

# GUIDE SENIOR

**Vivre Mieux, Vieillir Heureux à Oncy**  
Conseils Pratiques pour les Aînés



# SOMMAIRE

## 1 S'INFORMER ET ÊTRE ACCOMPAGNÉ

- p. 4 Présentation du CCAS
- p. 5 CCAS autres missions
- p. 6 Le CLIC – La MSD
- p. 7 Le bus France Services

## 2 VIEILLIR CHEZ SOI

- p. 8/9 Adapter son logement
- p. 10 Les aides à domicile
- p. 11 Le portage de repas  
La téléassistance

## 3 HÉBERGEMENTS ADAPTÉS

- p. 12 La résidence «autonomie»  
L'EHPAD
- p. 13 Les aides au logement  
L'aide sociale aux repas

## 4 LES AIDES PERSONNALISÉES

- p. 14 L'A.P.A – L'Aspa
- p. 15 L'aide-ménagère  
La pension de réversion

## 5 PRÉVENTION et SANTÉ

- p. 16 Vivre bien et longtemps
- p. 17 Mon bilan prévention  
Acteurs de santé  
Le SSIAD

## 6 SE DÉPLACER

- p. 18 Le TAD – Sortir plus  
Le Pass Navigo Améthyste
- p. 19 La carte Taxi – Le PAM  
La carte mobilité inclusion

## 7 SE DIVERTIR et CRÉER DU LIEN SOCIAL

- p. 20 L'atelier mémoire  
L'atelier numérique  
Déjeuners intergénérationnels
- p. 21 La bibliothèque  
Les activités associatives

## 8 SÉCURITÉ / PROTECTION JURIDIQUE

- p. 22 Sécurité, les bons réflexes
- p. 23 Protection juridique

## ANNEXES ▷▷▷

- p. 24 Annuaire Santé
- p. 28 Annuaire des Associations
- p. 29 Autres services à domicile

# ÉDITO

Chers Seniors Oncéens,

Que vous soyez actif, à la retraite, en pleine forme ou fragile voire dépendant, ce guide a été conçu pour vous informer, faciliter votre quotidien et vous accompagner dans vos démarches.

L'objectif du CCAS est que vous trouviez dans un seul et même document, toutes les informations qui peuvent vous concerner.

Qu'il s'agisse d'activités de loisirs, de déplacements, de santé, de vie à domicile ou en établissement spécialisé, d'aides, de droits..., ce guide est conçu pour vous aider à trouver les réponses à vos questions.

N'hésitez pas à faire appel aux organismes qui y sont mentionnés, pour bénéficier de services personnalisés ou pour partager des moments de rencontre et de convivialité.

Ce guide est distribué à tous les Oncéens âgés de plus de 70 ans et mis à la disposition des plus jeunes en mairie.

Nous vous en souhaitons une agréable lecture.

Bruno Delecour  
Maire  
Président du  
CCAS



Sophie Gelbard  
Adjointe  
Vice-présidente  
du CCAS



## S'INFORMER ET ÊTRE ACCOMPAGNÉ

### LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS) d'ONCY

Il a pour rôle, d'informer, d'orienter et d'accompagner tous les habitants de la commune souhaitant bénéficier d'une aide dans les domaines de l'emploi, du logement, de la santé, des services aux personnes âgées ...

Il est géré par un conseil d'administration présidé par M. le Maire et composé paritairement d'élus et de membres issus de la société civile :

**membres élus** : Bruno DELECOUR , **Président du CCAS**  
Marie-Thérèse Bosselut, Christophe Couder, Sophie Gelbard (vice-présidente), Agnès Przyszlak, Annie Vizet.

**membres extérieurs** : Catherine Changarnier, Agnès Le Graverand, Sabine Magis, Rachid Ouali, Chantal Rebours.

Le CCAS peut vous accompagner dans l'instruction des demandes d'aides légales telles que :

- ▶ A.P.A. (Allocation Personnalisée d'Autonomie),
- ▶ Dossier ASPA (Allocation de Solidarité aux Personnes Agées),
- ▶ Dossier MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées),
- ▶ Carte Mobilité Inclusion,
- ▶ Demande de mise en place de la Téléassistance.

N'hésitez pas à prendre rendez-vous pour un entretien personnalisé. Selon vos besoins vous serez guidé dans vos démarches et accompagné vers les organismes compétents. Lors de cet entretien une documentation pourra être mise à votre disposition. Si vous êtes dans l'impossibilité de vous déplacer, nous pourrions nous rendre à votre domicile.

tel : 01 64 98 81 40

## AUTRES MISSIONS du CCAS

**Aide ponctuelle sur demande** : Sur la base d'une évaluation sociale, le CCAS peut apporter une aide financière, selon les critères de ressources et les charges du foyer. Celle-ci est accordée ponctuellement. Les dossiers sont présentés et étudiés lors d'un Conseil d'Administration du CCAS.



### **Le registre des personnes vulnérables**

Les personnes âgées de plus de 75 ans, isolées, et les personnes en situation de handicap et/ou souffrant de problèmes de santé peuvent s'inscrire au registre des personnes vulnérables.

Il sert, notamment en période de canicule, à contacter les intéressés pour s'assurer de leur bonne santé et leur prodiguer des conseils sanitaires liés à la situation.

tel : **01 64 98 81 40**

[mairie@oncy-sur-ecole.fr](mailto:mairie@oncy-sur-ecole.fr)



### **Le colis des aînés**

Les colis sont destinés à nos aînés de 70 ans et plus.

Ils sont distribués courant décembre, par des élus et les agents communaux. Cette distribution à domicile, se fait dans une ambiance bon enfant et permet des échanges conviviaux entre élus et Oncéens.

Les colis sont accompagnés de cartes de vœux personnalisées confectionnées par les élèves de l'école élémentaire.

### **La journée des seniors :**

elle est organisée annuellement sur une commune de la CC2V, en collaboration avec la gendarmerie, le CLIC Orgessonne et les CCAS des 15 communes de la communauté.

