



2021

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION  
VAL D'YERRES VAL DE SEINE

LE +  
**GUIDE**  
**SANTÉ**

-----  
Santé des séniors



VAL D'YERRES  
VAL DE SEINE  
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION



# ÉDITO

*« Les neuf dixièmes de notre bonheur reposent sur la santé. Avec elle, tout devient source de plaisir. » (Arthur Schopenhauer)*

Parce que les questions de santé constituent le deuxième sujet d'inquiétude de la population, après celles liées au travail et à l'emploi, et dans la continuité de la création d'un Contrat Local de Santé, la Communauté d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine souhaite, à travers ce guide, aider chaque habitant du territoire à améliorer ses connaissances sur ses droits en matière de santé et à fluidifier les parcours de soins.

En effet, soucieux du bien-être de nos concitoyennes et concitoyens, les élus communautaires se sont engagés dans une politique locale pour favoriser l'accès aux soins et réduire les inégalités sociales, environnementales et territoriales de santé.

Ainsi, ce guide a été réalisé pour apporter de l'information à tous, et particulièrement aux professionnels du social, du médico-social et de la santé qui accompagnent les personnes au quotidien et qui pourront ainsi expliquer et rendre plus accessibles les démarches en matière de santé. Il est le fruit d'une riche collaboration entre des associations, des institutions, des collectivités locales, des travailleurs sociaux et des professionnels de santé du territoire, et nous les en remercions très sincèrement.

Particulièrement en cette période de contexte sanitaire difficile, la santé apparaît comme notre bien le plus précieux. Nous espérons que ce guide aidera ses lecteurs et lectrices à le préserver. Prenez soin de vous.

**François DUROVRAÏ**  
Président de la Communauté  
d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine,  
Président du Département de l'Essonne

**Christine GARNIER**  
Vice-Présidente  
déléguée à l'habitat et à la santé

Nous remercions tout particulièrement pour leur contribution :

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie et Comité des usagers (CPTS)
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)



### Aidez-nous à améliorer notre guide santé

- *En nous rapportant les erreurs ou les oublis éventuels ;*
- *En nous signalant la mise à jour de coordonnées ;*
- *En nous proposant des idées d'amélioration.*



### Pour nous contacter ou nous rencontrer

- **Comité de conception / Guide Santé**  
*Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine*  
*Direction de la Cohésion Sociale et de la Politique de la Ville*  
*Coordinatrice du Contrat Local de Santé*



[politiquedelaville@vyvs.fr](mailto:politiquedelaville@vyvs.fr)



01 69 73 15 20

## La vieillesse est un stade de la vie porteur de défis

En prenant de l'âge, certaines maladies sont plus fréquentes et ma santé nécessite plus de précautions. Des dispositifs existent pour m'accompagner et m'aider, ainsi que mes proches, à vivre cette période dans la sérénité et à poursuivre mes engagements dans ma vie personnelle et sociale.

### Je suis une personne âgée ou membre de l'entourage d'un séniör :

Pour m'informer et m'orienter sur les aides et démarches adaptées à ma situation, je contacte le Centre Local d'Information et de Coordination en gérontologie (CLIC) :

#### CLIC Essonne Nord-Est Association Nepale



*Draveil*

*Hôpital Dupuytren*

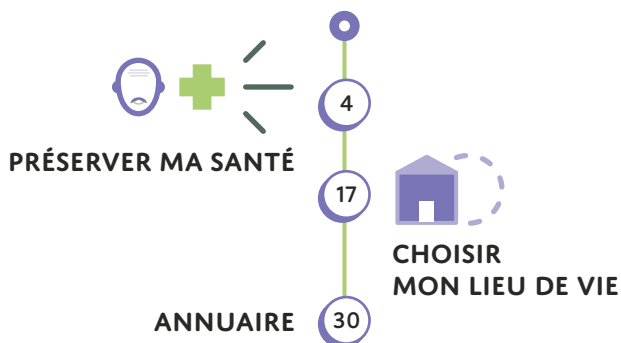
*Bâtiment Pollux (D), Rez-de-chaussée*

*1, avenue Eugène Delacroix*



*01 69 63 29 70*


## SOMMAIRE







# PRÉSERVER MA SANTÉ



page	<b>6</b>	Le médecin traitant, mon interlocuteur principal
page	<b>7</b>	Je me fais dépister
page	<b>8</b>	Je me fais vacciner
page	<b>9</b>	Je prends soin de ma santé bucco-dentaire
page	<b>10</b>	Je prends soin de mes pieds
page	<b>11</b>	Je surveille mon audition
pages	<b>12</b> ... <b>13</b>	J'entretiens ma mémoire
page	<b>14</b>	Je maintiens ma forme physique
pages	<b>15</b> ... <b>16</b>	Je prends soin de mon équilibre psychique

