



## Spécial Plan canicule de la Ville d'Etampes

Ce questionnaire concerne les personnes âgées ainsi que toute personne qui a, dans sa famille, une personne âgée isolée. N'hésitez pas à remplir ce questionnaire. Si vous ne pouvez vous déplacer, si vous rencontrez des difficultés à remplir ce document, si aucun membre de votre famille ne peut vous aider soit à remettre ce questionnaire en mairie ou à le remplir, contacter le Centre Local d'Information et de Coordination au 01 60 80 15 67. Une personne dûment habilitée viendra vous rencontrer.

**L'ÉTÉ APPROCHE.** Et avec cette période de l'année, l'éventualité de fortes chaleurs. L'an passé, la ville d'Etampes s'était mobilisée, avant les directives nationales, pour venir en aide aux Etampois qui souffraient de la canicule. Agents hospitaliers, médecins, agents communaux, services sociaux et de secours, bénévoles... une chaîne de solidarité exemplaire s'était mise en place pour faire face à la situation. Aujourd'hui, c'est en prévision de conditions climatiques exceptionnelles et en souhaitant anticiper l'organisation et le bon fonctionnement des interventions communales pouvant avoir lieu, que la ville a souhaité mettre en place un plan canicule spécifique. Si chacun est concerné par ce dispositif, celui-ci s'adresse toutefois principalement à nos aînés car les personnes âgées sont particulièrement sensibles aux variations de température, ce qui tend à accroître leur vulnérabilité. Merci aux personnes âgées ou à leurs familles qui souhaitent obtenir une aide de prendre quelques instants de leur temps pour répondre à ce questionnaire. Et un grand merci à tous les partenaires de ce plan canicule 2004. ■

Franck Marlin, votre maire

### QUESTIONNAIRE

A retourner par courrier ou à déposer avant le 1<sup>er</sup> juillet 2004

En Mairie d'Etampes, place de l'Hôtel-de-Ville, 91150 ETAMPES,  
ou à la Mairie Annexe - Espace Jean-Carmet, avenue des Noyers-Patins,  
ou au Centre Communal d'Action Sociale, 1, rue du Coq,  
ou aux Services techniques, 19, rue Reverseleux.

En cas de forte chaleur, vous pouvez vous faire aider.

Faites-vous connaître auprès du Centre Local d'Information et de Coordination, une personne habilitée\* vous rencontrera.

\*Attention, ne recevoir que les personnes détentrices d'une carte d'accréditation (avec photo) et d'un courrier signé de M. le Maire.

Nom : ..... Prénom : ..... Age : .....

Adresse : .....

..... Commune : .....

Téléphone fixe : ..... Téléphone portable : .....

Vivez-vous :  Seule  En couple (âge du conjoint : ..... ) Autre : .....

Serez-vous absent(e) d'Etampes pendant les mois de juillet et d'août 2004 ?  Oui  Non

Si oui, à quelle période : .....

#### INFORMATIONS UTILES (non obligatoires)

Avez-vous des enfants, un voisin ou une personne aidante pour vous rendre visite pendant votre période de présence à Etampes :  Oui  Non

Si oui, laquelle : ..... Avec quelle fréquence de visite : .....

Nom du médecin traitant : ..... ou remplaçant : .....

Nom d'une personne à joindre en cas d'urgence : .....

Téléphone fixe : ..... Téléphone portable : .....

Pour tout renseignement, contacter le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) :  
Coordination Gérontologique Sud Essonne - 19, promenade des Prés - 91150 ETAMPES - Tél. 01 60 80 15 67.  
Du lundi au vendredi entre 8 h et 17 h.





# Les numéros utiles à garder près de votre téléphone

Urgences



poste fixe : 15



portable : 112



Pompiers 18

Maison médicale d'Etampes 01 60 90 15 33

Standard disponible en dehors des horaires d'ouverture des cabinets médicaux : soit le samedi de 14 h à 20 h et le dimanche de 8 h à 20 h.