## S'INFORMER ET ÊTRE ACCOMPAGNÉ



Le **CLIC Orgessonne** propose aux personnes de plus de 60 ans et à leurs proches résidant sur les communes adhérentes, de bénéficier :

- ▶ D'un plan d'accompagnement individualisé (évaluation des besoins à domicile, coordination des aides, réunion de synthèse, mise en place d'un suivi avec un référent,...)
- ▶ D'actions de soutien aux familles et aux professionnels

(groupe de paroles, réunion de coordination ou thématique).

### CONTACT :

#### **CLIC Orgessonne**

25 Route d'Egly - 91290 Arpajon

**Tel : 01 64 90 61 84**

Mail : clic.orgessonne@orange.fr

Stephen PETIT, Coordinateur CLIC Orgessonne Val d'Essonne, 2 Vallées.

### **La Maison Départementale des solidarités (MDS)**

Les **MDS** apportent un soutien de proximité aux familles, aux enfants et aux jeunes. Elles accompagnent les personnes âgées en situation de dépendance et les personnes en situation de handicap pour les aider à retrouver ou développer leur autonomie de vie.

Chaque MDS s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire de professionnels (assistants sociaux, éducateurs, conseillers, infirmiers, médecins...) qui analysent les besoins des publics afin de leur proposer une aide ou un accompagnement personnalisé et adapté.

**La prise de rendez-vous** se fait soit par téléphone aux horaires d'ouverture, soit 24h/24 sur le site [rdv-solidarites.fr](http://rdv-solidarites.fr).

Elle vous permet de bénéficier d'un temps dédié, sans attente, soit sur place, soit par téléphone, soit à domicile.

### CONTACT :

#### **La Maison Départementale des solidarités**

18 Av du Buisson Houdart, 91540 Mennecy

**Tel : 01 69 90 64 80**

## Le café des aidants

Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants.

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant, le café des aidants vous permet d'échanger et de partager avec des pairs sur vos expériences respectives.

Animé par des professionnels, il se tient un mardi après-midi par mois.

**1 mardi par mois de 14h30 à 16h**  
**ESPACE CULTUREL PAUL BEDU**  
**8 bis Rue Farnault à Milly-la-Forêt**  
**CLIC : 01 64 90 61 84**



## Le Bus France Services

Votre guichet administratif mobile pour simplifier vos démarches.

Il comprend un espace libre de 4 places assises, un bureau confidentiel de 2 places avec accès PMR. Il est doté de 4 ordinateurs et tablettes équipés de webcams en accès libre.

Vous pouvez être accompagnés par des conseillers, pour l'ensemble des démarches administratives (accès au logement, au RSA, renouvellement de titre de séjour, paiement des impôts, contacter son référent Pôle emploi, préparer sa retraite, etc.) ou si vous avez besoin d'une aide judiciaire ou numérique (création d'un compte Ameli, CAF, remplir un formulaire, immatriculer un véhicule, etc.).

Vous pouvez également effectuer votre demande de carte d'identité, de passeport ou de carte grise.

### Un mardi sur deux (semaines paires)

97, grande rue - Oncy

Prise de rendez-vous : **01 64 98 81 40 (mairie)**

Ou sur <https://cc2v91.fr/fr/>

A Milly, une Antenne **FRANCE SERVICES** (attendant à la mairie) offre les mêmes prestations

Lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h 30.

**Tél. : 01 84 64 00 38 – 01 84 64 00 39**



# VIEILLIR CHEZ SOI

## Un logement adapté

Viellir chez soi est le souhait de la plupart d'entre nous. Mais il est souvent nécessaire d'améliorer son logement pour y vieillir confortablement. À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2024, le dispositif **Ma Prime Adapt'** est mis en œuvre par l'ANAH (Agence Nationale de l'Habitat) afin de vous accompagner dans vos démarches d'amélioration de votre habitat.

### Des critères d'éligibilité simples



Personnes âgées de plus de 70 ans sans condition de GIR



Résidence principale sans condition d'ancienneté



Personnes âgées de 60-69 ans (GIR 1 à 6)



Propriétaire occupant ou locataire du parc privé



Personnes en situation de handicap sans condition d'âge



Sous condition de ressources (revenus modestes et très modestes)

### Une aide incitative pour permettre d'accélérer l'adaptation du parc



#### Subvention du coût des travaux à hauteur de :

- 70 % pour les ménages aux revenus très modestes
- 50 % pour les ménages aux revenus modestes



#### Un accompagnement obligatoire

- accès à un AMO qualifié tout au long du dispositif pour les ménages éligibles



#### Une large gamme de travaux financés

## Les principaux travaux d'adaptation financés



### Travaux intérieurs

- ① Monte-escalier
- ② Aménagement de salle de bain
- ③ WC surélevés et barre d'appui
- ④ Aménagement de cuisine
- ⑤ Éclairage à détection de mouvement



### Travaux extérieurs

- ⑥ Rampe d'accès vers l'entrée du pavillon
- ⑦ Place de parking PMR
- ⑧ Installation de volets roulants
- ⑨ Élargissement de la porte d'entrée



### Des subventions avantageuses

MaPrimeAdapt' finance jusqu'à :

**70 %\***

DES TRAVAUX  
POUR LES MÉNAGES  
AUX REVENUS TRÈS MODESTES

**50 %\***

DES TRAVAUX  
POUR LES MÉNAGES  
AUX REVENUS MODESTES

\* Dans la limite d'un plafond de travaux de 22 000 € HT

### Infos complètes :

<https://france-renov.gouv.fr/aides/maprimeadapt#preparez-votre-projet>

## VIEILLIR CHEZ SOI

Vous souhaitez continuer à vivre chez vous le plus longtemps possible. Quelles sont les aides dont vous pouvez bénéficier ? Comment faire pour mettre en place un service d'aide à domicile ? N'hésitez pas à vous renseigner auprès du CCAS.

### Les services d'aide à domicile

L'association d'Aide à Domicile des 2 Vallées (ASAMD2V) est une association d'aide au maintien à domicile pour les personnes âgées et/ou handicapées. C'est une association de loi 1901 à but non lucratif. Elle est agréée par le Département de l'Essonne dans le cadre de l'Aide Sociale Légale – Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).