## Le médecin traitant, mon interlocuteur principal

- Mon médecin traitant est le médecin qui me connaît le mieux et auquel je m'adresse en priorité pour mes questions de santé. En prenant de l'âge, il est nécessaire de le consulter régulièrement.
- Le suivi de mon médecin traitant permet :
  - de repérer d'éventuels facteurs de risques pour certaines maladies (maladies cardiovasculaires, ostéoporose...) et de les contrôler ;
  - de parler des problèmes qui peuvent apparaître avec l'âge (vue, audition, dentition...);
  - d'être orienté vers d'autres professionnels de santé si nécessaire.







## Je me fais dépister

Après 60 ans, le risque de cancers est accru.

Dépister permet :

- de diagnostiquer tôt certains cancers (cancer colorectal, cancer du sein...) avant l'apparition de symptômes visibles;
- de pouvoir mieux les soigner;
- de limiter les séquelles liées aux traitements utilisés.

### COMMENT ME FAIRE DÉPISTER ?

J'en parle à mon médecin traitant qui m'orientera vers les dispositifs de dépistage.



## Je me fais vacciner

Avec l'âge, de nombreuses maladies infectieuses peuvent occasionner des complications. Il est donc essentiel de se protéger en fonction des recommandations vaccinales.

Si j'ai plus de 65 ans, il est recommandé entre autres de **me faire vacciner chaque année contre la grippe saisonnière.**

### COMMENT ME FAIRE VACCINER ?

Pour cela :

- je reçois un bon de prise en charge de l'Assurance Maladie pour retirer gratuitement le vaccin en pharmacie;
- je peux me faire vacciner sans ordonnance par :
  - mon médecin traitant,
  - un pharmacien,
  - une infirmière.

## Je prends soin de ma santé bucco-dentaire

- Une mauvaise santé bucco-dentaire a un impact important sur l'état de santé général, notamment en cas de diabète, de maladies cardiovasculaires et de maladies pulmonaires. Chez les personnes âgées, une mauvaise santé bucco-dentaire rend difficile la mastication, ce qui peut entraîner des carences, une dénutrition voire un risque de chute.
- Cela peut également avoir des retentissements importants dans la vie de tous les jours : difficulté à communiquer, baisse de l'estime de soi, repli sur soi... Garder un sourire agréable et une parole facile permet de conserver une image de soi positive et un confort de vie au quotidien.

### QUI CONSULTER ?

- Pour prendre soin de ma santé bucco-dentaire, **je consulte régulièrement un chirurgien-dentiste.**



## Je prends soin de mes pieds

- Les pieds d'une personne âgée sont plus fragiles pour de multiples raisons liées au vieillissement :
  - une peau qui s'affine et s'assèche,
  - une moins bonne circulation du sang,
  - des terminaisons nerveuses altérées,
  - une diminution de la masse musculaire qui nuit à la mobilité,
  - une activité physique réduite.
- Les personnes âgées sont également sujettes à des déformations du squelette du pied liées aux rhumatismes ou à l'arthrose. Les conséquences peuvent être des douleurs, des pertes d'équilibre, des chutes.

### QUI CONSULTER ?

- L'intervention du pédicure-podologue peut être très utile car elle contribue à prévenir les chutes et à favoriser l'autonomie. Dans la plupart des cas, les pédicures-podologues se déplacent à domicile.



## Je surveille mon audition

- Les capacités auditives diminuent avec l'avancée en âge. **Entendre moins bien entraîne des problèmes de communication et peut avoir des conséquences importantes sur la vie des personnes âgées et celle de leur entourage** : désagréments quotidiens, quiproquos, perte d'autonomie, risques d'accidents, repli sur soi.
- Il existe aujourd'hui des **mesures simples qui permettent de prévenir certaines surdités ou de ne pas les aggraver.**

### Les signes d'une baisse de l'audition

- Je tourne la tête pour écouter avec la bonne oreille.
  - Je dois faire un effort pour suivre une conversation.
  - Je fais souvent répéter mes interlocuteurs.
  - Je me sens mal à l'aise en société et j'ai peur de mal comprendre.
  - J'ai du mal à suivre une conversation dans un lieu bruyant ou quand plusieurs personnes parlent à la fois.
  - Au téléphone, je comprends difficilement les noms propres et les nombres.
  - J'ai du mal à entendre la sonnerie du téléphone ou de la porte.
  - J'augmente souvent le son de la télévision ou de la radio.
- **Si je présente au moins 3 de ces signes, j'ai peut-être une baisse de l'audition; je consulte mon médecin traitant.** S'il suspecte une surdité, il m'orientera vers un ORL pour des examens plus approfondis.