Centre antipoison 01 40 05 48 48

Centre Local d'Information et de Coordination 01 60 80 15 67

Votre médecin

Votre hôpital

Votre gardien

Votre voisin

## Les précautions à prendre

Une canicule est une période de fortes chaleurs qui dure plusieurs jours et qui peut avoir des conséquences sur la santé.

Les fortes chaleurs peuvent ainsi aggraver les maladies existantes comme les maladies cardiovasculaires.

Lorsque le corps n'arrive plus à contrôler sa température qui augmente alors rapidement, on peut être victime d'un coup de chaleur qui peut être mortel.

Les premiers symptômes des troubles liés à la chaleur sont les suivants : une insomnie inhabituelle ; des crampes musculaires ; une soif intense ; une peau chaude, rouge et sèche ; des maux de tête ; des nausées ; des somnolences ; une agressivité inhabituelle ou une grande fatigue.

Alors, préservez votre santé. Prenez connaissance de ces informations et mettez-les en pratique dès les premières grosses chaleurs.

### A savoir

- En période de grosse chaleur, les risques de toxi-infections alimentaires augmentent.
- ✗ Bien respecter la chaîne du froid.
- ✗ Ouvrir le réfrigérateur le moins souvent et le moins longtemps possible.
- ✗ Ne pas laisser les aliments à température ambiante.

## CANICULE = SANTÉ EN DANGER

**ATTENTION ! Une personne victime d'un coup de chaleur est en danger de mort.**

Appelez immédiatement les secours en composant le 15.

En attendant, transportez la personne dans un endroit frais, faites-la boire, enlevez ses vêtements, aspergez-la d'eau fraîche ou mettez-lui des linges humides et faites des courants d'air.

N'hésitez pas à aider et à vous faire aider. Demandez de l'aide à un parent, un voisin si la chaleur vous met mal à l'aise.

Informez-vous de l'état de santé des personnes isolées, fragiles ou dépendantes, de votre entourage et aidez-les à manger et à boire.

Il y a toujours autour de nous une personne âgée isolée qui peut être dans une situation d'inconfort, voire en danger à cause de la chaleur : relayez ce message autour de vous !

**ATTENTION ! Il n'y a pas que les personnes âgées qui peuvent souffrir de la chaleur. Tout le monde est concerné et particulièrement les nourrissons ou jeunes enfants envers lesquels il faut redoubler d'attention.**

**Et surtout, ne jamais rester isolé(e).**

### LES CONSEILS

#### Avant l'été, je me prépare !

Si je prends des médicaments ou si je dois suivre un régime, je demande conseil à mon médecin pour savoir ce que je dois faire en cas de forte chaleur. Je vérifie que je possède un thermomètre pour prendre ma température.

Si je suis seul(e) une partie de l'été, je prévient mes voisins, mon/ma gardien(ne). Si je le souhaite, je leur donne mon numéro de téléphone.

Je peux aussi prendre un abonnement de télé-assistance, en me renseignant auprès du CCAS : 01 64 94 55 72.

#### Pendant la chaleur, je suis prudent(e) je suis les conseils

##### 1 Ne pas laisser entrer la chaleur

Fermez les volets dès le matin et ne les ouvrez qu'à la tombée de la nuit.

Se déshabiller et/ou porter des vêtements en coton et de couleur claire.

Evitez les sorties entre 10 h et 16 h et plus encore les activités physiques : sports, jardinage, bricolage...

Maintenez les personnes dans les pièces et/ou humidifiez le corps plusieurs fois par jour avec un brumisateur ou un gant de toilette.

Si vous sortez, mettez un chapeau ou une casquette à visière mouillée.

Emportez une bouteille d'eau avec vous pour vous hydrater régulièrement.

##### 2 Se rafraîchir

Prenez des douches ou humidifiez vos vêtements, mouillez-vous la tête.

Prenez des bains de pieds réguliers.