#### Les prestations :

- Aide au lever et au coucher,
- Aide à la toilette,
- Prise de repas,
- Entretien du logement,
- Entretien du linge,
- Assistance administrative,
- Courses,
- Activités de loisirs et de la vie sociale.



#### CONTACT :

16B rue de la Bourgogne - 91840 Soisy-sur-Ecole  
Tél. 01 64 98 01 48

#### Tout à dom est un service prestataire d'aides à domicile.

L'agence peut proposer des prestations telles que l'aide à la toilette, l'aide au repas, les travaux ménagers, l'accompagnement aux rendez-vous, le jardinage ...

Crédit d'impôt de 50% dans les conditions prévues par la loi.



#### CONTACT :

7 Rue du Camp Romain  
91490 Milly-la-Forêt  
Tél. 01 60 79 28 65

## LE PORTAGE DE REPAS

Le portage de repas de L'Amicale Saint-Jacques

**CONTACT :**

3 rue de Cheval'Rue  
Boutigny sur Essonne

**Tél : 01 69 90 66 00**

email : res.st-jacques@wanadoo.fr



## ADMR LES 7 ARCHES – PORTAGE DE REPAS

Un service de portage de repas pour toute l'Essonne

Afin de privilégier la qualité des repas ainsi que la qualité du service, l'ADMR a choisi de s'associer avec une entreprise de restauration à taille humaine, **Du Terroir à l'Assiette** (DTA).

**CONTACT :**

18, Rue de Saint-Arnoult  
91340 OLLAINVILLE

**Tél : 06 33 68 58 66**



## LA TÉLÉASSISTANCE



Ce dispositif départemental s'adresse aux personnes âgées de 80 ans et plus, en perte d'autonomie.

Il les relie 7/7 jours, de jour comme de nuit, à une centrale d'écoute et d'assistance. Un médaillon d'appel permet de déclencher une alarme de toutes les pièces du domicile ou du jardin.

Le Département prend à sa charge les prestations suivantes :

- > l'intégralité des frais d'installation
- > le service d'écoute > l'abonnement au dispositif avec le transmetteur
- > l'assistance psychologique
- > un détecteur d'absence prolongée de mouvement pour les personnes seules
- > l'accès à une conciergerie pour tous petits travaux ou service nécessaire par des entreprises de confiance
- > un réseau social de proximité construit avec les partenaires locaux notamment pour les personnes isolées

**La demande peut être faite en mairie.**

## HÉBERGEMENTS ADAPTÉS

### Les structures d'accueil de la CC2V

**Les résidences « autonomie »** sont des structures d'hébergement pour personnes âgées autonomes. Des logements privatifs sont à la disposition des seniors, assortis de services (ménage, blanchisserie, télé-assistance ...) et d'espaces collectifs (salle de restauration, animations ...). L'objectif est de leur offrir une vie indépendante dans un environnement adapté.

#### **MARPA « Les jardins de Saint Laurent » - Milly-la-Forêt**

☎ 01 69 90 62 61

🌐 <https://www.marpa.fr/residences-retraite/les-jardins-de-saint-laurent-milly-la-foret-91/>

#### **Résidence "Saint-Jacques" - Boutigny-sur-Essonne**

☎ 01 69 90 66 00

🌐 <https://www.residence-saint-jacques.com/>

L'**EHPAD** est un **E**tablissement d'**H**ébergement pour les **P**ersonnes **A**gées **D**épendantes). Il s'agit d'une structure médicalisée qui accueille, à partir de 60 ans, des personnes présentant une perte d'autonomie.

Tous les EHPAD offrent un accueil permanent, mais il existe d'autres possibilités :

- **L'hébergement temporaire** : séjours de courte durée, dans le cadre d'une sortie d'hospitalisation ou pour permettre une adaptation progressive à l'entrée en institution.
- **L'accueil de jour** : permet d'accueillir toute l'année des personnes âgées qui nécessitent une attention constante. Cette formule offre ainsi aux aidants des moments de répit.

#### **EHPAD Notre Dame D'Espérance - 1 Bd du Maréchal Joffre**

91490 MILLY LA FORET

☎ 01 64 98 10 00

#### **EHPAD Korian Le Gâtinais - 35 rue de la Ferté-Alais**

91720 MAISSE

☎ 01 64 99 51 71

## Aides financières en EHPAD

Des aides financières peuvent venir diminuer le montant de la facture en EHPAD : APA (allocation personnalisée d'autonomie), aide au logement, aide sociale à l'hébergement. Les résidents imposables peuvent bénéficier d'une réduction d'impôt.

Informations complètes sur le site :

<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-dans-un-ehpad/aides-financieres-en-ehpad>

### Les aides au logement

Les aides au logement sont versées sous certaines conditions (ressources, composition du foyer) aux accédants à la propriété, aux locataires des parcs publics et privés, **aux résidents des structures d'hébergement pour personnes autonomes ou dépendantes**. Les allocations logement sont à demander à la CAF ou à la MSA (si vous dépendez du régime agricole).

Demande d'allocation en ligne :

- ▶ CAF : [www.caf.fr](http://www.caf.fr)
- ▶ MSA : <https://bcl.msa.fr/lfy/logement/allocations>

### L'aide sociale à l'hébergement

Cette aide sociale est versée pour couvrir, partiellement ou totalement, les frais d'hébergement d'une personne âgée au sein d'un Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) habilitée ou au sein d'une structure non-habilitée si elle y vit depuis plus de cinq ans. L'aide sociale étant subsidiaire, elle intervient lorsque la personne âgée, aidée de ses obligés alimentaires (époux-se, enfant, petits-enfants, gendre et belle-fille), n'a pas les moyens financiers suffisants pour couvrir la totalité du coût de son hébergement.

### L'aide sociale aux repas

Destinée aux personnes accueillies en résidence autonomie pour la prise en charge des frais de repas pris au restaurant de la structure, en cas de ressources insuffisantes. Récupération des sommes versées au titre de l'aide sociale sur la succession sous certaines conditions.