## J'entretiens ma mémoire

- Le cerveau n'est pas un muscle, mais il est possible de le stimuler! Et donc de renforcer la mémoire et de la préserver plus longtemps. La clé, c'est d'entretenir ce qu'on appelle nos fonctions cognitives, c'est-à-dire notre capacité à communiquer avec les autres, à acquérir et mémoriser des connaissances, à raisonner... Pour cela, rien de tel que de multiplier chaque jour les occasions de solliciter notre cerveau.

## Solliciter mon cerveau

Je peux par exemple :

- m'adonner à des activités physiques et intellectuelles ;
- rester ouvert aux autres ;
- nouer de nouvelles relations ;
- et surtout m'amuser et me distraire.

Quelques idées: les jeux de société, la lecture, les sorties, les voyages même courts, la musique, les apprentissages nouveaux... sont des activités bénéfiques pour le moral comme pour le cerveau !

## COMMENT EN BÉNÉFICIER ?

Je peux :

- me rendre en accueil de jour dans des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) qui permet de faire des activités collectives adaptées et stimulantes ;
- m'adresser aux services municipaux dédiés aux personnes âgées ;
- m'adresser aux associations qui organisent des activités.





## Je maintiens ma forme physique

● **Au moins 30 minutes d'activité physique par jour, c'est indispensable :**

- pour garder une bonne tonicité musculaire, de la souplesse et de l'équilibre ;
- pour contribuer à prévenir les maladies telles que le diabète, l'ostéoporose ou les maladies cardiovasculaires.

● **Activité physique ne rime pas forcément avec sport :** toute activité qui met mon corps en mouvement et l'amène à dépenser de l'énergie compte.

Par exemple : jardiner, bricoler, faire le ménage, monter les escaliers, descendre un arrêt plus tôt dans le bus, promener le chien... Pour l'équilibre de mon corps et de mon mental, je veille à multiplier les occasions pour bouger. En plus, ça fait du bien au moral, surtout quand je le fais avec d'autres !



## Je prends soin de mon équilibre psychique

- Vieillir peut me paraître douloureux, ou je peux rencontrer des difficultés qui me gênent ou me stressent. Je ressens un mal-être, j'ai des questions, des doutes ; je n'hésite pas à en parler.
- Je peux contacter :
  - mon médecin traitant ;
  - et/ou
  - un psychologue en libéral ou au sein d'une association.

### ? Pour être écouté et accompagné psychologiquement

- Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)
- Association Tempo
- Association Filigrane
- Association PAUSE
- Plateforme téléphonique PSY Île-de-France

Voir Annuaire  
p. 32





En avançant dans l'âge, des troubles psychiques ou comportementaux peuvent également apparaître; il est parfois difficile, pour la personne concernée comme pour son entourage, de réagir. Ces troubles peuvent être le signe d'un mal être ou de maladies, qui peuvent être soignés.


**?** Pour être pris en charge par une équipe médicale en psychiatrie

- *Équipe Mobile de Psychiatrie du Sujet Âgé de l'Essonne (EMPSA 91)*

Voir Annuaire  
p. 31



# CHOISIR MON LIEU DE VIE



pages	<b>18</b> ... <b>19</b>	● Vivre à domicile
pages	<b>20</b> ... <b>21</b>	● Vivre en accueil familial
pages	<b>22</b> ... <b>25</b>	● Vivre en résidence pour personnes âgées
pages	<b>26</b> ... <b>29</b>	● Bénéficier d'aides financières



## Vivre à domicile

- Vivre le plus longtemps possible à domicile est le souhait d'une grande partie des personnes âgées. Des services d'aide et de soins à domicile existent pour me permettre de rester chez moi malgré une perte d'autonomie.

### ● QUELS SONT MES DROITS ?

#### Je peux bénéficier d'une aide à domicile

- **J'utilise le dispositif SAAD**  
Pour réaliser certains actes de la vie courante que je ne peux pas réaliser seul, je peux bénéficier d'aide à domicile par l'intermédiaire d'un **Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (SAAD)**, organismes agréés par le Département.
- Un intervenant qualifié se déplacera à mon domicile pour m'aider dans des tâches telles que ménage, entretien du linge, aide au coucher et au lever, toilette, courses, préparation et prise des repas, petites démarches administratives, compagnie...

