier Sud-Essonne Dourdan-Etampes	23-24
→ La Maladie d'Alzheimer	25
→ La Maladie de Parkinson	26
→ Le don d'organes, de tissus humains et de moelle osseuse	26-27
→ Le vaccin contre la grippe	27
→ Le dépistage des cancers	28
→ La canicule	29
→ Le grand froid	29
→ Bien vivre chez soi	30

## LA SÉCURITÉ

- La maltraitance 31
- Les seniors et la conduite automobile 31
- L'opération Tranquillité vacances 32
- Les démarchages à domicile ou au téléphone 33
- Vigilance avec Internet 34
- Vigilance avec sa carte de crédit ou son chéquier 35
- Vol ou perte de papiers 35
- Téléphone portable perdu ou volé 35
- Le gaz et le risque d'intoxication au monoxyde de carbone 36
- L'électricité et les risques d'électrisation et d'électrocution 36

## LES SERVICES DE PROXIMITÉ POUR L'ENVIRONNEMENT

- Les ordures ménagères non recyclables 37
- Le tri sélectif 37
- Les colonnes enterrées 38
- La déchetterie 38
- Service Allô encombrants 38
- La collecte des déchets verts 39
- La collecte du verre 39
- La collecte des téléphones mobiles 39
- Les composteurs 39
- Dispositif « *Ici, je recycle* » 40
- La collecte des vêtements 40
- Les déchets ménagers spéciaux (DMS) 40
- Les déjections canines 40

## LES MAISONS DE QUARTIER

- La Maison de Quartier de Guinette - Espace Jean-Carmet 41-42
- La Maison de Quartier de Saint-Michel - Espace Camille-Claudé 43-44
- Le Centre social de la Croix-de-Vernailles 44-45
- Le pôle de proximité et des services du quartier Saint-Martin 45

## SE DÉTENDRE, SE DIVERTIR, S'ÉPANOUIR

- Faire du sport 46
- La saison culturelle de la Ville 47
- Le Musée intercommunal 48
- Le service du Patrimoine - Pays d'Art et d'Histoire 48-49
- Le Conservatoire à rayonnement Intercommunal 49
- Le Théâtre Intercommunal d'Etampes 50
- Cinéetampes service intercommunal 50
- La Bibliothèque intercommunale Diane-de-Poitiers 51
- Les Archives municipales 52
- Le Temps des loisirs - Les temps forts et sorties de l'année 2019 52-53

## PARTICIPER À LA VIE LOCALE

- Le Conseil des Aînés 54
- Les Noces d'Or 54

## LES FORMALITÉS

- Dispositif : « *Accompagner la fin de vie, s'informer, en parler* » 55
- Organisation des obsèques 55-56

## LES INFOS PRATIQUES

- Les numéros utiles 57-58
- Les adresses à connaître 59
- Les associations locales de retraités 60
- Les associations locales d'Anciens combattants 60-61

# L'accompagnement au quotidien



## **CENTRE LOCAL D'INFORMATION ET DE COORDINATION (CLIC)**

19, promenade des Prés - 91150 ETAMPES

**Téléphone** : 01 60 80 15 67 - **Fax** : 01 60 80 16 23.

**Email** : clicsudessonne@wanadoo.fr

### **Ouvert :**

Les lundis, mercredis et jeudis de 13 h 45 à 17 h.

Le mardi de 9 h à 12 h 15 et de 13 h 45 à 17 h.

Le vendredi de 9 h à 12 h 15 et de 13 h 45 à 16 h.

**Ce service réservé aux personnes de plus de 60 ans accueille, écoute, informe et oriente les Seniors et leurs proches. Il couvre le territoire de la Communauté d'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonne (CAESE) et de Juine et Renarde (CCEJR). Son objectif est également de favoriser le maintien à domicile et d'apporter des solutions personnalisées.**

### **Les missions du CLIC :**

- ➔ Accueil, écoute, information, orientation vers les services compétents.
- ➔ Evaluation globale à domicile des besoins, mise en place des aides et recherche de financements.
- ➔ Coordination avec les équipes de professionnels (médecins généralistes et spécialistes, infirmières, services d'aide à domicile, hôpitaux, les services sociaux, mairies et CCAS, réseaux de santé...).
- ➔ Le CLIC peut également renseigner sur diverses structures d'hébergement pour la personne âgée. Il anime aussi des actions de prévention portant sur la santé et la vie quotidienne.
- ➔ Depuis 2010, Il apporte en partenariat avec la MSA, un soutien aux aidants familiaux de personnes âgées dépendantes par le biais du « Rendez-Vous des Aidants » chaque premier lundi du mois de 14 h 30 à 16 h 30 à la salle polyvalente de l'Île de Loisirs.

# Un accompagnement municipal personnalisé

## **LE SERVICE DES PERSONNES RETRAITÉES DU CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)**

19, promenade des Prés - 91150 Etampes.

**Téléphone** : 01 64 94 55 72.

Ouvert : du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h.

Fermé le jeudi après-midi mais un accueil téléphonique est assuré.

**Le CCAS intensifie d'année en année ses actions de proximité. Il propose des prestations et des services contribuant au maintien à domicile des Seniors : aide à domicile, portage de repas, téléalarme mais aussi des navettes gratuites afin d'améliorer leur confort et leur bien-être.**

**Le CCAS instruit également les dossiers pour :**

- L'aide à domicile.
- Le service de port de repas à domicile.
- Le service gratuit de Citadines pour les déplacements sur Etampes.
- Le service de téléassistance.
- L'instruction des dossiers de placement en EHPAD.
- La constitution de dossier pour l'obtention du Passe Navigo ou les chèques-taxi.
- La délivrance des Chèques-Emploi Service Universel (CESU) financés à hauteur de 50 % par le CCAS.

## **L'AIDE À DOMICILE**

**L'aide à domicile est chargée d'apporter une aide dans les tâches quotidiennes d'entretien, les courses, mais elle assure également une présence attentive, un soutien moral et remplit d'autres missions telles que :**

- L'aide au lever et au coucher.
- L'aide à la toilette non médicalisée.
- La préparation des repas.
- L'accompagnement dans les déplacements.

## LE PORT DE REPAS À DOMICILE

**Cette prestation est réservée aux personnes de 60 ans et plus.**

Les repas chauds et équilibrés sont confectionnés par la Cuisine municipale. Leur livraison est assurée par le personnel du Service des Personnes Retraitées. Ce service fonctionne du lundi au vendredi pour des repas 7j/7. **Une réservation est obligatoire auprès du**

**Service des Personnes Retraitées 48 heures avant.** Ce service s'adapte aux demandes et aux besoins des Aînés.

Coût de la prestation :  
6,90 € par repas.  
Complément pour le dîner : 1,50 €

## LA TÉLÉASSISTANCE

**La téléassistance permet aux Aînés de se sentir en sécurité chez eux 24h/24. Elle offre la garantie d'une intervention rapide au moindre incident.**

Ce dispositif d'alerte se présente sous la forme d'un médaillon ou d'un bracelet relié en permanence à une centrale d'écoute. Par une simple pression, un signal est immédiatement déclenché vers une aide ou les services de secours.

Son coût mensuel est de 6,18 €

**A SAVOIR : 209 personnes âgées ont bénéficié de cette prestation en 2017.**

## LES CITADINES

**Destinée aux Etampois de 65 ans et plus, cette offre de transport gratuite est composée de 5 Citadines dont une est adaptée au transport des personnes en situation de handicap.**

Les Citadines permettent aux Aînés de se déplacer sur le territoire de la commune et fonctionnent du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h 30. Le samedi de 9 h à 12 h pour le marché du centre-ville. **Une réservation est obligatoire auprès du Service des Personnes Retraitées 48 h avant.**

## LES SOUTIENS FINANCIERS

### → Le chèque CESU (Chèque Emploi Service Universel)

**Facile d'utilisation, le CESU permet de rémunérer des services à la personne et dispense de certaines formalités administratives : déclaration à l'URSSAF, bulletin de paie...**

Son montant est prédéfini. L'attribution du chèque CESU est soumise à certaines conditions de ressources. Les Etampois âgés de plus de 60 ans peuvent bénéficier de CESU à moitié prix.

### → Les douceurs de Noël

Attachée aux traditions et à ses Aînés, le CCAS offre, chaque année à Noël, un coffret douceur aux personnes âgées qui ont 65 ans et plus et qui perçoivent l'Allocation Vieillesse (ASV).

### → Les allocations de fin d'année

Maison Départementale des Solidarités

55, promenade des Prés

**Téléphone** : 01 69 16 14 25.

**Les personnes concernées par les aides de fin d'année doivent s'adresser à la Maison Départementale des Solidarités afin qu'une évaluation sociale soit effectuée et déterminer ainsi si les aides peuvent être octroyées.**

## LA RÉSIDENCE CLAIREFONTAINE

19, promenade des Prés

**Téléphone** : 01 64 94 32 29.

**Implantée à proximité du Centre-Ville, la résidence Clairefontaine dépend du CCAS. Elle accueille uniquement les personnes autonomes de plus de 60 ans.**

Les 73 logements qui la composent (68 studios et 5 F2) sont répartis sur trois étages dotés d'ascenseurs. Cette structure sécurisée permet aux résidents de rester indépendants. Ils peuvent bénéficier du restaurant, du service de port

de repas à domicile, des animations, des ateliers, des cours de gymnastique proposés à la Résidence. Deux coiffeuses et une podologue extérieures proposent également leurs services sur rendez-vous.

### **A SAVOIR :**

- **Un certificat médical attestant de l'autonomie doit être impérativement fourni.**
- **Une veille de nuit est assurée du lundi au dimanche.**
- **Aucune caution n'est à verser lors de l'emménagement dans cette résidence.**
- **Des places de parking sont réservées aux véhicules des résidents.**
- **Les animaux ne sont pas admis.**

### **LE POINT D'ACCÈS AU DROIT**

1, rue du Coq (à côté de la place Saint-Gilles).

**Téléphone :** 01 69 92 11 70.

Ouvert les lundis, mercredis, jeudis, vendredis de 8 h 30 à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h 30. Le mardi de 8 h 30 à 19 h (sauf 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mardis du mois fermeture à 18 h).

**Service de la Communauté d'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonne, le PAD est un lieu d'écoute, d'informations juridiques et d'orientation pour l'accès au droit de tous les habitants du territoire. Il regroupe des professionnels du droit qui assurent des permanences gratuites. La confidentialité y est garantie.**

Une permanence juridique de l'Association Gérontologique de l'Essonne (AGE) y est assurée pour informer et orienter les personnes âgées et leurs familles sur leurs droits et obligations. Ce service de proximité peut également assurer un suivi des situations et un relais avec les structures sociales et médico-sociales, notamment le CLIC Sud-Essonne.

**Il est indispensable de prendre rendez-vous au 01 69 92 11 70.**

# Les structures d'accueil



**L'EHPAD « RÉSIDENCE LE PETIT ST MARS - BÂTIMENT PAUL FENOLL »**

**DU CENTRE HOSPITALIER SUD-ESSONNE ÉTAMPES-DOURDAN**

30, avenue Charles de Gaulle - 91150 ETAMPES.

**Téléphone** : 01 60 80 79 80 ou 79 79 - **Fax** : 01 60 80 78 60.

**Courriel** : [ehpad.etampes@ch-sudessonne.fr](mailto:ehpad.etampes@ch-sudessonne.fr)

**Site internet** : [www.ch-sudessonne.fr](http://www.ch-sudessonne.fr)

**Situé dans l'enceinte du Centre Hospitalier Sud-Essonne Etampes-Dourdan, l'EHPAD Paul-Fenoll accueille et accompagne 126 personnes en perte d'autonomie et quel que soit leur niveau de dépendance.**

**Médicalisée, cette structure repose :**

- Sur des soins dispensés par des professionnels de la gériatrie (médecins et équipe soignante).
- Un accompagnement quotidien fondé sur le respect de la personne et de ses besoins.
- La garantie du bien-être des résidents, leur protection et leur sécurité.
- Un soutien aux familles, une aide pour leurs démarches administratives.
- Des animations, des activités ou des sorties.