## LES AIDES PERSONNALISÉES

### **L'ALLOCATION PERSONNALISÉE D'AUTONOMIE (A.P.A.)**

Quand les gestes simples de la vie quotidienne deviennent trop difficiles à accomplir, l'A.P.A. permet de financer l'emploi d'une personne pour vous aider.

De même, l'adaptation de votre logement, l'installation d'équipements appropriés, certaines dépenses liées à votre perte d'autonomie peuvent être financées par l'A.P.A.. Cette aide est ouverte à toutes les personnes âgées de plus de 60 ans présentant certains degrés de dépendance (niveaux 1 à 4 codifiés dans la grille « AGGIR »). Elle est versée pour les personnes à domicile ou en établissement, n'est pas soumise à conditions de ressources, mais le calcul tient compte du montant des revenus. Cette aide n'est pas récupérable sur succession.

**Vous pouvez vous procurer le dossier en mairie**

La demande d'APA peut également être faite en ligne sur :  
**mesdemarches.essonne.fr**

**L'Allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa),**  
anciennement minimum vieillesse) est versée aux personnes retraitées disposant de faibles ressources.

Vous êtes âgé d'au moins 65 ans (62 ans si vous êtes reconnu inapte au travail et si vous bénéficiez d'une retraite anticipée pour inaptitude), vos ressources ne dépassent pas un certain plafond et vous résidez sur le territoire français au moins 9 mois dans l'année ? Que vous viviez seul ou en couple, vous pouvez bénéficier de l'Allocation de solidarité aux personnes âgées ou Aspa.

**Vous devez en faire la demande à la caisse de retraite dont vous dépendez.**

L'emploi d'un salarié à domicile (aide à domicile, travaux de jardinage, assistance informatique...) permet de bénéficier d'un crédit d'impôt égal à 50% des dépenses engagées dans l'année sous réserve qu'elles ne dépassent pas un certain plafond.

## L'aide-ménagère à domicile

L'aide-ménagère à domicile peut être financée en partie par le Département au titre de l'aide sociale. Une participation est demandée sur la base du barème CNAV (Caisse nationale d'assurance vieillesse).

Pour en bénéficier :

- > Etre âgé d'au moins 65 ans (60 ans en cas d'inaptitude au travail),
- > Etre non bénéficiaire de l'APA,
- > Avoir des ressources inférieures au plafond prévu pour l'attribution de l'allocation de solidarité aux personnes âgées,
- > Avoir besoin d'une aide au quotidien,

La demande d'une aide-ménagère fait l'objet d'une évaluation réalisée par votre médecin ou le service d'aide à domicile qui doit intervenir et déterminer le nombre d'heures nécessaires.

## LES CAISSES DE RETRAITE

Certaines caisses de retraite attribuent des prestations individuelles de maintien à domicile. Renseignez-vous auprès de vos caisses de retraite (principale et complémentaire) pour connaître vos droits.

## Pension de réversion

Si vous êtes veuf ou veuve, vous pouvez percevoir une pension de réversion dès 55 ans. Pour cela, il faut avoir été marié et ne pas dépasser un certain plafond de ressources. Le montant de la pension principale sera de 54 % de la retraite que percevait ou aurait perçu votre conjoint. Si vos ressources sont supérieures au plafond autorisé vous pouvez percevoir une retraite de réversion réduite

**Pour plus d'informations contactez votre caisse de retraite.**



### LE CHÈQUE EMPLOI SERVICE UNIVERSEL (CESU)

Il permet de rémunérer les personnes employées à domicile ou de payer les prestations des organismes de services à domicile.

**Renseignements sur [cesu.urssaf.fr](http://cesu.urssaf.fr)**

## PRÉVENTION et SANTÉ

Certaines règles d'hygiène de vie peuvent permettre aux seniors de rester en bonne santé le plus longtemps possible : adopter une alimentation équilibrée, prendre soin de son corps, pratiquer une activité physique (marche, jardinage, sport...), exercer une activité manuelle (dessin, tricot, poterie...), maintenir le lien social (adhérer à une association, faire du bénévolat, s'inscrire à l'université du temps libre... ).



### Vivre bien et longtemps, je fais comment ?

Il s'agit d'une campagne de communication sur la prévention, à destination des seniors, réalisée par Géron'd'if (Gérontopole d'Ile de France).

Le projet a été financé par la CNAV et par les Conférences des Financeurs des départements franciliens.

Chaque guide aborde un sujet en rapport avec le « bien vieillir ».

Les guides de prévention à destination du public senior :

Guide n°1 : **J'évite les chutes**

Guide n°2 : **J'adapte mon lieu de vie**

Guide n°3 : **Je surveille mon audition**

Guide n°4 : **Je reste en forme**

Guide n°5 : **Je stimule ma mémoire**

Guide n°6 : **Je prends soin de ma santé**

Guide n°7 : **J'évite de m'isoler**

Guide n°8 : **J'adapte mon alimentation**



Ces guides sont téléchargeables sur le site communal :

<https://www.oncy-sur-ecole.fr/seniors/>

## **Mon bilan prévention**

Ce dispositif vise à favoriser le repérage des facteurs de risque de maladies chroniques (diabète, maladies cardiovasculaires...), d'inciter les patients à réaliser les dépistages ainsi que les rappels de vaccination et de les encourager à devenir acteurs de leur santé.

Le bilan de prévention est destiné aux seniors dans les tranches d'âge : 60-65 ans et 70-75 ans.

Les assurés reçoivent de l'Assurance Maladie un courriel les invitant à prendre rendez-vous auprès de leur médecin traitant pour bénéficier de leur bilan de prévention.

► *Certaines mutuelles offrent à leurs adhérents de plus de 50 ans un bilan effectué dans l'un de leurs centres de prévention (ex: Argirc-Arrco).*

## **Deux acteurs de santé de votre quotidien, incontournables :**

**Le médecin généraliste** est le premier recours en cas de problème de santé et le chef d'orchestre de votre parcours de soins. Il oriente vers les spécialistes, reçoit les comptes rendus, (consultations de spécialistes, hospitalisation), les bilans d'examens complémentaires. Il met à jour votre Dossier Médical Partagé (DMP).