### **J'emploie directement l'aide à domicile de mon choix**

Je ne suis pas obligé de passer par un SAAD. Dès que je fais appel à un salarié à mon domicile, j'ai l'obligation de le déclarer; cette déclaration permet à l'organisme gestionnaire de calculer les cotisations et d'établir le bulletin de salaire à mon salarié.

Pour en bénéficier, je dois :

→ **contacter un SAAD** ;

→ ou me renseigner auprès du CCAS de ma commune.

Pour en savoir plus : [cesu.urssaf.fr](http://cesu.urssaf.fr)

### **Je peux bénéficier de soins à domicile**

#### **J'utilise le dispositif SSIAD**

Les Services de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD) permettent aux personnes âgées malades ou dépendantes de recevoir chez elles des soins infirmiers et d'hygiène, sans avoir besoin de se déplacer. Le médecin traitant doit au préalable prescrire les soins nécessaires. Les interventions de soins à domicile sont remboursées à 100%.

Pour en bénéficier, je dois demander à mon médecin traitant ou au professionnel de santé qui me suit :

→ d'envoyer une demande de prise en charge à ma CPAM.

#### **Je ne passe pas par le SSIAD**

Je peux également faire appel à une infirmière libérale, sans passer par un SSIAD.

Pour trouver les professionnels qui vont m'accompagner :

[annuairesante.ameli.fr](http://annuairesante.ameli.fr)

## Vivre en accueil familial

- L'accueil familial est une solution pour les personnes âgées qui ne peuvent ou ne veulent plus vivre chez elles, momentanément ou définitivement. C'est une alternative entre la vie à domicile et l'hébergement en établissement collectif.

### ● COMMENT ÇA MARCHE ?

- 

SEUL  
OU EN  
COUPLE


L'accueil familial est proposé par des accueillants familiaux agréés par le Département.

L'accueillant familial :

  - peut être une personne seule ou un couple ;
  - ne peut pas être membre de la famille de la personne accueillie.
- 

Les accueillants familiaux reçoivent des personnes âgées chez eux et leur font partager leur vie de famille, moyennant rémunération.
- 

L'accueil peut être :

  - temporaire (après une hospitalisation, en cas d'absence des proches...) ou permanent ;
  - à temps partiel (en journée, le week-end...) ou à temps complet.
- 

APA

Les séniors hébergés en accueil familial peuvent faire une demande d'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) « à domicile ».



## COMMENT EN BÉNÉFICIER ?

Je dois :

- contacter le Pôle Accueil familial adultes du Département de l'Essonne.

### Pôle Accueil familial adultes



*Direction de l'autonomie du Département de l'Essonne*

01 60 91 26 06

## Vivre en résidence pour personnes âgées

- Je ne souhaite ou ne peux plus vivre à mon domicile: plusieurs types d'établissements existent, adaptés à ma situation et à celle de mes proches.

### Les résidences autonomie

- Une résidence autonomie est un établissement médico-social destiné aux personnes âgées autonomes (GIR 5 à 6\*), seules ou en couple, qui ne peuvent ou ne veulent plus vivre à domicile. Elle offre une alternative entre le domicile et les maisons de retraite médicalisées (EHPAD) en permettant une vie indépendante dans un cadre sécurisé.

Voir définition  
GIR: p. 26

### COMMENT ÇA MARCHE ?

1



STUDIO → T2

Les résidences autonomie proposent des logements personnels allant du studio au T2, avec des espaces communs partagés par les résidents.

2



Elles offrent diverses prestations :

- la restauration,
- des animations diverses,
- un service de sécurité,
- la blanchisserie.

3



Les soins médicaux y sont assurés par des intervenants extérieurs (professionnels libéraux ou SSIAD).



## COMMENT EN BÉNÉFICIER ?

Je peux :

- m'informer directement auprès des résidences ;
- ou me renseigner auprès du CCAS de ma commune.

Voir Annuaire  
CCAS : p. 31  
résidences :  
p. 36

## Les EHPAD (Établissements d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes)

Les EHPAD sont des établissements d'hébergement et de prise en charge médicalisée des personnes âgées en perte d'autonomie physique et/ou psychique, qui ne peuvent plus vivre à domicile.

## COMMENT ÇA MARCHE ?

L'accueil peut y être :

- temporaire ou permanent ;
- à temps complet ou partiel ;
- avec ou sans hébergement.