**L'EHPAD dispose de :**

- 107 places d'hébergement permanent.
- Une Unité d'Hébergement Renforcée de 14 places.
- Un Pôle d'Activités de Soins Adaptés (PASA).
- 3 places d'hébergement temporaire.
- 2 places d'accueil de nuit pour des séjours à durée limitée.

**A SAVOIR : la structure est habilitée à l'aide sociale et répond aux normes pour l'attribution de l'aide personnalisée au logement que les résidents peuvent percevoir, le cas échéant.**

## L'EHPAD SAINT-JOSEPH

14, rue de Gérofosse.

**Téléphone :** 01 64 94 35 30.

**Cet établissement situé dans le quartier Saint-Pierre offre aux résidents un cadre de vie agréable et propose des locaux adaptés aux différentes pathologies, des soins médicaux, des animations et des activités.**

➔ La capacité d'accueil est de 94 chambres confortables et toutes équipées d'une salle de bains individuelles dont 14 sont dédiées aux personnes atteintes de troubles de type Alzheimer ou apparentés. Un jardin thérapeutique sécurisé permet aux résidents de s'y promener en toute quiétude. 3 chambres sont également destinées aux accueils temporaires.

**A SAVOIR : les animaux ne sont pas admis.**

## COLISÉE-EHPAD DOMAINE DE LA CHALOUETTE

10, rue des Tilleuls - 91150 Morigny-Champigny.

**Téléphone :** 01 69 92 50 00.

**Le Domaine de la Chalouette implanté dans un joli parc arboré, fleuri et ombragé offre un cadre de vie agréable et sécurisant. Il dispose de 91 chambres avec salle de bains individuelles dont 10 chambres sont réservées à l'accueil temporaire.**

➔ Les personnes de plus de 60 ans autonomes ou dépendantes sont accueillies en hébergement permanent ou hébergement temporaire.

➔ Une équipe de professionnels diplômés (aides-soignantes, infirmières, médecin, psychologues, kinésithérapeutes..) assure une prise en charge individualisée de chacun des résidents.

➔ Une unité de vie protégée, équipée d'un jardin sécurisé est réservée aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, permettant de respecter le rythme des personnes atteintes de troubles cognitifs.

➔ Journées à thèmes, sorties, animations quotidiennes et variées, ateliers, gymnastique douce, des événements festifs sont programmés afin de préserver le lien social et la joie de vivre entre les résidents.

# Les autres services à la personne



## SERVICE DE SOINS INFIRMIERS À DOMICILE (SSIAD / ESA)

### « TROIS RIVIÈRES »

**Téléphone :** 01 60 80 99 67.

**Service d'aide à domicile « les 7 arches » (SAAD).**

**Téléphone :** 06 73 15 61 17.

**Service de Portage de repas**

**Téléphone :** 06 73 15 61 17.

**L'ADMR permet aux personnes âgées de conserver leur autonomie grâce à des services adaptés à leurs besoins. Ainsi, elles peuvent bénéficier de diverses aides pour : l'entretien de leur logement, la préparation des repas, les courses, le lever et le coucher mais également une aide à la toilette et des soins infirmiers.**

### ➔ **Le SSIAD ADMR « Trois rivières »**

Service de soins infirmiers à domicile, se déplace chez les personnes âgées et/ou handicapées sur prescription médicale et travaille en collaboration et coordination avec tous les partenaires du secteur dans l'objectif du maintien à domicile.

### ➔ **L'ESA (équipe spécialisée Alzheimer)**

Cette équipe spécialisée dans l'accompagnement à domicile des personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer ou de pathologies apparentées intervient afin de préserver les gestes de la vie quotidienne et met en place des activités de stimulation. Elle accompagne les aidants dans la compréhension de la maladie. Un psychomotricien, une infirmière coordinatrice et des assistants de soins en gérontologie (aide-soignant spécialisé) composent cette équipe. Le soutien psychologique d'un psychologue et d'un ergothérapeute est également possible.

# Les divers droits et allocations



## LES AIDES AU LOGEMENT

> L'AIDE PERSONNALISÉE AU LOGEMENT (APL)

> L'ALLOCATION LOGEMENT SOCIALE (ALS)

**Il existe deux aides au logement susceptibles d'être versées aux personnes âgées pour leur résidence principale :**

➔ L'APL est versée uniquement aux locataires si le logement fait l'objet d'une convention entre le propriétaire et l'Etat ou pour les propriétaires qui ont souscrit un prêt conventionné.

➔ L'ALS est attribuée aux personnes ne pouvant prétendre à l'APL.

**L'APL et l'ALS ne sont pas cumulables et sont soumises à des conditions de ressources.**

### *OÙ S'ADRESSER ?*

**CAF de l'Essonne**

TSA 21131 - 91013 Evry Cedex.

**Téléphone :** 0 810 25 91 10.

**[www.caf.fr](http://www.caf.fr)**

Il est possible de télécharger les documents à remplir sur leur site Internet.

## L'ALLOCATION PERSONNALISÉE D'AUTONOMIE (APA)

**Elle est réservée aux personnes âgées de 60 ans et plus, en perte d'autonomie et est octroyée par le Conseil départemental.**

### > L'APA À DOMICILE

Elle a pour objectif de permettre à son bénéficiaire de continuer à vivre chez lui. Elle finance en partie les frais liés à la perte d'autonomie : frais de personnel, les aides techniques...

## > L'APA EN ÉTABLISSEMENT

Elle est destinée à aider les personnes âgées à s'acquitter d'une partie du tarif dépendance de la structure qui les accueille.

**Le montant de l'APA dépend des ressources et des besoins propres à chaque bénéficiaire.**

### *OÙ S'ADRESSER ?*

**Au CLIC**

19, promenade des Prés - 91150 Etampes.

**Téléphone** : 01 60 80 15 67.

**Dossier à retirer auprès du Service des Personnes Retraitées ou auprès du CLIC. Le CLIC aide à la constitution du dossier qui sera instruit par le Conseil départemental.**

## LES ALLOCATIONS DE SOLIDARITÉ

### > L'ALLOCATION DE SOLIDARITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES (ASPA)

L'ASPA est destinée aux personnes de 65 ans et plus disposant de faibles revenus afin de leur assurer un minimum de ressources. Son montant est soumis à conditions de ressources et de situation familiale.

### *OÙ S'ADRESSER ?*

**Pour les personnes ayant travaillé en France :**

**Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV)**

12, rue Evezard - 91150 Etampes.

**Téléphone** : 3960 (prix d'un appel local depuis un poste fixe).

**[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)**

**Ou pour les personnes possédant un titre de séjour et n'ayant jamais travaillé en France (il faut remplir une condition de régularisation de 5 ans minimum sur le territoire français) :**

**Service des Personnes retraitées**

19, promenade des Prés - 91150 Etampes.

**Téléphone** : 01 64 94 55 72.

## L'ALLOCATION SUPPLÉMENTAIRE D'INVALIDITÉ (ASI)

**Cette prestation est versée par la Sécurité sociale aux personnes invalides dont les revenus sont modestes.** Elle vient en complément d'autres pensions : invalidité, pension de réversion, pension de retraite anticipée pour handicap pour pénibilité.

### *OÙ S'ADRESSER ?*

#### **Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV)**

12, rue Evezard - 91150 Etampes.

**Téléphone :** 3960 (prix d'un appel local depuis un poste fixe).

**[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)**

**Le dossier peut être retiré auprès du Service des Personnes Retraitées - 19, promenade des Prés - 91150 Etampes. Téléphone : 01 64 94 55 72. Il doit être ensuite déposé auprès de la CNAV. Il est également disponible sur le site Internet de la CNAV.**

## LES COUVERTURES MALADIE

### > LA PROTECTION UNIVERSELLE MALADIE (PUMA)

Elle garantit à toute personne qui travaille ou qui réside en France de façon stable et régulière une prise en charge continue des frais de santé.

### > LA CMU-C COMPLÉMENTAIRE

Elle est attribuée aux personnes ayant de faibles ressources et résidant en France de manière stable et régulière afin de bénéficier d'une complémentaire santé gratuite. Accordée pour un an, son renouvellement doit être demandé chaque année sous réserve de conditions de ressources et de résidence.

### > L'AIDE À L'ACQUISITION DE LA COMPLÉMENTAIRE SANTÉ (ACS)

L'aide au paiement d'une complémentaire santé (ACS) permet de bénéficier d'une réduction sur le coût de votre complémentaire santé.

### *OÙ S'ADRESSER ?*

#### **Caisse d'Assurance Maladie**

28, rue de Saclas - 91150 Etampes.

**Téléphone :** 3646 - **[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)**

**Il est possible de télécharger les documents à remplir sur le site Internet de la CPAM.**

**A SAVOIR** : la CMU Complémentaire et l'ACS donnent accès à des tarifs réduits sur les factures de gaz ou d'électricité.

### **OÙ S'ADRESSER ?**

- **Pour l'électricité**, il faut contacter le Tarif Première nécessité au **0800 333 123**.
- **Pour le gaz**, il faut contacter le Tarif Social de Solidarité au **0800 333 124**.

## **LES CARTES DESTINÉES AUX PERSONNES HANDICAPÉES**

La Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) est le lieu unique pour informer, orienter et accompagner les personnes handicapées et leurs proches.

### **> LA CARTE MOBILITÉ INCLUSION (CMI)**

Depuis janvier 2017, elle remplace les cartes d'invalidité, de priorité et de stationnement.

Elle offre aux personnes en situation de handicap et de perte d'autonomie certains droits, notamment en matière de transport, d'avantages fiscaux ou commerciaux.

Elle peut, en fonction de la situation et des besoins de la personne, mentionner : « *invalidité* », « *priorité pour personnes handicapées* » et « *stationnement pour personnes handicapées* ».

La CMI n'est pas délivrée aux invalides de guerre qui conservent le bénéfice de la carte de stationnement.

### **OÙ FAIRE LA DEMANDE DE CMI ?**

**Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)**

Rue des Marionnettes - 91150 Etampes.

**Téléphone** : 01 69 92 68 00.

ou **Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)**

93, rue Henri Rochefort - 91000 Evry.

**Téléphone** : 01 69 91 78 00.

**Email** : [mdphe@cg91.fr](mailto:mdphe@cg91.fr)

## LES AIDES AUX TRANSPORTS

### > LE PASSE NAVIGO AMÉTHYSTE

Il permet aux personnes âgées de 65 ans et plus et aux personnes handicapées de 60 ans et plus non-imposables, de voyager sur les zones 3 à 5 moyennant 25 € pour l'année ou sur les zones 1 à 5 pour 120 € par an. Un seul forfait pour les Anciens combattants est appliqué : 25 € pour l'année et pour les zones de 1 à 5. Ce Passe Navigo Amethyste donne accès uniquement aux réseaux SNCF, RATP, Optile. Le forfait de 25 € des zones 3 à 5 est dézonné c'est-à-dire gratuit sur toutes les lignes de 1 à 5 les week end, jours fériés et vacances scolaires.

**A NOTER :** le Passe Navigo Amethyste (*gratuit ou payant*) est valable un an.

### OÙ S'ADRESSER ?

#### Service des Personnes Retraitées

19, promenade des Prés. **Téléphone :** 01 64 94 55 72.