**L'infirmier(e) libéral(e)**, maillon indispensable des soins, ses compétences sont multiples. Il dispense à la population des soins divers (prélèvements sanguins ou urinaires, pansements, injections de médicaments,...) allant du maintien à domicile des personnes âgées ou handicapées aux soins palliatifs.

## **Service de Soins Infirmiers à Domicile SSIAD**

Ce service est une structure associative adhérente à la fédération ADMR (Aide à domicile en milieu rural). Il propose sur prescription médicale aux personnes âgées et aux personnes souffrant de handicap, des soins d'hygiène et de confort (toilette, mobilisation), une surveillance médicale, une prévention des risques. Il fonctionne 7 jours/7, avec une prise en charge de la Caisse Primaire d' Assurance Maladie.

### **SSIAD Service de Soins Infirmiers à Domicile**

16B rue de la Bourgogne 91840 Soisy-sur-Ecole

**Tel : 01 64 98 06 25**

## SE DÉPLACER

### Transport à la demande TAD (CC2V)

Des mini-bus sillonnent plusieurs communes de l'intercommunalité permettant, en heures de pointe, du lundi au vendredi, la **liaison Oncy-sur-Ecole / Milly-la-Forêt / Gare de Maise en passant par la zone d'activités du Chenet.**



#### Comment réserver ?

Sur le site [tad.idfmobilites.fr](http://tad.idfmobilites.fr), sur l'application mobile Appli TàD Ile de France Mobilités ou encore au **09 70 80 96 63** du lundi au vendredi.

#### Quand réserver ?

Au moins une heure à l'avance.

#### Combien coûte un trajet ?

Les forfaits PassNavigo s'appliquent à notre territoire et des tickets à l'unité sont disponibles en gares et dans les mini-bus.

**Arrêts à Oncy** : rue Lantara, Grande rue, Saint Pierre

**Sortir Plus** est un service permettant aux retraités Agirc-Arrco de 75 ans et plus de faire des sorties accompagnées par une personne de confiance.

Il est entièrement pris en charge par votre caisse de retraite **Agirc-Arrco**.

Pour en bénéficier, il suffit, dès lors que vous aurez un premier besoin de sortie, d'en faire la demande par téléphone au **0 971 090 971**

Un compte Sortir Plus vous sera ouvert par votre téléconseiller utilisable tout au long de l'année dans la limite de votre enveloppe annuelle.



**Le Pass Navigo Améthyste** est destiné aux personnes âgées, anciens combattants et personnes en situation de handicap, sous conditions de ressources.

#### Conseil départemental de l'Essonne

**Tel : 0 800 40 80 40** du lundi au vendredi entre 10H00 et 12H00

Courriel : [titretransport@cd-essonne.fr](mailto:titretransport@cd-essonne.fr)



**La Carte Taxi** est une aide à la mobilité délivrée par le Département de l'Essonne qui permet de dépenser jusqu'à 250 euros par an auprès d'artisans taxis affiliés et du service Pam 91.

Cette aide est délivrée aux personnes rentrant dans une de ces catégories :

- > Être âgé de plus de 65 ans (impôt inférieur ou égal à 61€)
- > Personnes handicapées bénéficiant de l'AAH de l'ASPA ou de l'ASV
- > Ancien combattant de 60 ans ou plus

**Formulaire en ligne** sur le site du **Conseil départemental de l'Essonne**.

**Le PAM Francilien** « Pour aider à la mobilité » est un service de transport collectif à la demande destiné aux personnes handicapées.

Ce service de transports s'adresse :

Aux titulaires d'une carte d'invalidité mentionnant un taux supérieur ou égal à 80%.

Aux bénéficiaires de l'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie), GIR 1 à 4.

Aux titulaires d'une carte de stationnement pour les invalides de guerre.

Pour s'inscrire: [pam.iledefrance-mobilites.fr](http://pam.iledefrance-mobilites.fr) ou **tél : 0800 00 18 18**



## **La CARTE MOBILITÉ INCLUSION (CMI)**

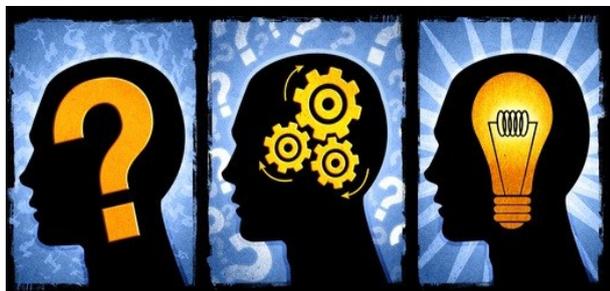
Il existe 3 CMI. La CMI stationnement permet de se garer gratuitement. La CMI priorité permet d'éviter les files d'attente ou d'avoir une place assise. La CMI invalidité vous concerne si vous avez une perte d'autonomie importante (GIR 1 et 2 ou taux d'incapacité d'au moins 80%) : elle offre les mêmes avantages que la CMI priorité avec en plus des réductions dans les transports et des avantages fiscaux notamment.

**Dossier à retirer en mairie ou à la MDPH**

(Maison Départementale des Personnes Handicapées, 93, rue Henri Rochefort - 91000 Evry-Courcouronnes).



## SE DIVERTIR et CRÉER DU LIEN SOCIAL



### MEMOPLUS

Vous souhaitez stimuler votre mémoire dans une ambiance conviviale et ludique ?

Alors rejoignez l'**atelier de travail sur la mémoire**

Où : salle Lantara

Fréquence : tous les jeudis de 10h à 11h30 (sauf vacances scolaires)

Prix : 9€ par séance (1ère séance gratuite)

**Contact : Catherine Grosse-Villemin - 06 76 48 83 65**

### FORMATION NUMERIQUE



#### Salle LANTARA

Chaque 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mardi du mois, de 9h30 à 12h30. Les habitants intéressés par l'usage du numérique dans la vie quotidienne et l'utilisation des outils informatiques (ordinateurs, tablettes ...) peuvent bénéficier de cours gratuits.