1

Les EHPAD proposent :

- des chambres individuelles ou collectives,
- des services divers (restauration, animations),
- une aide à la vie quotidienne (lever, coucher, toilette, repas...),
- des soins médicaux personnalisés grâce à une équipe médicale sur place.



2



## COMBIEN ÇA COÛTE ?

### Les frais d'hébergement

Ils comprennent les frais :

- d'accueil hôtelier,
- de restauration,
- d'entretien,
- liés aux animations et loisirs proposés.

Ils sont variables en fonction de l'établissement et sont à la charge de la personne hébergée. Des aides sont possibles, sous condition de ressources :

- l'Aide sociale à l'hébergement ;
- l'Aide au logement.

### Les frais de dépendance

Ils comprennent les frais liés à l'assistance nécessaire à la vie quotidienne de la personne dépendante. Ils dépendent du degré d'autonomie (GIR). Des aides sont possibles :

- l'Allocation personnalisée d'autonomie (APA).

### Les frais de soins

Leur prise en charge dépend du type d'EHPAD.

Je dois :

- m'informer directement auprès de chaque établissement.

## COMMENT S'INSCRIRE ?

Pour être admis dans un EHPAD, qu'il soit public ou privé, il faut :

- remplir un dossier national unique d'admission, à retirer :
  - sur internet,
  - à l'accueil des EHPAD,
  - dans le CCAS de ma commune.

Voir Annuaire  
CCAS : p. 31  
EHPAD :  
p. 36 à 38



**?** **Pour m'informer et être accompagné dans mes démarches**

- *Centre local d'information et de coordination en gérontologie (CLIC) Essonne Nord-Est*
- *Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS)*

**Voir Annuaire**  
p. 30-31

## Bénéficiaire d'aides financières

### ● QUELS SONT MES DROITS ?

- Quel que soit mon lieu de vie (domicile, accueil familial, résidence), je peux avoir droit à des aides financières en fonction de mon degré d'autonomie et de mes ressources.

### \*Le GIR, c'est quoi ?

Le GIR (« Groupe Iso Ressource ») correspond au **degré de perte d'autonomie** d'une personne âgée. Il est évalué par une équipe de professionnels du Département.

Les personnes avec un GIR de 1 à 4 sont considérées « en perte d'autonomie », celles avec un GIR de 5 à 6 sont considérées « autonomes ».

Pour en savoir plus, je me renseigne **auprès de mon médecin traitant ou du CLIC Essonne Nord-Est.**

### Je suis en perte d'autonomie : j'ai droit à l'APA

- Si je suis considéré en « perte d'autonomie » (GIR 1 à 4\*), j'ai droit à l'**Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)**, versée par le Département. Il en existe deux types.

#### L'APA « à domicile »

Elle m'aide à payer les dépenses nécessaires à la vie à domicile et les adaptations de mon quotidien liées à la perte d'autonomie (prestations d'aide à domicile, travaux d'aménagement du logement, dépenses de transport...).

Définition  
GIR : ci-dessus

### L'APA « en établissement »

Elle m'aide à payer une partie du tarif dépendance en établissement ou en accueil familial.

Pour faire une simulation du montant de l'APA auquel je peux avoir droit : [essonne.fr/sante-social-solidarite/mes-demarches](https://www.essonne.fr/sante-social-solidarite/mes-demarches)



## ● COMMENT BÉNÉFICIER DE L'APA ?

Je dois :

- remplir le dossier disponible sur le site internet du Département : [essonne.fr/sante-social-solidarite/mes-demarches](https://www.essonne.fr/sante-social-solidarite/mes-demarches) ;
- fournir les pièces justificatives requises.

● Une fois ma demande enregistrée, une équipe se déplace à mon domicile pour évaluer avec moi mes besoins. Un plan d'aide me sera alors proposé (montant de l'aide financière, nombre d'heures d'aide à domicile...).

● Pour remplir le dossier, je peux me faire aider par le CCAS de ma commune ou le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) Essonne Nord-Est.





### Je suis autonome : j'ai également droit à des aides

Si je suis considéré « autonome » (GIR 5 et 6\*), je n'ai pas droit à l'APA, mais je peux bénéficier d'autres aides :

#### La prestation d'aide-ménagère à domicile

Versée par le Département, elle finance les interventions d'une aide-ménagère à domicile pour les personnes à faible revenu.

Je dois :

→ **contacter le CCAS de ma commune.**

Voir Annuaire  
CCAS : p. 31

#### Les aides des caisses de retraite

Ma caisse de retraite principale ou complémentaire peut me verser des aides pour faciliter mon maintien à domicile.