Dans le cas où vous possédez un ventilateur ou un climatiseur, pensez à l'utiliser.

Si vous avez trop chaud, essayez de vous installer dans un endroit frais de votre maison ou appartement (cave, parking, gara-

## LE SAVIEZ-VOUS ?

La proportion d'eau dans le corps diminue tout au long de la vie : elle passe de 63 % à 25 ans à 52 % à 70 ans, la fonction rénale s'altère, la structure de la peau se modifie et les phénomènes de sudation deviennent moins performants, la perception de la sensation de soif diminue. Lorsque celle-ci apparaît, la déshydratation est déjà importante. Les microbes aiment la chaleur.



ge). Boire le plus possible, même sans soif (eau, jus de fruits, etc.). Surtout pas d'alcool. Ne pas boire glacé mais à température ambiante.

Manger comme d'habitude (en plusieurs fois si besoin et de préférence des fruits et des légumes sauf s'il y a des risques de diarrhée).

Demander des conseils au médecin au moindre symptôme inhabituel.

Fermez les volets et les rideaux des façades exposées au soleil.

##### 3 Se réhydrater

Mangez des fruits et légumes frais (melon, pastèque, tomate, etc.).

Buvez de l'eau, des jus de fruits ou des tisanes très régulièrement.

Attention aux risques de diarrhées, ne pas boire glacé, boire à température ambiante.



# Spécial commerces

## Le pressing change de propriétaire



Le pressing Notre-Dame au 87, place Notre-Dame, change de propriétaires. Après 44 ans, Denise de Poortère cède sa boutique à Patricia Guillo. *"Je remercie ma clientèle pour sa fidélité pendant toutes ces années. J'ai vu grandir les enfants, qui ont aujourd'hui eux-mêmes des enfants. Je suis une des plus anciennes commerçantes d'Étampes : presque un demi-siècle ! Vous pouvez faire confiance à mon successeur qui est aussi dans le métier depuis des années"*, affirme Denise de Poortère, à qui nous souhaitons une excellente retraite.

## Mary Black Star, Ça déménage !



Mary Black Star, spécialisée dans les coiffures et coupes africaines vient de déménager de la rue de la Juiverie, au 20, rue Paul-Doumer, dans un espace plus vaste et accueillant. Sur place, une coiffeuse installe tresses et tissage sur tous types de cheveux et pour hommes, femmes et enfants. A la vente, le catalogue est riche de centaines de références dans le domaine des cosmétiques et des postiches. Ouvert du mardi au samedi de 10 h à 19 h 30 sans interruption. Tél. 01 60 80 17 66.

## Pour régler vos problèmes informatiques

Steve Quach est un jeune informaticien étampois qui vient aujourd'hui de monter sa propre entreprise, SAE Informatique, un rêve qu'il nourrit depuis de nombreuses années et qui est devenu

aujourd'hui réalité. *"Que se soit pour votre entreprise, à votre domicile, ma société met à votre service des techniciens compétents. C'est cette notion de proximité qui me tient particulièrement à cœur"*, explique Steve Quach. Qui propose une liste de services plutôt impressionnante : construction de PC à la carte, administration de réseau, dépannage de PC, pièces détachées, panel de services, dont la protection contre les virus, sauvegardes permanentes et fiables des données, installation de l'internet en haut débit. Tous ces services sont proposés en partenariat avec les plus grandes marques de matériel. Steve Quach : steve91@wanadoo.fr

## Du nouveau au P'tit Bar



Carole et Olivier viennent de reprendre le P'tit Bar, situé Carrefour des Religieuses, tenu jusqu'alors par Aurore. *"L'esprit reste identique, nous sommes amis et nous avons même conservé le club de motards"*, explique le couple. La formule du midi propose donc toujours son plat du jour et une carte de brasserie. Les horaires néanmoins ont connu quelques aménagements : ouverture à 7 h 30 tous les jours et même 6 h le mardi, jour de marché. Les animations vont aussi continuer : rendez-vous le 21 juin pour la Fête de la musique avec le groupe Sine Quaon None, du rock alternatif et le 13 juillet avec les Hot Chickens, du rock tout court ! D'autres soirées à thème auront lieu et, pour les vrais sportifs, des tournois de baby-foot seront organisés !