**inscription en mairie.**

### DÉJEUNERS INTERGÉNÉRATIONS



#### Restaurant scolaire

**1 lundi sur 2  
à 11h30**

**Repas : 8€**

**réservation en mairie  
au plus tard le jeudi  
précédent.**



### Horaires des permanences

Mercredi : 14h30 à 16h30

Samedi : 16h30 à 18h

## LA BIBLIOTHÈQUE

Lieu de lecture mais aussi lieu de convivialité et de partage.

Des livres sonores ou en gros caractères sont aussi à votre disposition.

Un portage à domicile est possible pour les personnes à mobilité réduite inscrites à la bibliothèque.

97, grande rue (face à la mairie)

☎ : 01 64 98 60 46

**CATALOGUE en LIGNE :**

<https://bibliothequeoncysurecole.opac-x.fr/>

## UN TISSU ASSOCIATIF RICHE ET DIVERSIFIÉ

cyclisme  
gymnastique  
tir à l'arc  
marche  
plongée  
théâtre  
jardinage  
jeux de société  
sorties « nature »  
sorties « patrimoine »  
voyages  
soirées festives

C'est la liste non exhaustive des activités sportives et de loisirs que vous pouvez pratiquer à **Oncy**.

Pour en savoir plus, retrouvez sur le site de la commune, les activités et coordonnées des associations qui opèrent pour vous divertir et vous faire partager d'agréables moments.

[www.ncy-sur-ecole.fr/](http://www.ncy-sur-ecole.fr/)

CONSERVATOIRE À RAYONNEMENT  
INTERCOMMUNAL  
DES DEUX VALLÉES



01 64 98 72 76

## A MILLY-LA-FORET

CENTRE AQUATIQUE  
DES 2 VALLÉES

09 71 00 28 28

# SÉCURITÉ

## Pour votre sécurité, ayez les bons réflexes !



Ne restez pas seul(e).  
Gardez le contact et participez à la vie de votre quartier.



Dans la rue, portez votre sac fermé et en bandoulière sous le bras.



Évitez de détenir trop d'espèces ; privilégiez les paiements par carte bancaire.



Privilégiez vos déplacements en vous faisant accompagner.



N'ouvrez jamais à un inconnu si une personne se présente sans rendez-vous comme un professionnel, vérifiez sa qualité auprès de son entreprise avant de lui ouvrir.



Sur internet, ne communiquez jamais vos coordonnées bancaires par e-mail. Pour vos transactions commerciales, vérifiez que vous êtes sur un site sécurisé « https ».



Ayez un téléphone à portée de main et en cas d'urgence, composez le 17 ou le 112. Votre appel sera immédiatement pris en compte.



Au distributeur automatique de billets, soyez vigilant et ne vous laissez pas distraire par des inconnus.



Protégez votre domicile par un système de fermetures fiables et un entrebâilleur à votre porte d'entrée.



Les gendarmes sont à votre service, demandez leur conseil, signalez tout fait suspect.



Si vous vous sentez isolés, menacés ou inquiets, faites-vous connaître auprès de votre mairie, de votre brigade de gendarmerie. Des patrouilles seront organisées aux abords de votre domicile, lorsque les circonstances le justifieront.

## MESURES DE PROTECTION JURIDIQUE

**Lorsqu'une personne n'est plus en capacité de gérer sa situation, il est possible de bénéficier d'une mesure de protection juridique.**

**La mesure de sauvegarde de justice** est une mesure provisoire. Elle peut être mise en place dans les situations d'urgence qui nécessitent la protection d'une personne rapidement, et dans l'attente d'une autre décision.

**La mesure de curatelle** est une mesure d'assistance et de conseil. Cette mesure peut être suspendue si la situation de la personne s'améliore ou être transformée en tutelle si elle s'aggrave.

**La mesure de tutelle** est une mesure de représentation. La personne désignée agit à la place du majeur pour les actes de gestion, d'administration et de disposition.

**Le mandat de protection future** permet à une personne de désigner à l'avance la ou les personnes qu'elle souhaite voir être chargées de veiller sur sa personne et /ou sur tout ou une partie de son patrimoine pour le jour où elle ne sera plus en état physique ou mental de le faire seule. La personne peut demander elle-même le mandat pour autrui par les parents qui souhaitent organiser à l'avance la défense des intérêts de leur enfant. Le tuteur ou curateur peut être un membre de l'entourage ou un organisme tutélaire désigné par le juge.

Pour toutes informations complémentaires :

### **Maison de la justice et du droit d'Etampes**

1 rue du Coq - 91150 ETAMPES

**Tél : 01 69 92 11 70**

### **Pôle de proximité d'Evry (anciennement tribunal d'instance d'Evry)**

1, rue de la patinoire - 91012 EVRY

**Tél. : 01 69 47 36 00**

### **Tribunal de proximité d'Etampes**

1, rue Aristide Briand - 91150 ETAMPES

**Tél. : 01 64 94 61 45**

## ANNUAIRE SANTÉ

### Chirurgiens- Dentistes

ANDREI Roxana .....01 64 98 91 50 / 01 64 98 80 45  
CHALUMEAU Jennifer/ FAUGERAS Fabien ..... 01 64 98 93 34  
CHANDRAMOHAN Nimalan ..... 01 64 98 80 45  
GEOFFROY Didier / GEOFFROY Oriane..... 01 64 98 81 00

### Chirurgien Orthopédiste Traumatologue

Dr VU Hoang Duc..... 01 74 82 85 30

### Diététiciennes

BENIMELI Solène ..... 01 87 22 23 86 / 06 32 88 56 90  
LE GUEN Carole.....,..... 06 70 12 49 49 / 01 64 98 51 65

### Gynécologues

Dr PANDZOU Jean-Vincent ..... 09 72 10 84 80  
Dr THOUVENOT Aude .....Doctolib - 09 67 06 04 36