## LES CHÈQUES TAXI

Pour obtenir les chèques taxi, il faut remplir les mêmes conditions que pour le Passe Navigo Amethyste. Ils permettent de se déplacer gratuitement en taxi par la délivrance de deux carnets de 25 chèques de 5 €.

**IMPORTANT :** Le bénéficiaire de ce moyen de paiement doit avertir le chauffeur de taxi de son intention de régler le trajet avant le début de la course.

**A SAVOIR :** les Chèques taxi et le Passe Navigo Amethyste ne sont pas cumulables. Pour obtenir la liste des artisans-taxi qui acceptent ce mode de paiement, il suffit d'appeler une plateforme téléphonique, au 09 69 322 326.

### OÙ S'ADRESSER ?

#### Service des Personnes Retraitées (*pour les personnes de plus de 65 ans*).

19, promenade des Prés. **Téléphone :** 01 64 94 55 72.

#### Pour tous renseignements complémentaires concernant les transports

#### Point info transport

Avenue du Marché-Franc. **Téléphone :** 01 69 92 13 17.

## LE PAM 91 (POUR AIDER À LA MOBILITÉ)

Ce service de transport est réservé à tous les Essonnien(ne)s titulaires d'une carte d'invalidité mentionnant un taux supérieur ou égal à 80 % ou bénéficiant de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie.

Il fonctionne à travers toute l'Île-de-France, de porte à porte, 7 jours sur 7, (sauf le 1<sup>er</sup> mai) de 6 heures à minuit. Le coût du déplacement est fonction de la distance. **Il est indispensable de s'inscrire au préalable.**

### RENSEIGNEMENTS :

#### PAM91

39, rue du Bois Chaland - 91090 Lisses.

[www.pam91.info](http://www.pam91.info)

**Téléphone :** 0 810 101 191 ou au 01 60 87 85 80.

**Courriel :** [contact@pam91.info](mailto:contact@pam91.info)

## LA CARTE SENIORS SNCF ET SES AVANTAGES

### >LA CARTE SENIOR +

Accessible à partir de 60 ans, la carte annuelle de réduction SNCF, Senior+ offre des réductions de 25% en 2<sup>nd</sup>e classe et de 40 % en 1<sup>ère</sup> classe, sur les trains TER, Intercité et TGV. Son coût annuel est de 60 €.

**A SAVOIR :** l'échange ou le remboursement des billets est gratuit jusqu'à deux jours avant le départ.

### OÙ S'ADRESSER ?

En téléphonant au 3635.

**Site internet:** <http://www.voyages-sncf.com/services-train/carte-aboneme...>

## SERVICE ACCÈS PLUS

Accès plus est le service national d'accueil en gare et d'accompagnement gratuit jusqu'au train pour les personnes handicapées et à mobilité réduite. Il fonctionne 7j/7.

### OÙ S'ADRESSER ?

**Téléphone :** 0890 640 650.

[www.accesplus.sncf.com](http://www.accesplus.sncf.com)

## LES AVANTAGES FISCAUX

**Certaines exonérations peuvent être accordées selon votre situation personnelle et sous conditions de ressources pour :**

- La redevance audiovisuelle.
- La taxe d'habitation.
- La taxe foncière.
- Crédit d'impôt pour les dépenses d'installations d'équipements spécialement conçus pour les personnes âgées.

### *OÙ FAIRE LES DEMANDES ?*

#### **Centre des Finances publiques**

Service des impôts des particuliers

2, rue Salvador-Allende.

**Téléphone :** 01 69 92 65 11.

## La médaille de la famille française



**Cette distinction est décernée aux personnes qui ont élevé dignement au moins quatre enfants ; les veufs ou les veuves de guerre s'ils ont éduqué au moins 3 enfants.**

### *A SAVOIR :*

- **Médaille de bronze :** 4 ou 5 enfants.
- **Médaille d'argent :** 6 ou 7 enfants.
- **Médailles d'or :** 8 enfants et plus.

### *OÙ S'ADRESSER ?*

#### **Services des Affaires générales**

Rue des Marionnettes.

**Téléphone :** 01 69 92 68 00.

# Les organismes et associations à votre service



## **ASSOCIATION DES CONJOINTS SURVIVANTS DE L'ESSONNE (ADVC)**

315, square des Champs-Élysées - BP 107 - 91004 Evry Cedex

**Téléphone** : 01 60 91 30 28 ou 09 77 86 71 81.

**Courriel** : [advc.91@wanadoo.fr](mailto:advc.91@wanadoo.fr)

**L'association accueille, informe, écoute les veuves et les veufs sur leurs droits immédiats et les accompagne dans la constitution des dossiers auprès des différents organismes après décès.**

## **CAISSE NATIONALE D'ASSURANCE VIEILLESSE (CNAV)**

**Pour obtenir des réponses aux questions posées sur la retraite du régime général de la Sécurité sociale, il est possible de :**

➔ Contacter des conseillers au **39 60**. Ils sont à disposition du lundi au vendredi de 8 h à 17 h.

➔ Consulter le site Internet : [www.lassuranceretraite-idf.fr](http://www.lassuranceretraite-idf.fr)

Il est également possible de prendre rendez-vous pour déposer une demande de retraite personnelle ou de réversion au point d'accueil situé 12, rue Evezard à Etampes.

## **LE CICAS (CENTRE D'INFORMATION, CONSEIL ET ACCUEIL DES SALARIÉS)**

35/37, avenue Carnot - BP 2 - 91101 Corbeil-Essonnes Cedex.

Ouvert de 9 h à 12 h et de 14 h à 16 h.

**Le CICAS constitue un service commun pour les retraites complémentaires Agirc et Arrco.**

Pour l'Île-de-France, un conseiller est à votre écoute au **0 820 200 189**.

**Site Internet** : [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)

# La santé



## LE CENTRE DE SANTÉ INFIRMIER

19, promenade des prés.

**Téléphone :** 01 64 94 21 77.

### Horaires d'ouverture du secrétariat :

- Les lundi, mardi et jeudi : 8 h à 12 h 30 et de 14 h à 18 h 30.
- Le mercredi : 8 h à 12 h 30 et de 14 h 30 à 17 h.
- Le vendredi : 8 h à 12 h 30 et de 14 h à 16 h 30.

En dehors de ces heures, un répondeur est à disposition pour prendre en compte toutes les demandes.

### **Ce service de proximité intervient tous les jours, dimanche et jours fériés compris à Etampes et Morigny-Champigny.**

Les soins sont effectués par des infirmières toutes diplômées d'Etat sur prescription médicale à domicile ou au Centre de Santé Infirmier. Injections et prélèvements sanguins, pansements, soins de chimiothérapie, soins postopératoires, toilette, vaccination anti-grippe, leurs actes médicaux sont nombreux et variés.

**Pour régler les honoraires plusieurs modes de paiements peuvent être présentés :** les dispenses de frais (les 100 %), le tiers-payant, la carte vitale et carte de mutuelle, la CMU (couverture maladie universelle).

**A SAVOIR :** le Centre de Santé Infirmier collecte les déchets médicaux (collecteurs d'aiguilles et radiographies).

**Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 14 h à 17 h.**

## LES INFIRMIÈRES LIBÉRALES À DISPOSITION

Les 17 infirmières libérales installées à Etampes exercent, suivant la prescription médicale à domicile ou en cabinet pour prodiguer leurs soins.

• **Véronique Brossard**

15, rue Van-Loo.

Tél. : **01 64 94 47 68.**

• **Messaouda Demol**

7, rue Saint-Jean.

Tél. : **01 69 78 39 66.**

• **Lucile Rodrigues Gomes**

7, rue Saint-Jean.

Tél. : **01 69 78 39 66.**

• **Eric Droyer**

11 bis, rue de la Tannerie.

Tél. : **01 64 94 71 44 - 06 84 31 58 37.**

• **Patricia Stephan**

11 bis, rue de la Tannerie.

Tél. : **06 76 10 58 19.**

• **Véronique Mabile-Bled**

8, rue de la Tannerie.

Tél. : **01 60 80 06 39.**

• **Sophie Tarbouriech**

8, rue de la Tannerie.

Tél. : **06 24 38 22 87.**

• **Marie-José Genty-Méchin**

15, rue Van-Loo.

Tél. : **01 64 94 37 01.**

• **Brigitte Boulleret**

15, rue Van-Loo.

Tél. : **01 69 92 04 33.**

• **Pascale Lefèbvre**

2, résidence du Donjon.

Tél. : **01 64 94 70 67.**

• **Jean-Pierre Meziane**

7, rue Saint-Jean.

Tél. : **01 64 94 98 59.**

• **Aurélie Têtedoux**

83, rue Saint-Martin.

Tél. : **01 69 58 01 41.**

• **Anne Vervoort**

83, rue Saint-Martin.

Tél. : **01 69 58 01 41.**

• **Christelle Cros**

83, rue Saint-Martin.

Tél. : **01.69 58 01 41.**

• **Corinne Souchet**

15, rue Van-Loo.

Tél. : **01 69 92 04 33.**

• **MANDET Doho**

15, avenue de Paris.

Tél. : **06 15 22 04 53.**

• **KYELE Misia**

15, rue Henri Guillaumet.

Tél. : **07 82 78 08 12.**

• **Les ambulances Saint-Gilles**

97, boulevard Saint-Gilles.

Tél. : **01 64 94 13 85.**

## LE CENTRE HOSPITALIER SUD-ESSONNE DOURDAN-ETAMPES

26, avenue Charles de Gaulle - 91150 ETAMPES.

**Téléphone :** 01 60 80 76 76.

**Contact direction :** [direction@ch-sudessonne.fr](mailto:direction@ch-sudessonne.fr)

**Site Internet :** [www.ch-sudessonne.fr](http://www.ch-sudessonne.fr)

**Page Facebook :** [@centrehospitaliersudessonne](https://www.facebook.com/centrehospitaliersudessonne)

**Le Centre hospitalier Sud-Essonne partage sur les deux sites d'Etampes et de Dourdan les pôles d'activités cliniques et médico-techniques.**

➔ Ouverts 7j/7 et 24h/24, chaque site dispose d'un service d'urgences. Les médecins urgentistes disposent d'un plateau technique performant d'imagerie et de biologie médicale.

➔ **Les deux sites bénéficient d'un large panel de spécialités médicales et chirurgicales.**

➔ **La Filière Gériatrique du site hospitalier Sud-Essonne se déploie sur ces deux sites pour assurer une offre de proximité sur le territoire :** elle est structurée autour de deux services de Soins de Suite et de Réadaptation gériatrique, de deux Unités de Soins de Longue Durée et de deux Etablissements d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes. Une Equipe Mobile Gériatrique spécialisée est présente, dans les services d'hospitalisation pour offrir son expertise. Des consultations spécialisées sont organisées sur chaque site, consultation mémoire et consultation d'évaluation gériatrique. Cette Filière a été complétée par l'ouverture d'une Unité de Gériatrie Aiguë sur le site d'Etampes.

**Les PLUS de ces deux établissements :**

➔ Le site hospitalier d'Etampes est équipé d'un nouvel appareil d'IRM capable de réaliser des examens en 3D.

➔ Le CHSE offre la possibilité de prendre rendez-vous pour des consultations sur internet 7j/7 et 24j/24 via le site **MonDocteur.fr**.

➔ Chaque site dispose d'une Unité d'Hospitalisation de courte durée (UHCD).

➔ Un service de conciergerie est mis à la disposition des patients et des professionnels de santé et assure des prestations telles que : le lavage du linge, la commande de films, de magazines, de livres, de corbeilles de fruits, de fleurs, se faire coiffer, des soins esthétiques, confier la garde de son animal de compagnie...