## Open It, c'est facile !

L'inventivité de Jean-François Lenoir, un jeune chef d'entreprise étampois dont la société se trouve à Etréchy, vient d'être primée au fameux concours Lépine pour son invention, le système Open-It. A 34 ans, Jean-François Lenoir a reçu le prix du Président pour son système d'ouverture en V pour les produits multimédias : CD, DVD, CD-ROM. Open-It, cela signifie simplement, en anglais, "ouvrez-le !". Et c'est cette simplicité, dans la formulation que dans le

maniement du produit qui pourrait bien faire son succès, comme d'illustres objets découverts au concours Lépine et qui occupent aujourd'hui une belle place dans notre quotidien : le trombone ou la pince en linge par exemple ! Sur le stand, les contacts n'ont d'ailleurs pas cessé de s'enchaîner et l'objectif avoué de commercialiser le produit à grande échelle se dessine de plus en plus clairement. Dès le premier soir du salon, un sujet sur Open-It passait au JT de TF1. Un peu plus tard, un chroniqueur de France 2 faisait une démonstration du produit dans *Télématin*. Des industriels du Danemark ont pris contact avec le jeune entrepreneur et inventeur. Enfin, les plus grands groupes multimédias français rentraient en contact avec le jeune homme, ainsi qu'un groupe d'investisseurs américains ! L'objet, aujourd'hui dûment breveté entre dans une nouvelle phase, celle du développement avant sa commercialisation. *"Les mois prochains vont être décisifs, mais nous avons déjà parcouru un bon bout de chemin avec cette idée, l'aventure doit continuer"*, conclue de façon très optimiste Jean-François. Quand vous tiendrez un exemplaire entre les mains de son système standardisé et répandu à grande échelle, pour ouvrir plus facilement tous vos CD, vous repenserez à lui !

## Atmosphère, atmosphère !

L'Hôtel du Nord, rebaptisé il y a peu l'Hôtel de la Gare vient de connaître d'importants travaux de rénovation en même temps qu'un changement de propriétaires. Ouvert de 5 h du matin à minuit, on peut désormais y déjeuner avec une carte brasserie.

## Fan and Pac



Une toute nouvelle boutique pour les branchés vient d'ouvrir au 5, rue de la Tannerie : Fan and Pac. Dans un premier espace s'exposent les vêtements, très à la mode Street Wear. Dans une seconde pièce, aseptisée, se pratique le piercing. La boutique propose aussi un assortiment de bijoux et d'accessoires. Renseignements : 01 69 78 31 38.

## La lutherie déménage



Xénia Friez est réputée pour son savoir-faire dans le domaine de la lutherie et s'est déjà fait un nom bien au-delà d'Étampes où elle a ouvert son premier magasin il y a un peu plus de deux ans. Depuis un mois, elle vient de déménager : ses violons, ses outils n'ont eu qu'à traverser la rue pour investir de bien plus vastes locaux. En passant du 2 ter, rue Louis-Moreau au 1 ter, la lutherie fait plus que quadrupler sa surface. *"Cela me donne aussi quelques idées : je vais pouvoir organiser des stages de lutherie et offrir des animations musicales à ma clientèle. Je vais ainsi m'ouvrir davantage sur la ville, car la musique, cela doit se partager par le plus grand nombre"*, explique Xénia Friez. L'inauguration aura lieu le 12 septembre à 15 h. Autre bonne nouvelle pour les musiciens : dans son ancienne boutique, un spécialiste de la guitare va reprendre le flambeau.