### Infirmier(e)s

ANDRE Julie / DEZERT Estrela / LOUIS Valérie /  
PLESSISVirginie ..... 01 64 98 07 88  
BOUTON Aurélie / VALENTI Nathalie/ VERDY Julia.....01 69 13 35 15  
BILIEN Marine / DESAINTJEAN Catherine /  
MARCADET Virginie..... 06 38 86 16 29 / 01 64 98 74 15  
VILMARD Nadège / BIZEUL Sophie..... 01 64 98 68 69

### Laboratoire d'analyses médicales

Laboratoire MEDIPLUS .....01 64 98 94 17

### Masseurs-Kinésithérapeutes

BADUEL Denis / BOUSSAINGAULT Tiphaine..... 01 78 05 78 15  
BERARD François-Xavier..... 01 64 98 87 77  
BOZEC Michel..... 06 08 67 60 12  
BRELIER MURRY Romain.....06 99 41 90 53  
BUKOWSKA ANOTA..... 06 42 39 76 96  
CARDIN Jessica (à domicile) .....06 13 99 17 02  
CHAMPION Sylvie..... 06 71 73 79 04  
COMBES Sophie .....01 60 78 50 83  
DUPIRE David..... 07 50 03 83 96  
GABENESCH Manon ..... 06 07 78 98 30  
LEROY-BRIAND Sophie.....01 64 98 82 46  
LEROY Christophe ..... 06 10 27 93 74  
PAVIC Murielle..... 01 64 57 66 64  
RICAUD Mélanie ..... 06 45 51 49 27  
SZABO Renata ..... 06 08 62 43 08

### **Médecins Cardiologues**

BALADIER Valérie / BARNIER Pascale ..... 01 64 98 65 21

### **Médecin Dermatologue Vénérologue**

MOURIER-MASSICOT Christel ..... 01 64 98 90 90

### **Médecins Généralistes sur la CC2V**

#### **Milly-la-Forêt**

Dr CAPELLETTI Éric ..... 01 64 98 83 64

Dr BERNARD François ..... Doctolib - 01 84 18 20 99

Dr OLBINSKI Patrick..... 01 84 18 20 99

#### **Maisse**

Dr GROSSE Jean-Yves ..... 01 64 99 53 43

Dr LACERT Claire-Annabelle, Dr PAU MONTERO Stefan 01 64 99 55 98

Dr LUCCA Nathalie, Dr LUCCA Clément,  
Dr SPORTIELLO Edouard, Dr PAUL Emilie ..... 01 64 99 48 02

#### **Boutigny-sur-Essonne**

Dr AIORDACHIOAIE Alexandru ..... 01 64 57 92 50

Dr DREYFUS Frédérique ..... 01 64 99 43 56

### **Médecin radiologue**

Centre du Docteur LEVAILLANT..... 01 64 98 89 89

### **Opticienne à domicile**

GUYOT Claire ONCY..... 06 30 20 80 37

### **Orthophonistes**

FRIMON - RICHARD Sylvaine ..... 01 64 98 72 40

GUILLON Catherine ..... 01 64 98 71 54

LAMOUREUX Delphine..... 01 64 98 78 46

PUSSEMIER Emilie ..... 06 37 38 58 98

### **Pédicures-Podologues**

BERNOT Cyrille..... 07 80 99 82 18

BUCAS Julie ..... 01 75 29 49 84

IMBERT Déborah..... 01 64 98 95 71

### **Pharmacies**

Pharmacie MECHIN (Milly) ..... 01 64 98 80 97

Pharmacie de la Place (Milly) ..... 01 64 98 85 13

## ANNUAIRE SANTÉ (suite)

Pharmacie de Boutigny .....	01 64 57 92 00
Pharmacie de Maisse .....	01 64 99 50 35
Pharmacie de Soisy .....	01 64 98 07 34
Pharmacie du Vaudoué .....	01 64 24 75 50

### Prothésiste-Orthésiste

LAMBERT Jennifer .....	09 52 88 42 57
------------------------	----------------

### Hôpitaux

**Centre Hospitalier Sud Francilien**  
40 Avenue Serge Dassault,  
91106 Corbeil-Essonnes  
**01 61 69 61 69**

**Centre Hospitalier de Fontainebleau**  
55 Boulevard Maréchal Joffre  
77300 Fontainebleau  
**01 64 45 19 00**

**Centre Hospitalier Sud Essonne**  
26 Avenue Charles de Gaulle  
91150 Étampes  
**01 60 80 76 76**

**EPS Barthélemy Durand (psychiatrie)**  
Avenue du 8 mai 1945  
BP 69 91152 Étampes Cedex  
**01 69 92 52 52**

### Établissements de courts, moyens et longs séjours

**Clinique Les Trois Soleils,**  
Rééducation et Réadaptation  
Fonctionnelles  
19 rue du Château  
77310 Boissise-le-Roi  
**01 64 71 80 00**

**Centre de Soins de Long Séjour  
Les Magnolias**  
77 rue du Perray  
91160 Ballainvilliers  
**01 69 80 46 46**

**Hôpital Gériatrique G. Clemenceau**  
Courts, moyens et longs séjours  
1 rue Georges Clemenceau  
91750 Champcueil  
**01 69 23 20 20**



**Consultation Mémoire**  
Hôpital G.Clemenceau AP HP  
91750 Champcueil  
**01 69 23 20 86**

### Ambulances

**Ambulances JOMA**  
77760 LA CHAPELLE LA REINE  
**01 64 22 90 25**

**Ambulances LAHNA**  
77300 FONTAINEBLEAU  
**06 12 13 28 50**

**En cas de difficulté à joindre un médecin, voici 3 procédures d 'accès aux soins non programmés, pouvant éviter un passage aux urgences**

**Consultations 7j/7j  
de 8h à 22h**

**uniquement sur rendez-vous** après  
régulation au: **08 25 56 91 91**



**Pôle santé MEDI-CENTRE**  
Val d'Essonne – les deux vallées  
19-23 rue de la libération  
**91750 CHEVANNES**



**En semaine :**

**SNP91.net**

VOS PROFESSIONNELS  
DE SANTÉ DE VILLE  
SE MOBILISENT

Service de soins non  
programmés accessible:  
Lundi au Vendredi > 8h à 18h  
Samedi > 8h à 11h