Je dois :

→ **m'informer auprès d'elle des aides possibles.**



# ANNUAIRE

## Annuaire des professionnels de santé



Site internet Ameli: [annuairesante.ameli.fr](http://annuairesante.ameli.fr)

## Association Nepale – Réseau de santé pluri thématique Essonne Nord (Gérontologie)



*Sainte-Geneviève-des-Bois*

*2, route de Longpont,*



*01 69 63 29 70*

## Centre Local d'Information et de Coordination en gérontologie (CLIC) – Essonne Nord-Est



*Draveil*

*Hôpital Dupuytren*

*Bâtiment Pollux (D) / Rez-de-chaussée*

*1, avenue Eugène Delacroix*




*01 69 63 29 70*



## Mes démarches



### Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS)

-  **CCAS de Boussy-Saint-Antoine**  
*La ferme - Aile Nord*  
*Cour des associations*  
 01 69 00 13 05
-  **CCAS de Brunoy**  
*Impasse de la mairie*  
 01 69 39 89 08
-  **CCAS de Crosne**  
*31, avenue Jean Jaurès*  
 01 69 49 64 15
-  **CCAS de Draveil**  
*97 bis, boulevard Henri Barbusse*  
 01 69 52 78 88
-  **CCAS d'Épinay-sous-Sénart**  
*14, rue Sainte-Geneviève*  
 01 60 47 85 73
-  **CCAS de Montgeron**  
*101 bis, avenue de la République*  
 01 69 83 69 60
-  **CCAS de Quincy-sous-Sénart**  
*5, rue de Combs-la-Ville*  
 01 69 00 14 13
-  **CCAS de Vigneux-sur-Seine**  
*40, rue Pierre Marin*  
 01 69 83 41 90
-  **CCAS de Yerres**  
*Pôle Social Anthonioz de Gaulle*  
*2 bis, rue du Stade*  
 01 69 49 84 70

## Santé mentale

### Équipe Mobile Psychiatrie du Sujet Âgé de l'Essonne (EMPSA 91)

[Orientation vers les structures adaptées des personnes âgées de plus de 65 ans non connues des secteurs psychiatriques et qui présentent des troubles psychiques ou des perturbations du comportement]

-  **Sainte-Geneviève-des-Bois**  
*7, Rue Paul Langevin,*  
 01 60 15 00 02

## Soutien psychologique

### Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)

[ Entretiens psychologiques gratuits ]



**Ris-Orangis**

*Les Rives de Seine*

*10, quai de la Borde*

*Bâtiment A2, 1<sup>er</sup> étage*



01 69 57 07 01

### Association Tempo

[ Écoute et soutien psychologique tous âges ]



**Ris-Orangis**

*104, rue de Fromont*



01 69 02 45 60

### Association Filigrane

[ Écoute et soutien psychologique tous âges ]



**Évry**

*11, rue des Mazières*



01 60 77 40 08

### Association PAUSE

[ Écoute et soutien psychologique tous âges ]



**Évry**

*509, Patio des terrasses de l'Agora*



01 60 78 10 10

### Plateforme PSY Île-de-France

[ Troubles psychiques en général, entretiens psychologiques gratuits ]



**Téléphone** : 01 48 00 48 00

*Joignable de 13h à 21h, 7j/7*

## Les services municipaux à destination des séniors

### Boussy-Saint-Antoine



#### Service Séniors

La ferme

Aile Nord



01 69 00 13 31

[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

### Montgeron



#### Espace Séniors

Maison de l'amitié

119 ter, avenue de la République



01 69 03 93 92

[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

### Brunoy



#### Service d'Informations et d'Accompagnement des Séniors

Maison de l'amitié

« La Parenthèse »

impasse de la Mairie



01 69 39 97 48 / 01 69 39 89 09

[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

### Quincy-sous-Sénart



#### Service Séniors

3, rue de Combs-la-Ville,

01 69 00 14 13



[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

### Draveil



#### Service Animation Séniors

01 69 52 78 80

### Vigneux-sur-Seine



#### Service Séniors

40, rue Pierre Marin

01 69 83 41 97



[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

### Épinay-sous-Sénart



#### Service Séniors

Foyer Guy Chatais

Villa Charles Lecocq



01 60 47 94 73 / 01 60 47 94 74

[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

## Yerres



### *Maison de l'Amitié*

La Grange au Bois  
10 rue de Concy,



01 69 43 60 46  
[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]



### *Service Bel Âge*

01 69 49 84 83 / 01 69 49 84 77  
[Activités, événements,  
sorties pour les personnes  
de plus de 60 ans]