## Changement de cap chez Didou



Le magasin Didou, au 10, rue Saint-Antoine depuis 10 ans à Étampes développe de nouvelles activités sous l'impulsion de Gwenn, qui a repris la boutique après sa mère en avril dernier. D'importants travaux de rénovation ont même eu lieu pour donner à l'établissement une touche plus claire et moderne. *"Je souhaite faire de ce lieu un espace de rencontre autour des activités manuelles : le point de croix, les serviettes collées, une technique originale qui permet de créer de nombreux objets de décoration, la peinture sur verre..."* Ces stages auront lieu toute l'année et s'adresseront aux adultes comme aux enfants", explique la jeune femme. La partie commerciale en mercerie est conservée, mais pas la lingerie qui bénéficie de 30 % de remise jusqu'à épuisement du stock ! ■



# Spécial Tri sélectif

La ville d'Etampes a reçu plusieurs appels de personnes qui n'avaient pas eu, dans leur boîte aux lettres, le calendrier de collecte. Etampes Info diffuse donc une nouvelle fois cette information, secteur par secteur. Pour toutes demandes, ou renseignements complémentaires, n'hésitez pas à contacter le service Hygiène et sécurité au 01 69 92 67 23 pour toutes informations concernant le guide du tri et le calendrier de collecte. Vous pouvez aussi, pour la distribution des bacs, sacs et cagettes et leur maintenance, contacter la société prestataire Témaco au 01 56 32 31 70. Par ailleurs, dès cette semaine, une enveloppe sera distribuée par la ville dans tous les foyers étampois qui comprendra ce calendrier et un guide spécial encombrants. Gardez-les précieusement !

**Merci de faire attention !**  
Des problèmes sont encore recensés en Centre-Ville et place Saint-Gilles. Certaines personnes sortent leurs ordures ménagères les mauvais jours. Faites, s'il vous plait, preuve de civisme ainsi que de compréhension et changez vos habitudes. Adoptez le bon geste. Regardez votre calendrier pour savoir quand sortir vos poubelles ! On compte sur vous.

## Collecte des ordures ménagères et du tri sélectif

Ce qu'il faut avoir bien en tête ! Vos jours de ramassage, secteur par secteur.

➤ **Secteur 1, Centre-Ville** : les ordures ménagères sont ramassées les lundi, mercredi, vendredi et samedi soir (à partir de 18 h). Les sacs jaunes sont ramassés le mardi et les cagettes pour le verre (seul secteur à bénéficier de ce service) le jeudi.

**A savoir** : la rue Saint-Jacques, des n° 76 à 106 et 49 à 83, la rue Brunard, des n° 10 à 108 et 31 à 109, et la rue Auguste Petit, des n° 2 à 20 et 1 à 35, sont collectés les mêmes jours que le Centre-Ville; c'est-à-dire les lundi, mercredi, et vendredi matin et le samedi soir à partir de 18 h.

➤ **Secteur 2, quartier Saint-Gilles** : les jours de collecte des ordures ménagères sont les lundi, mercredi et vendredi, le bac jaune est ramassé le mardi.

**A savoir** : les ordures ménagères de la place Saint-Gilles sont ramassées le lundi, mercredi et vendredi matin seulement ! comme les autres numéros des rues Saint-Jacques, Brunard et Auguste-Petit.

➤ **Secteur 3, quartier Saint-Martin** : les ordures ménagères sont ramassées le mardi, jeudi et samedi, le bac jaune est ramassé le mercredi.

di, le bac jaune est ramassé le lundi.

➤ **Secteur 4, quartier du Petit-Saint-Mars** : les ordures ménagères sont ramassées le lundi, mercredi et vendredi et le bac jaune le mardi.

➤ **Secteur 5, quartier de Guinette et ZAC du Bois-Bourdon** : les ordures ménagères sont collectées le lundi, mercredi et vendredi et les bacs jaunes le mardi.

➤ **Secteur 6, quartier Saint-Michel Croix-de-Vernailles** : les ordures ménagères sont ramassées le lundi, mercredi et vendredi. Le bac jaune est ramassé le jeudi.