**Vous avez un problème de santé qui ne relève pas d'une  
urgence vitale et votre médecin n'est pas disponible ?**

Contactez-nous, nous ferons notre possible pour vous proposer une prise en charge.  
(dans les prochaines 24 heures)

**SNP91.net** ☎ **01 64 98 16 17**

**Week-ends et jours fériés :**

Maisons Médicales de Garde de l'Essonne

**WEEK-END ET JOURS FÉRIÉS**

En l'absence de votre médecin traitant

Composez le **01 64 46 91 91**



## ANNUAIRE DES ASSOCIATIONS

Associations	Activités	Contacts
<b>A COEUR OUVERT</b>	Marche tous les mardis Soirées jeux – sorties et voyages	<b>Nicole HIEST</b> Tél. 01 64 98 94 46
<b>ADEBO</b>	Sorties découverte et patrimoine – Concerts - Conférences	<b>Bruno DELECOUR</b> Tél. 01 64 98 81 40
<b>COMITE DES FETES</b>	Soirées à thème, Fête Lantara, Feux de la St Jean, Loto ...	<b>Marie Thé BOSSELUT</b> Tél. 01 64 98 91 21
<b>CYCLISME C.C.V.E.</b>	Cyclisme VTT et route	<b>Nicolas HAZARD</b> Tél. 06 71 14 55 16
<b>GYMNASTIQUE</b>	Gymnastique adulte Gym douce le mercredi	<b>Annie VIZET</b> Tél. 01 60 77 42 03
<b>LES JARDINS D'ONCY</b>	Potager collectif	<b>Eric BERNADOU</b> Tel. 06 71 85 48 93
<b>ONCYMERGE</b>	Plongée – initiation, pratique voyages	<b>David BOURGOIN</b> Tél. 06 03 02 33 34
<b>OUVREZ LES GUILLEMETS</b>	Bibliothèque Municipale, vide-greniers, sorties « nature » Théâtre	<b>Muriel DUHORNAY</b> Tél. 07 77 85 75 72  <b>Audrey HERY</b> Tél. 06 32 17 68 46
<b>LES ARCHERS des TROIS LYS</b>	Tir à l'arc	<b>Isabelle BORNERIE</b> Tél. 06 71 24 58 27

## AUTRES SERVICES à DOMICILE

### L'entraide de voisinage, une valeur sûre.

C'est un moyen de favoriser les rencontres, de maintenir la solidarité entre générations et de créer du lien social

### La livraison des courses

**INTERMARCHE** Tél : 01 64 98 73 32

**FRANPRIX** Tél : 01 64 57 49 72

**Carrefour Market** Tél : 01 64 98 98 40

### Soins et Coiffure à domicile

**Sandy Coiff et Ongles**

Tél : 06 60 98 40 73

**Isabelle Coiffure**

Tél : 06 30 12 73 09



(Sud Essonne Solidarité Aide à Multi Emploi) est une Association Intermédiaire (AI) à but non lucratif, Qu'il s'agisse d'un grand ménage de printemps, d'une aide ponctuelle (petits travaux de rénovation, jardinage, aide au déménagement...) ou de l'entretien régulier de votre habitation ; **SESAME** met à votre disposition du personnel.

7 Chemin du marais

91720 MAISSE

Tél : 01 64 99 47 81 - sesame91.fr

### Les artisans d'Oncy

**SARL HAZARD PERE ET FILS**

**Entreprise de maçonnerie**

Tél. : 01 64 98 83 97 - 06 71 14 55 16

**JOYEUX PATRICK** Entreprise

**Services et fils**

**Entretien de propriétés - Élagage - Abattage - Taille de haie - Création - Petite maçonnerie**

Tél : 01 64 98 75 14 - 06 73 53 06 68

**SARL NORMAND Chauffage**

**Plomberie - Installation - Dépannage - Entretien - Ramonage**

Tél : 01 64 98 68 47

**SAT ELEC SERVICES POT Thierry - Electricité générale**

Tél : 06 43 12 34 64

**GPE NUISIBLES** Lutte contre les parasites

Tél : 01 64 98 85 71 - 07 62 74 38 81

**SARL INTENSITE**

**Électricien - Climatisation**

Tél : 06 30 72 86 42

**AJC2P Adrien JEUNON**

**Plombier - installation de chauffage - pompes à chaleur**

Tél : 07 82 47 46 07

**TAXI MOTA Eric (Oncy)**

Tél : 07 63 19 76 86





# Numéros utiles

<b>Urgences médicales :</b>	<b>15</b>
<b>Pompiers :</b>	<b>18</b>
<b>Gendarmerie :</b>	<b>17</b>
<b>Joindre les services d'urgences avec un téléphone portable</b>	<b>112</b>

<b>Gendarmerie :</b>	<b>01 64 98 80 27</b>
<b>Mairie :</b>	<b>01 64 98 81 40</b>

<b>MédiCentre SOS médecin (7 jours sur 7 – de 8h à 22h) :</b>	<b>08 25 56 91 91</b>
---	-----------------------

<b>Maison médicale de garde (week-end et jours fériés):</b>	<b>01 64 46 91 91</b>
---	-----------------------

<b>Soins non programmés (en semaine en cas de difficulté à joindre votre médecin):</b>	<b>01 64 98 16 17</b>
--	-----------------------

<b>Pharmacie de garde :</b>	<b>32 37</b>
-----------------------------	--------------

<b>Centre Antipoison :</b>	<b>01 40 05 48 48</b>
----------------------------	-----------------------

<b>Maltraitance personnes âgées et/ou handicapées :</b>	<b>39 77</b>
---	--------------

<b>Urgences Gaz de France :</b>	<b>0800 47 33 33</b>
<b>Urgences EDF :</b>	<b>09 72 67 50 91</b>
<b>Urgences eau (VEOLIA) :</b>	<b>09 69 32 35 29</b>