## Les associations proposant des activités pour les séniors

### Association

#### Le temps des loisirs

[Activités et événements  
à destination des plus de 60 ans]



### *Boussy-Saint-Antoine*

01 69 00 04 72

### Association

#### Club des anciens

[Culture, loisirs, lien social]



### *Épinay-sous-Sénart*

Hôtel de Ville

8, rue Sainte Geneviève



01 60 46 68 17 / 06 71 81 01 36

### Association

#### Culture et Loisirs

[Sorties, spectacles, voyages,  
activités à destination  
des retraités]



### *Crosne*

01 69 49 02 14 / 06 86 81 96 63

## Services d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (SAAD)

### Facilities O Generations



### *Boussy-Saint-Antoine*

15, rue du Gord



01 85 12 02 38

### SAGAD



### *Brunoy*

31, boulevard Charles de Gaulle



01 60 46 34 53

### Accompagnement et Services Aux Personnes (ASAP)



**Draveil**

210, boulevard Henri Barbusse

01 69 42 86 00



### Akaza Services



**Draveil**

11, rue Jean Moulin

01 83 61 00 69



### O2 Care Services



**Draveil**

256, boulevard Henri Barbusse

02 43 72 43 44



### Sabtile



**Épinay-sous-Sénart**

10, avenue Charles Gounod

01 69 43 17 22



### Association pour le Maintien à Domicile des Personnes Âgées (Amadpa)



**Montgeron**

9, avenue de la République

01 69 42 87 88



### Aquarelle Home Services



**Montgeron**

151, avenue de la République

01 69 83 59 60



### DomusVi Domicile



**Montgeron**

4, rue d'Eschborn

01 74 90 39 38



### Centre Communaux d'Action Sociale (CCAS)



**Vigneux-sur-Seine**

40, rue Pierre Marin

01 69 83 41 95



### Senior Services



**Yerres**

2, rue Gustave Caillebotte

01 69 48 35 08



## Résidences autonomie

### Résidence Saint-Thibault



**Boussy-Saint-Antoine**

*Esplanade de la ferme*



01 69 00 84 74

### Résidence Les Passe Roses



**Quincy-sous-Sénart**

*32, rue Boissy-Saint-Léger*



01 69 00 62 61

### Résidence Les Mardelles



**Brunoy**

*1, rue de Franche-Comté*



01 60 46 17 99

### Résidence Gaston Grinbaum



**Vigneux-sur-Seine**

*92, rue Gaston Grinbaum*



01 69 40 10 20

### Résidence du Parc



**Draveil**

*104, Domaine de Villiers*



01 69 42 13 79

### Résidence La Grange aux Bois



**Yerres**

*31, rue du stade,*



01 69 48 88 88

### Maison familiale Les Cèdres



**Montgeron**

*5, rue de l'ancienne église*



01 69 03 52 12

## Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) / Accueils de jour

### Résidence La Gentilhommière

[ Hébergement temporaire ]



**Boussy-Saint-Antoine**

*Unité Alzheimer*

*11, rue du Gord*



01 69 00 67 20

### Résidence Les Marronniers

[ Hébergement temporaire,  
accueil de jour ]



**Boussy-Saint-Antoine**

*Unité Alzheimer*

*10, rue du chemin des plantes*



01 69 52 86 00

### **EHPAD Gutierrez de Estrada**



**Brunoy**

28, avenue de Bellevue



01 60 46 00 41

### **EHPAD Repotel Brunoy**

[ Hébergement temporaire,  
accueil de jour ]



**Brunoy**

3, rue des godeaux



01 60 47 80 00

### **Résidence La Colombière**



**Brunoy**

Unité Alzheimer

9, route de Brie



01 69 39 60 00

### **EHPAD Louise de Vilmorin**

[ Accueil de jour ]



**Draveil**

0, rue Pierre Brossolette



01 69 84 63 00

### **Résidence Le Clos Fleuri**

[ Hébergement temporaire ]



**Draveil**

Allée du clos fleuri,



01 69 42 15 48

### **Résidence Granger – Groupe Domusvi**



**Draveil**

11, avenue Granger



01 60 48 89 20

### **EHPAD Sainte Hélène**



**Épinay-sous-Sénart**

53, rue de Sainte Geneviève



01 60 47 03 40

### **Résidence Korian Le Flore**

[ Hébergement temporaire,  
accueil de jour ]



**Montgeron**

Unité Alzheimer

8, rue René Cassin



01 69 83 45 90

### **EHPAD Le Manoir**

[ Hébergement temporaire ]