Cette conciergerie fonctionne du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h, ou par téléphone. Les commandes peuvent se faire sur Internet : [www.happytal.com](http://www.happytal.com)

## LA MALADIE D'ALZHEIMER

**La Halte-Répît et la Halte-Relais 4A l'Escale** (Association d'Aide aux Aidants d'Alzheimer).

Place du Port – Espace Suzanne Vayne - 91150 Etampes

**Pour tout renseignement : 06 07 72 00 75.**

**La maladie d'Alzheimer, se manifeste par des troubles insidieux tels que : l'oubli de faits récents, des difficultés à reconnaître les objets, la disparition de repères dans le temps et l'espace, de l'agitation, de l'agressivité. Tous ces symptômes doivent amener à consulter.**

### > L'ASSOCIATION « L'ESCALE » HALTE RÉPÎT/RELAIS D'ETAMPES

➔ **Une quinzaine de bénévoles accueille les passagers les mardis et jeudis après-midis** (nom donné aux malades d'Alzheimer). La Halte-Répît offre ainsi aux personnes malades un lieu de détente et permet aux aidants qui les accompagnent au quotidien de s'accorder un peu de repos.

➔ La structure propose des animations, adaptées telles que Arthérapie, médiation animale, chant, danse, gymnastique douce afin de stimuler leur attention, leur concentration et leur orientation. Des tablettes tactiles sont désormais à la disposition des passagers avec des applications spécialement développées pour faire travailler leur mémoire.

➔ Le CLIC et la MSA proposent depuis plus de deux ans, du soutien aux aidants familiaux de personnes âgées malades/dépendantes par le biais du Rendez-Vous des Aidants, chaque premier lundi du mois à 14 h 30 à la salle polyvalente de l'Île de Loisirs.

➔ Le réseau France Alzheimer se mobilise chaque année pour la Journée mondiale de lutte contre la maladie d'Alzheimer fixée au 21 septembre.

**France Alzheimer Essonne : 01 64 99 82 72.**

## LA MALADIE DE PARKINSON

### Association France Parkinson

18, rue des Terres au Curé - 75016 Paris.

**Téléphone** : 01 45 20 22 20 ou 01 40 50 16 44.

**Courriel** : [info@franceparkinson.fr](mailto:info@franceparkinson.fr)

**La maladie de Parkinson est une affection du système nerveux central qui engendre des anomalies, des tremblements, des mouvements lents et difficiles et une rigidité du corps. Elle réduit donc fortement l'autonomie et entraîne des difficultés à se déplacer. La maladie ne détériore que très rarement les fonctions intellectuelles.**

Les médicaments prescrits servent uniquement à diminuer les symptômes. La pratique d'un sport est vivement recommandée pour améliorer la motricité et stimuler temporairement le cerveau.

L'association France Parkinson créée en 1984 a pour mission de soutenir, d'accueillir et d'assister les aidants. Une journée de sensibilisation est organisée chaque année en avril.

## LE DON D'ORGANES, DE TISSUS HUMAINS ET DE MOELLE OSSEUSE

**Le don d'organe permet à un ou plusieurs patients d'obtenir une greffe d'organe. Des nouveaux-nés aux personnes âgées, tout le monde est concerné.**

➔ Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, toute personne qui décède est considérée comme donneur d'organes (consentement présumé).

➔ En France, ce principe de consentement présumé au don d'organe et de tissus est retenu sauf si la personne décédée a exprimé de son vivant une opposition, soit en informant ses proches, soit en s'inscrivant sur le Registre National des Refus.

**IMPORTANT** : l'apparence externe du donneur est respectée lorsque le corps est rendu à la famille pour les obsèques.

➔ **L'association France ADOT 91** œuvre dans le département de l'Essonne pour informer et mener des actions de sensibilisation au don d'organes, de tissus ou de moelle osseuse.

**Pour être donneur et obtenir une carte, il est possible de contacter la présidente de l'association départementale Adot 91 ; Madame Vivette Hirsch au 06 60 40 77 70 ou par courriel : [vivette.hirsch91@gmail.com](mailto:vivette.hirsch91@gmail.com)**

### *A SAVOIR :*

#### **Les chiffres de 2017**

- ➔ 6 100 greffes ont été effectuées.
- ➔ 23 000 personnes sont attente d'une greffe.
- ➔ L'âge moyen des donneurs et des receveurs ne cesse d'augmenter.

### **LE VACCIN CONTRE LA GRIPPE**

**L'épidémie de grippe survient généralement au cours de l'automne et de l'hiver. La vaccination, si elle ne permet pas toujours d'éviter la maladie, réduit les complications.**

- Les pharmaciens délivrent gratuitement le vaccin aux personnes âgées de 65 ans sur présentation de l'imprimé de prise en charge adressé par la Caisse d'Assurance Maladie.
- Pour les moins de 65 ans, la vaccination est payante chez un médecin et remboursée par la sécurité sociale à 65 %.



### *POUR PLUS D'INFORMATIONS :*

**[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) ou le 3646.**

## LE DÉPISTAGE DES CANCERS

### Association de dépistage des maladies cancéreuses (ADMC)

Hôpital de Bligny - BP14 - 91640 Briis-sous-Forges.

**Téléphone** : 01 64 90 52 12 (dépistage cancer du sein).

**Téléphone** : 01 64 90 75 81 (dépistage cancer du colon).

**Courriel** : ass.adm@free.fr

### DÉTECTER TÔT POUR MIEUX SOIGNER

- > **Le dépistage des cancers du sein et de l'intestin est proposé gratuitement à toutes les femmes et les hommes de 50 à 74 ans.**
- > Même en l'absence de symptôme, il est essentiel de réaliser ces dépistages pris en charge à 100 % par l'Assurance maladie.



#### ➔ LE CANCER DE LA PROSTATE

Informations sur [www.urofrance.org](http://www.urofrance.org)

**Cancer info** : 0 810 810 821.

**Ligue contre le cancer, comité de l'Essonne** :  
01 64 90 88 88.

**Après 50 ans, un dépistage est vivement recommandé. Détectées précocement, les tumeurs de la prostate peuvent, à 95 %, être guéries.**



#### ➔ LE CANCER DE LA PEAU

Informations sur : [www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr)

**Cancer info** : 0 810 810 821.

**La détection précoce de ce cancer est capitale en particulier pour le mélanome. Ce type de cancer est curable si il est diagnostiqué très tôt.**

Chaque année, en mai, le Syndicat National des Dermatologues-Vénérologues (SNDV) organise une journée de dépistage gratuit et anonyme.

## LA CANICULE

A l'approche de l'été, la Ville d'Etampes relance chaque année son Plan canicule. Ce dispositif s'adresse aux personnes âgées, fragiles ou en situation de handicap. Afin qu'elles puissent bénéficier d'un suivi quotidien en cas de vagues de chaleur, la Ville d'Etampes les invite à remplir un questionnaire publié dans *Etampes Info* ou à télécharger sur le site Internet de la Ville.

**A SAVOIR :** les personnes déjà enregistrées restent inscrites, elles n'ont donc pas de démarche à faire. Toutefois, les changements intervenus (déménagement...) depuis l'inscription doivent être signalés.

Pour toute information complémentaires, il est possible de contacter le **01 69 78 10 90** ou le **01 64 94 55 72**.

**Quelques conseils permettant de réduire les risques :**

- Boire de l'eau même sans avoir soif.
- Eviter de sortir aux heures les plus chaudes.
- Porter des vêtements amples et de couleur claire.
- Eviter les activités physiques telles que ce soit du sport ou du jardinage.
- Maintenir les fenêtres et les volets clos.

## LE GRAND FROID

**Les personnes âgées sont particulièrement sensibles au froid. A l'instar de la canicule, les risques qui y sont associés sont bien réels.**

**Une grande vigilance s'impose !**

**Quelques conseils :**

- s'abstenir de sortir pour éviter tout risque de chute les jours de verglas ou de neige.
- plutôt que pousser exagérément le chauffage, il est préférable de mettre plusieurs couches de vêtements et de couvrir les extrémités du corps.
- maintenir son logement chaud n'empêche pas de l'aérer.
- ne pas obstruer les grilles de ventilation.
- se nourrir et boire en quantité suffisante pour que l'organisme puisse lutter contre le froid.
- limiter les efforts physiques.

## **BIEN VIVRE CHEZ SOI**

**La pratique d'une activité régulière et adaptée contribue au renforcement musculaire, améliore la mobilité, stimule les fonctions d'équilibre. Associée à une bonne alimentation, elle permet de réduire les risques de chute.**

### **> PRÉVENIR LES CHUTES EN ADAPTANT SON LOGEMENT**

Il est aussi essentiel d'adapter le domicile. Quelques aménagements peuvent limiter considérablement les risques de chutes.

#### **Quelques conseils :**

- ➔ Dégager les lieux de passage et éliminer les obstacles : petits meubles, plantes vertes, tapis, fils électriques.
- ➔ Poser un revêtement de sol antidérapant et des seuils de porte plats.
- ➔ Installer des rampes et des barres d'appui dans les toilettes, dans la douche ou la baignoire.
- ➔ Améliorer l'éclairage.
- ➔ Ranger à bonne hauteur les objets les plus souvent utilisés.
- ➔ Rendre accessibles le téléphone, la télécommande de la télévision...

# La sécurité



## LA MALTRAITANCE

**De par leur vulnérabilité et leur dépendance, les personnes âgées peuvent être victimes de maltraitance. Elle peut revêtir plusieurs formes : abus de confiance, humiliation, brutalité, privation de soins...**

→ **En cas de suspicions de maltraitance, une cellule d'écoute est à disposition : 3977** (du lundi au vendredi, de 9 h à 19 h).

## LES SENIORS ET LA CONDUITE AUTOMOBILE

**Les seniors sont des conducteurs expérimentés, pour autant les risques au volant se multiplient avec l'âge. Les aptitudes à conduire peuvent être modifiées en raison d'une mauvaise acuité visuelle et auditive ainsi qu'une baisse des réflexes.**



→ **Devant les inégalités liées au vieillissement, le Code des assurances et le Code de la route n'exigent pas de visite médicale. Il est cependant vivement conseillé de se soumettre à un examen médical régulièrement.**

→ **Afin de s'adapter aux nouvelles technologies des véhicules et aux nouveautés du Code de la route, des stages de conduite sont organisés par les associations ou les mutuelles.**

## OPÉRATION TRANQUILLITÉ VACANCES

### Commissariat :

Avenue de Paris - 91150 Etampes.

**Téléphone :** 01 69 16 13 50.

**En cas d'absence prolongée, le domicile peut être surveillé grâce à l'Opération tranquillité vacances. Gratuite, elle est opérationnelle toute l'année.**

Il suffit d'avertir le Commissariat. Des patrouilles de police assurent des passages fréquents, que l'habitation soit un pavillon ou un appartement afin de vérifier qu'il n'y a pas eu d'intrusion.

**IMPORTANT :** Penser à prévenir le Commissariat ou la personne à qui les clés du domicile ont été confiées en cas de modification de date des congés ou de retour inopiné.

**Néanmoins, le fait de signaler son absence ne dispense pas de prendre certaines précautions :**

- ➔ Fermer les portes et les fenêtres, de jour comme de nuit.
- ➔ **Protéger les accès secondaires :** garage, cave, portes donnant sur la cour, soupiraux...
- ➔ Changer les serrures en cas de vol ou perte de vos clés ou lors d'un emménagement dans un nouveau logement.
- ➔ Ne pas inscrire le nom et l'adresse sur le trousseau de clés.
- ➔ Ne pas laisser de clés sous le paillason ou dans la boîte aux lettres.
- ➔ Laisser une apparence habituelle à votre habitation. Demander à une personne de confiance, d'ouvrir et de refermer les volets de temps en temps, de relever aussi le courrier.