➤ **Secteur 7, quartier Saint-Pierre et Coquerive** : les ordures ménagères sont ramassées le mardi, jeudi et samedi et le bac jaune, le mercredi.

➤ **Secteur 8, Dans les hameaux (Guignonville, Le Chesnay, Pierrefitte, l'Humery, Valnay et Villesauvage)** : les ordures ménagères sont ramassées le mardi et le samedi. Les bacs jaunes sont collectés le lundi à Valnay, l'Humery, Villesauvage et Pierrefitte. Le mercredi à Guignonville et le jeudi au Chesnay. ■

## Un nouveau service municipal à la carte opérationnel dès lundi 14 juin : Allô encombrants !

Après l'ouverture de la déchèterie, un nouveau dispositif municipal se met en place pour collecter les encombrants des Etampois qui ne peuvent se rendre dans la zone industrielle intercommunale pour y déposer leurs objets. Simple d'utilisation, pratique... un service facile comme un coup de fil !

**simplifiez la vie !**

**Allo encombrants**  
01 69 92 68 05

→ **Qui peut utiliser ce nouveau service municipal ?**  
Ce service d'enlèvement à domicile des encombrants est accessible et gratuit pour tous les particuliers domiciliés à Etampes.

→ **Comment ?**  
En téléphonant au 01 69 92 68 05 et en prenant rendez-vous pour un jour de ramassage. Il vous suffira de donner, lors de votre inscription :  
 • Vos nom, adresse et numéro de téléphone.  
 • La liste et le volume des objets encombrants devant être collectés.  
 • La date d'enlèvement souhaitée en fonction du nombre de places disponibles et des jours proposés.  
 Allo encombrants est accessible aux heures d'ouverture du service des Affaires générales.

→ **Quand ?**  
Il est indispensable d'avoir préparé, le jour de l'enlèvement, les encombrants à collecter pour le passage du camion qui s'effectuera de 7 h à 13 h. Votre présence est obligatoire.

→ **Précisions**  
 • Le volume maximum ramassé est de 2 m<sup>3</sup> par date d'enlèvement.  
 • Une 2<sup>e</sup> date vous sera proposée si le volume est supérieur à 2 m<sup>3</sup>.  
 • Les objets acceptés doivent être d'une dimension inférieure à 2 mètres et d'un poids inférieur à 50 kg.

eurogite.expert@wanadoo.fr  
**Pierre Maussion, diplômé**  
 Expert Diagnostic Technique Immobilier et Pathologie du Bâtiment validé par l'Éducation Nationale

- Habitabilité, logement décent, dispositif De Robien
- Tous diagnostics pour l'Acte notarié
- Diagnostics et expertises liés à la santé et à la pathologie du bâtiment : amiante, plomb, etc.

Tél./Fax **01 60 80 03 63** [www.eurogite.fr](http://www.eurogite.fr)

**ALARMES INTRUSION, AUTOMATISMES, VIDÉO-SURVEILLANCE**

9, rue Van-Loo - 91150 Etampes - Tél. 01 64 94 71 61

**CABINET D'EXPERTISE IMMOBILIÈRE**

**François Haillard**  
 Membre de la Chambre des Experts Immobiliers de France

**Loi Carrez** Diagnostic amiante et plomb, états parasitaires  
 Certificat d'habitabilité, contrôle gaz naturel

**Loi SRU** Audit du dispositif de sécurité des piscines

Email : francois.haillard@wanadoo.fr - Fax : 01 60 80 10 84 **01 60 80 08 08**

**Location de salle**  
 Le Moulin des Fontaines

Toutes réceptions privées (mariages, communions, anniversaires, etc.) et associatives (assemblées, repas, lotos, etc.)

Capacité assise : 120 personnes, cuisine équipée, parking privé  
 Le Moulin des Fontaines - avenue de Coquerive (RN 191) 91150 Etampes

Visites et réservations sur place chez Self Immobilier au 01 69 78 07 07