**Montgeron**

7, rue Aristide Briand



01 69 83 07 40

### **EHPAD Melavie**

[ Hébergement temporaire ]



**Montgeron**

Unité Alzheimer

83, avenue de la république



01 69 03 51 84

## EHPAD Centre Desfontaines



**Quincy-sous-Sénart**

Unité Alzheimer

8, rue Mère Marie Pia



01 69 71 12 00

## Résidence Korian Tamias

[ Hébergement temporaire ]



**Quincy-sous-Sénart**

18, route de Boussy



01 69 00 56 56

## EHPAD Le Moulin Vert

[ Hébergement temporaire,  
accueil de jour ]



**Quincy-sous-Sénart**

Unité Alzheimer

56, rue Mère Marie Pia



01 69 00 19 99

## Résidence du Cinéma



**Vigneux-sur-Seine**

Unité Alzheimer

47, rue Gaston Grinbaum



01 69 40 40 14

## Résidence Asphodia



**Yerres**

Unité Alzheimer

70, rue Paul Doumer



01 69 83 53 53

## Résidence Sofia

[ Hébergement temporaire,  
accueil de jour ]



**Yerres**

Unité Alzheimer

26-28, rue de Concy



01 69 40 50 00





**Grand froid,  
canicule, épidémie,  
absence de logement,  
précarité...**

- ▶ **si je suis vulnérable  
et/ou en situation  
d'urgence**
- ▶ **ou si j'ai identifié  
quelqu'un dans ce cas**

**Je me signale aux  
structures qui pourront  
m'accompagner :**

- *CCAS de ma commune*
- *Pompiers: 18*
- *Samu: 15*
- *Police: 17*

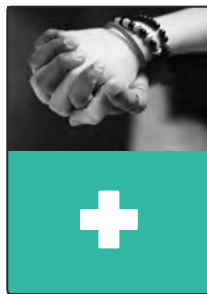
## Les autres thématiques du Guide santé



Accès aux soins



Parentalité  
et petite enfance



Vie sexuelle  
et affective



Maladies  
chroniques



Conduites  
addictives



Handicap  
et invalidité



Santé mentale



Soutien aux  
proches aidants



Accompagnement  
de la fin de vie

## Conception

Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine

### Rédaction et relecture

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie (CPTS) et Comité des usagers
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire de l'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, Centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)

### Conception graphique et mise en page

- Marie Jamon

### Typographies

- « Signika » créée par Anna Giedryś
- « Domus Titling » créée par Just Another Foundry (Shoko Mugikura, Tim Ahrens)
- « Source® Sans Pro » créée par Paul D. Hunt / Adobe

### Iconographie

- **Burst** : Nicole De Khors (p. 4), Shopify Partners (p. 6)
- **Pexels** : Lucas Guimarães (p. 9) / Sam Lin (p. 13) / Rodnae Productions (p. 14) / Andrea Piacquadio (p. 15 et 21) / Luizmedeirosph (p. 16) / Matthias Zomer (p. 25) / Cottonbro (p. 29) / Alex Green (p. 40 *Soutien aux proches aidants*)
- **Pixabay** : Memory Catcher (p. 40 *Accompagnement de la fin de vie*)
- **Unsplash** : Artyom Kabajev (couverture) / Ani Kolleshi (p. 7) / CDC (p. 8) / Hans Eiskonen (p. 10) / Alexandra Lowenthal (p. 12) / Nick Karvounis (p. 18) / Raychan (p. 27) / Youversion (p. 28) / Green Chameleon (p. 30) / Luke Southern (p. 39) / Hush Naidoo (p. 40 *Accès aux soins et Maladies chroniques*) / Aditya Romansa (p. 40 *Parentalité et petite enfance*) / Em M. (p. 40 *Conduites addictives*) / Danny Nee (p. 40 *Handicap et invalidité*) / Christopher Lemerrier (p. 40 *Santé mentale*) / Angelika Agibalova (p. 40 *Soutien aux proches aidants*)

### Impression

Imprimeur Desbouis Gresil, Siret 963201330 00023 / 10, rue Mercure – 91230 Montgeron

Imprimé sur papier certifié PEFC / Ne pas jeter sur la voie publique



Avec le soutien de :



Boussy-Saint-Antoine Brunoy Crosne Draveil Épinay-sous-Sénart Quincy-sous-Sénart Montgeron Vigneux-sur-Seine Yerres

[www.vyvs.fr](http://www.vyvs.fr)