## LES DÉMARCHAGES À DOMICILE OU AU TÉLÉPHONE

**Commissariat** : 01 69 16 13 50.

**Police municipale** : 01 64 94 40 19.

Consultez le guide « seniors, pour votre sécurité, ayez les bons Réflexes ! » sur le site : [www.interieur.gouv.fr](http://www.interieur.gouv.fr)

**Des personnes malhonnêtes peuvent parfois profiter de la gentillesse et de la fragilité des personnes âgées en s'introduisant chez elles et leur dérober de l'argent ou des biens.** En cas de doute ou de comportement suspect, il ne faut pas hésiter à appeler les services de police ou de gendarmerie.

**Quelques précautions s'imposent :**

### **A DOMICILE :**

→ **Ne jamais** ouvrir sa porte à des personnes qui prétendent être accréditées pour effectuer des contrôles en tout genre à domicile même si elles sont en uniforme. Il faut exiger de voir une carte professionnelle. Le mieux est d'équiper la porte d'un entrebâilleur.

→ **Ne jamais** accepter une prestation sans un devis et un bon de commande faisant apparaître une période de sept jours de rétractation.

→ **Ne jamais** signer de document, ni remettre de l'argent.

**Au moindre doute, appeler la police municipale au 01 64 94 40 19 ou la police nationale au 01 69 16 13 50.**

### **PAR TÉLÉPHONE :**

→ Rien n'engage une personne tant qu'elle n'a pas reçu et renvoyé un contrat signé.

→ **Ne jamais communiquer ses coordonnées bancaires.**

### **BON À SAVOIR :**

**La mairie d'Étampes ne mandate jamais de société pour des démarchages à domicile.**

→ Pour tout achat effectué dans une foire, un salon ou sur un stand, le délai de rétractation n'existe pas. Le professionnel de la vente doit cependant informer obligatoirement l'acheteur de l'inexistence d'un droit de rétractation.

## VIGILANCE AVEC INTERNET

Pour signaler un courriel ou un site Internet d'escroqueries :

[www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr)

Info escroqueries : 0 805 805 817.

**Les Seniors sont de plus en plus nombreux à utiliser Internet. Une vigilance de tous les instants doit être cependant appliquée.**



**Quelques règles sont à observer pour éviter les escroqueries :**

➔ **Supprimer les mails douteux.** Ils sont de plus en plus nombreux et utilisés pour tromper les personnes âgées (proposition d'investissement douteux, gains obtenus grâce à un jeu...) et ne jamais communiquer les coordonnées bancaires et mots de passe.

➔ **Ne jamais** cliquer sur des liens ou des pièces jointes dans des mails dont la provenance est inconnue.

➔ Achetez auprès d'enseignes connues dont l'adresse commence toujours par «**https**».

➔ Ne payez en ligne que sur les sites sécurisés signalés par un cadenas ou une clef.

➔ Se méfier des gains trop faciles.

➔ **Ne jamais répondre à un mail indiquant :** gains à la loterie, gros héritage, «**vous avez gagné**» ou pour des prêts d'argent.

➔ Effacer l'historique après chaque connexion à son service de banque en ligne.

## VIGILANCE AUTOUR DE SA CARTE DE CRÉDIT OU SON CHÉQUIER

**Les seniors sont bien souvent des cibles de prédilection. Aussi afin de déjouer les pièges d'imposteurs quelques conseils :**

- ➔ **Ne jamais** accepter l'aide d'un inconnu lors de retrait d'argent au distributeur.
- ➔ **Ne pas laisser le code secret avec la carte.**
- ➔ Signer la carte bancaire sur son verso dès réception. Noter le numéro de la carte et sa date d'expiration et les conserver en lieu sûr. Ces informations sont à communiquer si une opposition doit être faite.
- ➔ **Ne jamais signer un chèque à l'avance** et mettre toujours le nom du bénéficiaire de ce chèque, afin d'éviter toute fraude.
- ➔ Récupérer le ticket de retrait d'argent ou d'achat.

## VOLS OU PERTE DE PAPIERS

**Pour faire opposition, contacter :**

- **Chéquier** : 0892 683 208.
- **Carte bleue/visa, premier** : contacter le serveur interbancaire au : 0892 705 705.
- **American express** : 01 47 77 70 00.

**La Police municipale a peut-être retrouvé vos papiers, se renseigner auprès d'elle.** Dans le cas contraire une déclaration de perte vous sera délivrée par le service des Affaires générales, rue des Marionnettes s'il s'agit de pièces d'identité, pour les autres documents (carte grise, permis...), le commissariat se chargera de recueillir votre déclaration. Cette attestation vous servira pour établir vos nouveaux papiers.

## TÉLÉPHONE PORTABLE (PERDU OU VOLÉ) :

- **SFR** : 1023.
- **Orange** : 0 800 100 740.
- **Bouygues telecom** : 0 800 291 000.

**En cas de vol, appeler le plus rapidement possible l'opérateur afin de suspendre immédiatement la ligne.**

## LE GAZ ET LE RISQUE D'INTOXICATION AU MONOXYDE DE CARBONE

**Le monoxyde de carbone est un gaz asphyxiant indétectable et inodore.**

Chaque année, en période de chauffe, des personnes en sont victimes.

**Des bons gestes pour limiter les risques :**

- Faire systématiquement vérifier et entretenir les appareils de chauffage, des cheminées et des moteurs à combustion interne.
- Aérer tous les jours son habitation.
- Ne jamais obstruer les aérations même quand il fait froid.

## L'ÉLECTRICITÉ ET LES RISQUES D'ÉLECTRISATION ET D'ÉLECTROCUTION

• **L'ÉLECTRISATION** provoque des blessures plus ou moins graves lorsque le courant traverse le corps.

• **L'ÉLECTROCUTION** : lorsque les lésions entraînent le décès.

**Les bons gestes pour éliminer les risques :**

- Réparer les prises cassées ou mal fixées.
- Eviter d'utiliser des rallonges ou de les laisser branchées.
- Installer un disjoncteur différentiel. Il détecte les fuites et coupe automatiquement le courant.
- Les appareils ménagers doivent être branchés sur une prise de terre.
- Ne pas faire sécher du linge sur un radiateur électrique.

**Les numéros d'urgence 24 h/24 et 7j/7 :**

- **GRDF** : 0 800 47 33 33.
- **ENEDIS (ERDF)**: 09 726 750 91.

# Les services de proximité pour l'environnement

Adopter le geste de tri contribue à la préservation de l'environnement, des ressources naturelles et de la santé publique. Trier c'est aussi offrir une seconde vie aux déchets et limiter les coûts de gestion. La Ville d'Etampes et la Communauté d'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonnes (CAESE) proposent ainsi de nombreux services.

## LES DISPOSITIFS À VOTRE SERVICE

### LES ORDURES MÉNAGÈRES NON RECYCLABLES

- **En Centre-Ville** : elles sont collectées tous les jours sauf le dimanche.
- **Pour les autres quartiers** : le ramassage s'effectue trois fois par semaine, les jours varient selon les secteurs.
- **Les bacs et sacs doivent être déposés sur le trottoir la veille des jours de collecte après 20 h. Pour le samedi soir en Centre-Ville, les déchets sont à sortir entre 16 h 30 et 17 h.**
- Les collectes sont effectuées aussi les jours fériés à l'exception du 1<sup>er</sup> mai.

### TRI SÉLECTIF

**Doivent être déposés en vrac dans les containers jaunes** : journaux, magazines, revues, prospectus, catalogues, papier de bureau, briques alimentaires, cartons, flacons et bouteilles en plastique, emballages métalliques, pots de yaourt, sachets de gâteaux, polystyrène...

- **Pour les personnes qui n'ont pas de containers**, des sacs sont mis à disposition gratuitement par la Communauté d'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonnes **auprès des services techniques, 19, rue Reverseleux. Les sacs et les bacs doivent être sortis après 20 h la veille de la collecte.**

**A SAVOIR** : il existe des autocollants « **Stop publicités** » à apposer sur les boîtes aux lettres. Ils sont disponibles dans les accueils de la mairie.

## LES COLONNES ENTERRÉES

Elles remplacent les locaux à poubelle des immeubles des habitants de la Vallée Collin, des quartiers de Guinette, de la Croix-de-Vernailles, de Saint-Michel, des Ouches, de Bonnevaux.

Pour les nouvelles habitations du quartier Saint-Michel et du Bois-Bourdon, elles ont été aménagées sur des espaces au sol, réduisant ainsi les nuisances visuelles et olfactives. Elles accueillent les ordures ménagères et le tri sélectif de la zone du Bois-Bourdon.

## LA DÉCHETTERIE

Parc Sudessor - 15-17, rue de la Butte-Cordière.

**Téléphone** : 01 64 94 79 81.

**La déchetterie permet aux habitants et aux professionnels d'évacuer dans de bonnes conditions les déchets non collectés en porte-à-porte.**

➔ **Son utilisation est gratuite** mais son accès est autorisé seulement aux personnes munies d'un badge délivré par la mairie.

➔ Pour obtenir le badge, il suffit de se rendre au service des Affaires générales, rue des Marionnettes, muni d'un justificatif de moins de 3 mois et d'une pièce d'identité.

## SERVICE ALLÔ ENCOMBRANTS

Téléphone : 01 69 92 68 05.

**L'enlèvement des encombrants s'effectue sur rendez-vous le jeudi. Ils peuvent être déposés sur le trottoir la veille à partir de 17 h.**

**A SAVOIR** : la Communauté d'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonne a noué un partenariat avec la Recyclerie du Gâtinais permettant de revaloriser le mobilier, l'électroménager, les objets de décoration dont les personnes veulent se débarrasser et qui peuvent être réemployés.

➔ Sur inscription via le service encombrants, la recyclerie du Gâtinais peut se charger d'effectuer l'enlèvement directement au domicile.

## LA COLLECTE DES DÉCHETS VERTS

Collectés dans des sacs biodégradables fournis gratuitement par la Communauté d'Agglomération, **tous les lundis matins, de la mi-mars au dernier lundi de novembre, les déchets végétaux doivent être déposés sur le trottoir le dimanche soir, après 20 h.**

## LA COLLECTE DU VERRE

**Le verre est collecté uniquement en apport volontaire. Les colonnes destinées à cet usage sont réparties dans chaque quartier.**

## LA COLLECTE DES TÉLÉPHONES MOBILES

Grâce au partenariat entre la Communauté d'Agglomération et la Recyclerie du Gâtinais, les téléphones mobiles hors d'usage **peuvent être déposés à l'Espace Jean-Carmet** (1, avenue des Noyers-Patins), **et aux Services techniques** (19, rue Reverseaux) **afin de les recycler.**

## LA COLLECTE DES DÉCHETS D'ACTIVITÉS DE SOINS À RISQUES INFECTIEUX (DASRI) ET LES RADIOGRAPHIES

### La collecte des aiguilles :

Elle est assurée par le **Centre de Santé Infirmier**, 19, promenade des Prés.

### Pour la collecte des radiographies, plusieurs sites à disposition :

- ➔ **Affaires générales**, rue des Marionnettes.
- ➔ **Espace Jean-Carmet**, 1 avenue des Noyers-patins.
- ➔ **Centre de santé infirmier**, 19, promenade des Prés.
- ➔ **Services techniques municipaux**, 19, rue Reverseaux.

## LES COMPOSTEURS

Le compostage permet de réduire ses déchets et de fabriquer soi-même son engrais. Les déchets organiques provenant de la cuisine ou du jardin sont stockés dans des composteurs de 30 kg en bois (12,95 €) ou en plastique (8,82 €), **disponibles aux services techniques**. Pour se renseigner ou en faire l'acquisition, il suffit d'appeler **l'ambassadeur du tri de la CAESE au 01 69 92 67 14.**

## DISPOSITIF « ICI, JE RECYCLE »

Il s'agit d'un espace géré par « Eco système » mis à disposition dans les enseignes de distribution (Carrefour, Carrefour Market, Leclerc, But, Darty...) pour y déposer les téléphones portables, ampoules, lampes...

## LA COLLECTE DES VÊTEMENTS

Les vêtements, le linge de maison peuvent être collectés dans des conteneurs « Relais » implantés avenue de Bonnevaux (magasin Carrefour), boulevard Saint-Michel (magasin Intermarché) et la déchetterie. Ils peuvent aussi être déposés auprès des associations caritatives (Croix Rouge, Secours populaire, Secours catholique...)

## LES DÉCHETS MÉNAGERS SPÉCIAUX (DMS)

La collecte, assurée par le Syndicat Intercommunal pour le Recyclage et l'Energie par les Déchets et Ordures Ménagères (SREDOM) par délégation de la Communauté d'Agglomération, **est effectuée tous les deux mois les 2<sup>e</sup> mardis des mois de décembre, février, avril, juin, août et octobre par un camion stationné sur la place Saint-Gilles, de 8 h 30 à 12 h 30 et sur la place de l'Hôtel-de-Ville, de 13 h 30 à 16 h 30.**

**Les déchets acceptés :** piles, batteries, peinture, solvants, huiles de vidanges, produits de jardinage, photographies, radios...

## LES DÉJECTIONS CANINES

Promener son chien sans salir l'espace public, rien de plus facile : pour ramasser les déjections de son compagnon à 4 pattes, il suffit d'utiliser le dispositif Toutounets disponible dans toute la commune pour les personnes qui oublient de se munir d'un petit sac. **L'usage de ces sacs est réservé exclusivement aux déjections canines.**

Pour toutes informations concernant la propreté urbaine (jours de collectes...), le tri sélectif, les déchets verts, les encombrants...

**CONTACT :** Ambassadeur du Tri de la CAESE au 01 69 92 67 14 et sur [www.mairie-etampes.fr](http://www.mairie-etampes.fr).

# Les Maisons de quartier



**Les Maisons de quartier favorisent la rencontre, l'implication des habitants pour leur quartier et le développement de projets en partenariat avec les associations et les partenaires.**

## **LA MAISON DE QUARTIER DE GUINETTE**

### **Espace Jean-Carmet**

1, avenue des Noyers-Patins.

**Téléphone :** 01 60 80 05 29.

**Cette structure de proximité abrite la mairie annexe. Des démarches administratives peuvent y être effectuées, évitant ainsi le déplacement en Centre-Ville.**

### **> LA MAIRIE ANNEXE**

Ouverte du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h.

### **Les démarches que vous pouvez y faire :**

- ➔ Obtenir une Carte nationale d'identité ou d'un passeport.
- ➔ Légaliser une signature.
- ➔ Certifier conforme de documents destinés aux pays étrangers.
- ➔ Effectuer Le recensement citoyen.
- ➔ S'inscrire sur les listes électorales.

### **Les documents que vous pouvez obtenir :**

- ➔ Un acte de naissance, de mariage ou de décès.
- ➔ Un certificat de concubinage.

### **Les formulaires que vous pouvez demander :**

- ➔ Un dossier DALO (Droit Au Logement Opposable).
- ➔ Un dossier MDPH (Maison Des Personnes Handicapées) pour obtenir une Carte de stationnement ou Allocation Adulte Handicapé.
- ➔ Un Passe Navigo Améthyste.
- ➔ Une demande de logement.

**L'Espace Jean-Carmet accueille également des associations qui proposent une multitude d'activités :**

→ **Association Guinette Loisirs**

**Des jeux de société :** les lundis et vendredis de 13 h 30 à 17 h.

→ **Ateliers Théâtre avec les Muscardins**

Les mardis et mercredis de 20 h à 22 h.

**NOUVEAU**

→ **Cours de couture et de créations**

Tous les lundis de 9 h 30 à 11 h. (10 € le trimestre).

→ **Cours de sport : Zumba et renforcement musculaire.** Tous les jeudis de 14 h 30 à 15 h 30. (10 € le trimestre).

**Des permanences gratuites à caractère social et administratif y sont également assurées :**

→ **CCAS :** le jeudi après-midi de 13 h 30 à 17 h. Sans rendez-vous.

→ **Ecrivain public :** les lundis et vendredis de 9 h à 12 h. Le mardi de 13 h à 17 h 30.

→ **Maison Des Solidarités :** une assistante sociale reçoit les lundis après-midis sur rendez-vous : **01 69 16 14 25.**

→ **Conseiller social du bailleur « les Résidences Essonne Yvelines » :** le mardi de 9 h 30 à 12 h et de 14 h à 16 h.

**Sur rendez-vous : 01 60 87 66 53.**

→ **Conseillère sociale du bailleur « France Habitation » :** Sur rendez-vous : **01 49 42 79 89.**

**NOUVEAU**

**Un agent du Centre social accompagne les démarches sur le site de la [CAF.fr](http://CAF.fr) du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h.**

**A NOTER :** Maïram SY, conseillère municipale déléguée en charge des Maisons de quartiers, des Centres sociaux et des Animations des quartiers reçoit les mercredis de 9 h à 12 h. Prendre rendez-vous au **01 60 80 05 29.**

## LA MAISON DE QUARTIER SAINT-MICHEL

### Espace Camille-Claudé

119, bis boulevard Saint-Michel.

Téléphone : 01 69 95 50 00.

**Ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 18 h.**

**Toujours plus de services offerts aux habitants du quartier :**

➔ **Le rendez-vous des familles « Atelier d'échange et de savoir-faire » :**

Il permet aux adultes de se rencontrer, d'échanger autour d'un thé ou d'un café les jeudis après-midis, de 14 h à 16 h.

➔ **Un Pôle du savoir et de la connaissance :** 2 500 livres, magazines, BD, encyclopédies, romans, sont à découvrir ou à emprunter tout au long de l'année. Des conférences et des expositions y sont également organisées. Les expositions sont ouvertes du lundi au jeudi de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h. **Le prêt de livres :** possible les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 16 h à 19 h et les mercredis de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h.

➔ **Les ateliers de la connaissance :** ces ateliers originaux et conviviaux permettent aux Aînés de se divertir, d'échanger, d'apprendre, de découvrir par des jeux l'outil informatique : la tablette. Ils se déroulent le mardi après-midi de 14 h à 16 h.

➔ **Le Point Information Jeunesse :** le PIJ dépend du Bureau Information Jeunesse. Il propose des stages d'apprentissages et de perfectionnement animés par un animateur multimédia. Ouvert les mardis et jeudis de 14 h à 18 h. Le mercredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 18 h. Accès libre aux postes informatiques.

➔ **Des cours de dessin :** lundi après-midi de 13 h 30 à 16 h 30.

➔ **Atelier modelage :** vendredi après-midi de 14 h à 16 h 30.

➔ **Atelier DIY déco :** samedi de 10 h à 12 h.

➔ **Des cours de sophrologie :** vendredi après-midi de 14 h à 15 h et de 15 h à 16 h.

**Des permanences gratuites à disposition :**

➔ **Permanence CAF.fr : la CAF en ligne.** Des démarches peuvent être effectuées sur le site internet Caf.fr tous les jours de la semaine, de 9 h à 12 h et de 14 h à 18 h. Un ordinateur est mis à disposition et un membre de l'équipe du Centre social est présent pour guider et accompagner.

- **Ecrivain public** : les mardis et mercredis de 9 h à 12 h.
- **Maison Départementale des Solidarités** : sur rendez-vous, le jeudi de 14 h à 17 h.
- **Conseillère en économie sociale et familiale du CCAS** : le jeudi de 9 h à 12 h.

**NOUVEAU**

**Une permanence *UFC Que choisir* ? est assurée le vendredi de 14 h à 17 h, hors vacances scolaires.**

## **LE CENTRE SOCIAL DE LA CROIX-DE-VERNAILLES**

**L'équipe du Centre social accueille les habitants sur deux sites.**

### **1 - LE CENTRE SOCIAL**

16, rue Jean-Etienne Guettard

**Téléphone** : 01 69 95 13 60

[centresocial.croixdevernailles@mairie-etampes.fr](mailto:centresocial.croixdevernailles@mairie-etampes.fr)

Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h 30.

**Des permanences à caractère social et administratif y sont assurées :**

→ **Le CCAS** : une assistante sociale reçoit **sans rendez-vous** le mardi de 13 h 30 à 17 h.

→ **L'écrivain public** : **sans rendez-vous** les lundis et vendredis de 13 h 30 à 17 h 30, le jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h 30.

→ **L'Association Juridique de Protection et Conseil (A.J.P.C.)** : exerce les mesures de protection dans l'intérêt des personnes majeures et propose un service d'aide aux tuteurs familiaux. **Sur rendez-vous : 01 60 11 91 70.**

→ **L'association Nouvelles voies** : accompagnement administratif et juridique. **Sur rendez-vous un vendredi sur deux** de 9 h à 12 h au : **01 69 92 11 70.**

→ **Maison Des Solidarités** : une assistante sociale reçoit le mardi matin **sur rendez-vous : 01 69 16 14 25.**

## **2- LA PLATEFORME MULTISERVICES**

17-19, rue Jean-Etienne Guettard.

**Téléphone** : 01 64 94 78 61.

Ouverte du lundi au vendredi de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h.

**Dans cette structure, un espace est spécialement dédié aux Seniors.**

Le Centre social propose des ateliers qui se déroulent un vendredi sur deux.

**Informations au 01 69 95 13 60.** Des jeux de société, des activités manuelles ou encore des repas partagés sont programmés toute l'année.

## **LE PÔLE DE PROXIMITÉ ET DES SERVICES DU QUARTIER SAINT-MARTIN**

5 ter, boulevard Pasteur.

**Téléphone** : 01 82 92 00 06.

Ouvert du lundi au vendredi de 14 h à 18 h.

**Pour encore plus de proximité avec les habitants des quartiers de Saint-Martin, du Petit-Saint-Mars et de Saint-Gilles, la Ville d'Etampes a ouvert ce pôle de proximité et de services.**

**Ce lieu convivial abrite ainsi :**

→ **Un écrivain public**, des animateurs sociaux et des médiateurs afin de faciliter les démarches quotidiennes.

**Des permanences sans rendez-vous :**

→ **Elus** : 1 vendredi sur 2 de 14 h à 16 h.

→ **CCAS** : le lundi après-midi de 13 h 30 à 16 h 30.

→ **Conseiller social de la résidence Yvelines Essonne. M. Oliveira** : 1 mardi sur 2 de 14 h à 16 h 30.

→ **BIJ** : le 4<sup>e</sup> mardi de chaque mois de 14 h à 16 h.

# Se détendre, se divertir, s'épanouir



## **FAIRE DU SPORT**

### **Service des Sports**

19, rue Reverseleux - 91150 Etampes.

**Téléphone** : 01 69 92 67 22.

### **> GYMNASTIQUE**

Conserver un mode de vie actif est essentiel pour assurer une bonne autonomie, maintenir une bonne musculature, des os solides et entretenir les facultés cognitives.

**Des séances de gymnastiques douces encadrées par les éducateurs sportifs de la Ville, sont proposées aux seniors :**

- ➔ Le lundi de 10 h à 11 h et de 14 h à 15 h au Cosec André-Gautier.
- ➔ Le jeudi de 10 h 30 à 11 h 30 au Centre sportif Michel-Poirier, créneau réservé aux personnes déjà inscrites le lundi.

### **> PISCINE INTERCOMMUNALE CHARLES-HAURY**

Avenue du Marché-franc.

**Téléphone** : 01 64 94 02 55.

**Des cours d'aquagym réservés aux seniors sont animés par des maîtres-nageurs sauveteurs de la Communauté d'Agglomération tous les mercredis de 8 h à 11h.**

**Pour l'ensemble de ces activités, l'inscription et le certificat médical sont obligatoires. L'inscription se fait auprès du service des sports où directement sur les sites sportifs.**

# La Culture accessible à tous !



## LA SAISON CULTURELLE DE LA VILLE

**Une programmation culturelle de plus en plus étoffée, riche et pour tout public !**

La nouvelle saison culturelle de la Ville offre une variété de spectacles et de pièces de théâtre avec des têtes d'affiches, des rendez-vous incontournables présentés sur trois sites : au théâtre Les Grands solistes, à l'Espace Jean-Carmet, au Théâtre intercommunal. **La nouvelle brochure est disponible dans les lieux publics et consultable sur le site Internet : [www.etampes.fr](http://www.etampes.fr) > Guides.**

**Réservations : au 01 64 94 02 97 et 06 73 37 90 58.**

## LA SAISON CULTURELLE DE LA CAESE

Elle s'annonce variée, et de qualité. **A découvrir :** des spectacles familiaux mêlant arts visuels, marionnettes, arts du cirques, concerts, auteurs contemporains... **La nouvelle brochure du Théâtre intercommunal est à consulter sur le site Internet : [www.caese.fr](http://www.caese.fr) > théâtre et [www.etampes.fr](http://www.etampes.fr) > Guides. Réservation auprès du service culturel de la CAESE : 01 69 92 69 07.**

**Courriel : [service.culturel@caese.fr](mailto:service.culturel@caese.fr).**

## **LE MUSÉE INTERCOMMUNAL**

**Cour de l'Hôtel-de-Ville**

Tél. : 01 69 92 69 12 - 01 69 92 69 02.

Visite libre du mercredi au dimanche de 14 h à 17 h sauf jours fériés.

Les visites de groupe sont possibles sur RDV.

**Email : [musee@caese.fr](mailto:musee@caese.fr)**

**Site Internet : [www.caese.fr](http://www.caese.fr)**

**Facebook : musée et pays de l'Etampois.**

**Le Musée intercommunal recèle de nombreuses collections à découvrir toute l'année et propose aux visiteurs une immersion dans l'histoire de l'Etampois. L'équipe du Musée, organise des visites, des conférences, des ateliers et des expositions.**

***A NOTER* : les Samedis thé chansons : une rencontre musicale conviviale un samedi par mois à 17 h. GRATUIT.**

**Les ateliers du Musée :** les mercredis et pendant les vacances scolaires, de nombreux ateliers à destination d'un public familial sont proposés en lien avec les collections du Musée ou les expositions temporaires. Ils peuvent avoir lieu en extérieur ou au Musée en fonction du thème.

**Participation gratuite. Inscription obligatoire. Les programmes sont à votre disposition au Musée et à l'accueil du tourisme. Envoi sur demande.**

## **LE SERVICE DU PATRIMOINE - PAYS D'ART ET D'HISTOIRE**

**Renseignements et réservations**

Accueil du Tourisme. Hôtel Anne-de-Pisseleu - 91150 Etampes.

**Téléphone : 01 69 92 69 00.**

**Courriel : [tourisme@caese.fr](mailto:tourisme@caese.fr)**

Du lundi au samedi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h.

Dans le cadre du label Pays d'Art et d'Histoire, le service du Patrimoine de la Communauté d'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonne propose de partir à la découverte du Patrimoine étampois et de ses richesses au travers de visites,

de conférences, d'ateliers, d'expositions et de spectacles.

**Des visites guidées de groupes sont organisées sur rendez-vous. Plusieurs circuits possibles :**

- Promenade au Moyen Age.
- Flânerie aux temps de la Renaissance.
- Les Temps Modernes, Voyage au cœur du XX<sup>e</sup> siècle.
- Au fil de l'eau.
- Balade au fil des quartiers.
- Musardez au Musée.

**Deux circuits existent :**

- A la découverte du Centre-Ville.
- Au fil de l'eau qui couvre les quartiers Saint-Martin et Saint-Gilles.

Des conférences vidéo-projetées dans les résidences de personnes âgées d'Etampes et de la Communauté d'Agglomération sont également proposées, ainsi qu'à l'Hôpital du Sud-Essonne (service gériatrie).

## **LE CONSERVATOIRE À RAYONNEMENT INTERCOMMUNAL**

19 bis, rue Louis-Moreau.

**Téléphone :** 01 64 59 26 76.

**Courriel :** [conservatoire.etampes@caese.fr](mailto:conservatoire.etampes@caese.fr)

**Dans la limite des places disponibles, les seniors ont la possibilité de pratiquer un instrument, intégrer un orchestre ou une chorale.**

Ils peuvent notamment rejoindre la chorale de la résidence Clairefontaine les mardis de 15 h 30 à 16 h 30. (direction Valérie Aujard-Catot).

→ Pour tous renseignements sur les concerts, spectacles et manifestations programmés durant toute la saison, consulter l'agenda culturel téléchargeable sur le site de la Communauté de Communes de l'Agglomération de l'Etampois Sud-Essonne : [www.caese.fr](http://www.caese.fr)

→ Il est également possible de recevoir la newsletter du CRI en adressant une demande par courriel au Conservatoire.

## LE THÉÂTRE INTERCOMMUNAL D'ÉTAMPES

Renseignements et réservations auprès du Service culturel de la Communauté d'Agglomération :

Hôtel Anne-de-Pisseleu - Place de l'Hôtel de Ville et des Droits de l'homme.

**Téléphone** : 01 69 92 69 07.

**Courriel** : [service.culturel@caese.fr](mailto:service.culturel@caese.fr)

**Programme et réservations en ligne sur [www.caese.fr](http://www.caese.fr)**

**Ce théâtre à l'italienne, unique dans le département offre une programmation variée et de grande qualité : du théâtre, du cirque, du mime, de la danse, de la musique...**

➔ Le Théâtre intercommunal accueille une fois par mois des films-conférences « *Connaissance du monde* », le mercredi à 14 h 30 et des conférences de l'Université du Temps libre, le lundi à 16 h.

**A SAVOIR** : les billets des spectacles sont proposés à des tarifs réduits pour les personnes de plus de 60 ans.



## CINÉTAMPES Service intercommunal

Rue Léon-Marquis.

**Téléphone** : 01 69 92 69 14.

**Courriel** : [cinetampes@caese.fr](mailto:cinetampes@caese.fr)

Programme sur le site de la ville : [www.mairie-etampes.fr](http://www.mairie-etampes.fr) et de la CAESE : [www.caese.fr](http://www.caese.fr)

**Installé au Théâtre, Cinétampes met à l'affiche des films d'Art et d'Essai.**

➔ Des soirées thématiques et des débats autour de sujets divers sont également proposés tout au long de l'année.

## LA BIBLIOTHÈQUE INTERCOMMUNALE DIANE-DE-POITIERS

4, rue Sainte-Croix.

**Téléphone** : 01 64 94 05 65.

**Site Internet** : [bibliotheques.caese.fr](http://bibliotheques.caese.fr)

### Horaires adultes :

**Mardi** : 14 h à 18 h.

**Mercredi** : 9 h à 12 h 30 et 14 h à 18 h.

**Vendredi** : 14 h à 19 h 30.

**Samedi** : 9 h à 17 h.

### Horaires d'été (juillet et août) :

**Mardi** : 16 h à 18 h.

**Mercredi** : 10 h à 12 h et 14 h à 17 h.

**Vendredi** : 16 h à 18 h.

**Samedi** : 10 h à 12 h et 14 h à 17 h.

**La Bibliothèque Diane-de-Poitiers offre un large choix de romans, revues, livres classiques ou récents, CD ou DVD.**

**Des collections adaptées sont également à disposition** : livres audios et livres en large vision.

➔ **Ouverte à tous les publics, elle propose un programme de nombreux rendez-vous toute l'année** : conférences, expositions, rencontres autour du livre, de la musique... et pour la 2<sup>e</sup> année, un rendez-vous convivial autour du tricot.

➔ Avec la Médiathèque Départementale de l'Essonne, la Bibliothèque propose également des ressources numériques (livres électroniques, soutien scolaire, apprentissage des langues, code de la route, etc.)

➔ La Bibliothèque intercommunale se déplace également à la résidence Clairefontaine et à l'EHPAD Saint-Joseph afin d'y proposer documents et conseils de lecture.

**L'inscription est gratuite, sur présentation d'un justificatif de domicile et d'identité.**



## LES ARCHIVES MUNICIPALES

4, rue Sainte-Croix (2<sup>e</sup> étage de la Bibliothèque intercommunale).

**Téléphone :** 01 64 94 85 07.

**Courriel :** archives.municipales@mairie-etampes.fr

**Horaires :** sur rendez-vous du mardi au samedi (9 h à 12 h et 14 h à 17 h).

**Les Archives constituent la mémoire de la commune. Leur conservation permet de retracer l'histoire de la ville. Les fonds sont constitués de plusieurs centaines de livres et dossiers d'archives sur Etampes et sa région, notamment :**

- ➔ D'archives anciennes du XIII<sup>e</sup> siècle à 1789.
- ➔ D'archives de la période révolutionnaire (1789-1799).
- ➔ De périodiques anciens et actuels (environ 80 titres différents).
- ➔ De fonds modernes et contemporains (1800-1980).
- ➔ De pièces iconographiques et figurées : plans et cartes, cartes postales, affiches, gravures... Ils sont consultables sur place, en salle de lecture.

## LE TEMPS DES LOISIRS

34, rue des Cordeliers.

**Téléphone :** 01 69 92 71 93.

**Le Temps des loisirs organise toute l'année des activités permettant de briser l'isolement et de profiter de moments de détente en bonne compagnie, comme les cours de chant, les sorties, les repas journaliers.**

### Les temps forts de l'année 2019

➔ **EN JANVIER :**

**Galette des rois et des reines, à la salle des fêtes.**

➔ **EN MARS :**

**Les Seniors fêtent Mardi-Gras, à la salle des fêtes.**

➔ **EN AVRIL :**

**Repas des Aînés, au gymnase René-Jouanny, à 12 h.**

## Les sorties en 2019

→ EN FÉVRIER :

Journée au Nez Rouge, le bateau des chansonniers.

→ EN MAI :

Journée Entre Terre et Rivière : grottes de Chateaudun et Petite Venise au cœur de l'Eure et Loir.

→ EN JUIN :

Journée au Cochon grillé, à Meaucé.

→ EN SEPTEMBRE :

Journée au Diamant Bleu, à Barville en Gâtinais.

→ EN OCTOBRE :

La Semaine bleue.

→ EN DÉCEMBRE :

Noël en Alsace.

# Participer à la vie locale



## LE CONSEIL DES AÎNÉS

Renseignements :

Temps des loisirs

34, rue des Cordeliers.

Téléphone : 01 69 92 71 93.

**Les Seniors sont aujourd'hui des personnes débordantes de vitalité et nombreuses sont celles qui aiment partager leur expérience, leur savoir-faire et transmettre leurs connaissances.**

Le Conseil des Aînés leur permet de continuer à être acteur de la vie locale en proposant des projets et en donnant leur avis.

Cette instance consultative est amenée chaque année à travailler avec le Conseil Municipal Jeunes.

*EN PROJET :*

**En 2019, la Municipalité entend dynamiser le Conseil des Aînés.**

## LES NOCES D'OR

**Une petite cérémonie peut-être organisée en mairie afin de célébrer symboliquement les 50 ans de mariage.**

Le service de l'Etat-Civil, rue des Marionnettes fournira toutes les informations nécessaires.

Téléphone : 01 69 92 68 53.



# Les formalités

## **DISPOSITIF « ACCOMPAGNER LA FIN DE VIE, S'INFORMER, EN PARLER ».**

**0 811 020 300** : ce numéro est à la disposition des proches de personnes en fin de vie et leur assure une aide sociale, psychologique, pratique et juridique

### **Quelles démarches effectuer lors du décès d'un proche ?**

À l'épreuve et au chagrin de la perte d'un proche viennent s'ajouter les démarches nécessaires à effectuer immédiatement, puis dans les semaines qui suivent.

## **LES PREMIÈRES FORMALITÉS :**

### **Dans les 24 heures :**

- ➔ Faire constater le décès par un médecin.
- ➔ Contacter un service de pompes funèbres afin que la déclaration soit faite à la mairie du lieu du décès muni(e) du certificat de décès établi par le médecin, d'une pièce d'identité, du livret de famille ou de toute autre pièce d'identité du défunt afin de pouvoir donner des informations précises. Cette première étape permet d'obtenir des copies de l'acte de décès. Ces documents seront nécessaires pour procéder aux autres formalités.
- ➔ Contacter l'entreprise de Pompes funèbres à laquelle sera confiée l'organisation des obsèques.

## **ORGANISATION DES OBSÈQUES**

**Il est essentiel d'informer les proches des funérailles souhaitées afin que les dernières volontés soient respectées.**

**Deux possibilités : L'inhumation ou la crémation** avec ou sans cérémonie religieuse.

## A ÉTAMPES

### → Au Beau Granit

48, rue Sainte-Croix.

01 64 94 02 22.

### → Pompes Funèbres Générales (PFG)

12, rue Louis-Moreau.

01 64 94 52 27.

### → Pompes Funèbres Marin

2, rue des Heurte-bise.

01 60 80 02 49.

### → Pompes Funèbres Pinturier

36, rue du Haut-Pavé.

01 64 94 03 83.

## CHAMBRES FUNÉRAIRES

### → Pompes Funèbres Générales (PFG)

12, rue Louis-Moreau.

01 64 94 52 27.

### → Pompes Funèbres Marin

2, rue des Heurte-bise.

01 60 80 02 49.

→ Vous pouvez également consulter, sur Internet, la liste complète des opérateurs fournie par la Préfecture de l'Essonne.

## LISTE DES DÉMARCHES À ACCOMPLIR :

- Prendre contact avec un notaire qui règlera la succession.
- Avertir les établissements financiers.
- Demander le capital-décès si la personne était encore en activité auprès de la Caisse d'Assurance Maladie.
- Contacter la mutuelle pour connaître les droits (*un capital peut être versé à la famille*).
- Prévenir les caisses de retraite.
- Pour les caisses de retraite complémentaire, demander le versement d'une pension de réversion.
- Faire les démarches si une assurance-vie existe.
- **Prévenir les organismes qui concernent le logement** : le bailleur pour le loyer, ENEDIS, GRDF, la compagnie des eaux, le service de l'audiovisuel, les opérateurs téléphoniques, afin de résilier les contrats et les passer au nom du conjoint si nécessaire.
- Prévenir le Centre des Finances publiques.
- Contacter les compagnies d'assurance liées à des crédits souscrits.
- Modifier le nom sur la carte grise du véhicule si le défunt en possédait un.

# Infos pratiques

## Les numéros utiles

- **Centre Hospitalier Sud-Essonne Dourdan-Etampes** : avenue du Général-de-Gaulle : **01 60 80 76 76.**
- **SOS médecins Essonne** : **08 26 88 91 91**
- **Urgences** : à partir d'un téléphone fixe : **15.** A partir d'un portable : **112.**
- **SMUR urgences** : **01 60 80 79 43.**
- **Pompiers** : **18.**
- **Centre Antipoison** : **01 40 05 48 48.**
- **Ambulance Saint-Gilles** : **01 64 94 13 85.**
- **Police nationale** : **01 69 16 13 50.**

## **SÉCURITÉ**

- **Police nationale** : **01 69 16 13 50.**
- **Gendarmerie** : **01 64 94 69 45.**
- **Police municipale** : **01 64 94 40 19.**
- **Objets perdus, chiens perdus** : **01 64 94 40 19.**
- **SOS Victimes** : **08 842 846 37.**

## **LES PHARMACIES ÉTAMPOISES**

- **Pharmacie Aït Amir-Mouliné** : 89, Rue Saint-Jacques : **01 64 94 64 45.**
- **Pharmacie Couturier** : 50, rue des Lys : **01 64 94 13 33.**
- **Pharmacie De la Fontaine** : 41, place Notre-Dame : **01 64 94 00 88.**
- **Pharmacie Saint-Martin** : 1, rue Saint-Martin : **01 64 94 04 67.**
- **Pharmacie Notre-Dame** : 7, place Notre-Dame : **01 64 94 46 42.**
- **Pharmacie Paytra** : 3 ter, rue Neuve Saint-Gilles : **01 60 80 18 22.**
- **Pharmacie centrale** : 20, place Notre-Dame : **01 60 83 44 83.**
- **Pharmacie du Tribunal** : 1, place du Tribunal : **01 64 94 33 71.**

## TRANSPORTS

- Citadines : 01 64 94 55 72.
- Allô taxi Etampes : 01 64 94 73 00.
- Gare SNCF : 36 35.
- Ormont transport : 01 64 94 55 45.

## ENVIRONNEMENT

- Allô encombrants : 01 69 92 68 05.
- Déchets verts, collecte ordures ménagères et collecte sélective, colonnes enterrées, collecte du verre, les composteurs : 01 69 92 67 14.
- Déchèterie : 01 64 94 79 81.
- Urgences Société des Eaux de l'Essonne : 0 977 429 430.
- Urgences ENEDIS électricité : 09 726 750 91.
- Urgences GRDF gaz : 0 800 47 33 33.

## ADMINISTRATION

- **39 39 Allô service public** est un numéro unique de renseignement administratif national (formalités et procédures, consommation, santé, logement, travail...).
- **32 11** : pour obtenir des informations sur les services à la personne et sur le Chèque Emploi Service Universel (CESU).
- **39 60 Allô retraite.**

# LES ADRESSES À CONNAÎTRE

## SERVICE ADMINISTRATIF

### → Permanences du délégué du Défenseur des Droits

Sur rendez-vous, les 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> lundis de chaque mois de 10 h à 12 h 30. Le 2<sup>e</sup> mardi de chaque mois, de 13 h 30 à 16 h 30. Au PAD 1, rue du Coq.

**01 69 92 11 70.**

### → Ministère des Affaires Sociales et de la Santé

14, Avenue Duquesne - 75350 Paris SP 07

**01 40 56 60 00.**

### → Caisse d'Assurance Maladie : 26, rue de Saclas

**36 46.**

### → Centre des finances publiques : rue Salvador-Allende,

**01 69 92 65 00.**

### → Trésorerie : place du Port,

**01 64 94 78 70.**

### → Sous-Préfecture : 4, rue Van-Loo,

**01 69 92 99 91.**

## SERVICES MUNICIPAUX

### → Affaires générales (Etat civil, élections, logement) et CCAS

rue des Marionnettes. **01 69 92 68 00.**

### → Service des Personnes Retraitées. 19, promenade des Prés.

**01 64 94 55 72.**

### → CLIC (La Coordination gérontologique du Sud-Essonne) :

19, promenade des Prés. **01 60 80 15 67.**

### → Services techniques. 19, rue Reverseleux. **01 69 92 68 00.**

## LES ASSOCIATIONS LOCALES DE RETRAITÉS

→ **Fédération générale des retraités des chemins de fer de France et d'outre-mer, section d'Etampes.**

**Contact :** Jean-Pierre Rondreux : **01 64 94 11 10.**

**Courriel :** jp.rondreux@aliceadls.fr

→ **Génération Mouvement Les Aînés ruraux de l'Essonne GM AR91**

**Contact :** Arlette Goulfier : **01 64 95 78 34.**

19, rue de la Fontaine - 91410 Les Granges-le-Roi

**Courriel :** goulfierarlet@orange.fr

→ **Loisirs Solidarités Retraités Etampes Sud-Essonne** (sorties, des visites guidées, des randonnées...)

**Contact :** Chantal Doumerc : **07 68 84 40 51.**

9, rue des Belles-Croix.

→ **Stim'S - Mémo Plus**

Préserver sa mémoire en s'amusant.

**Contact :** Catherine Grosse : **06 76 48 83 65.**

18, rue du Petit Gironville - 91720 Buno-Bonnevaux

**Courriel :** cath.grosse@gmail.com

## LES ASSOCIATIONS LOCALES DES ANCIENS COMBATTANTS

→ **Amicale des Anciens Marins d'Etampes et de sa région.**

**Contact :** Philippe Guillerault : **01 64 95 26 19.**

2, chemin d'Etampes - 91740 Pussay.

**Courriel :** philippe.guillerault@free.fr

→ **Association nationale des Croix de guerre et valeur militaire, délégation Sud-Essonne.**

**Contact :** Gilbert Chipault : **01 75 59 99 42.**

20, rue Paul-Doumer - 91150 Etampes

**Courriel :** gchipault@sfr.fr

→ **Comité départemental du Souvenir du Général-de-Gaulle - 31<sup>e</sup> section d'Etampes.**

**Contact :** Pierre Lambeseur : **06 08 67 66 16.**

130, rue de la République - 91150 Etampes.

→ **Comité d'Entente des Anciens Combattants et Victimes de guerre d'Etampes.**

**Contact :** Claude Cuillerier : **01 64 94 91 78.**

4 ter, rue du Sablon - 91150 Etampes.

→ **Comité du Souvenir de la gare d'Etampes**

**Contact :** Guy Bibard : **06 07 95 81 86.**

11, cité Pasteur - 91220 Brétigny-sur-Orge.

**Courriel :** guybibard@yahoo.fr

→ **Fédération nationale des anciens combattants en Algérie-Maroc-Tunisie (FNACA)**

**Contact :** Claude Cuillerier / **01 64 94 91 78.**

4 ter, rue du Sablon - 91150 Etampes.

→ **Les Médailleurs militaires - 369<sup>e</sup> section**

**Contact :** Gérard Richard ou Lucien Philippe

**01 64 94 55 37** (M.Richard) – **01 64 94 10 16** (M. Philippe).

3, impasse du Clos - 91150 Morigny-Champigny

→ **Société des membres de la Légion d'Honneur - Comité d'Etampes**

**Contact :** Jacques Le GAC : **01 64 56 37 80** ou **06 61 75 55 74.**

22, Sente des Vignes – 91530 Saint-Chéron

**Courriel :** leyaudet91@aol.com

→ **Souvenir Français**

**Contact :** Philippe Guillerault : **01 64 95 26 19.**

2, chemin d'Etampes - 91740 Pussay.

**Courriel :** philippe.guillerault@free.fr

→ **Union Nationale des Combattants d'Etampes - Morigny-Champigny - Brières-les-Scellés**

**Contacts :** Gilbert Chipault et Gilbert Bernard

**01 75 59 99 42** ou **06 15 06 17 20.**

20, rue Paul-Doumer - 91150 Etampes.

**Courriel :** gchipault@sfr.fr







ETAMPES

