



Guide pratique des seniors



Santé



Résidence



Aides



Transports



Solidarité



Prévention



Sécurité



Loisirs

Bien vivre son âge

Commune
de Châtenois



Sommaire

Chères Castinétaines, Chers Castinétains,

C'est avec grand plaisir que nous vous remettons ce livret « Bien vieillir à Châtenois ». Il a vocation à vous faciliter la vie quotidienne et à être une aide aux Aînés et à leurs proches lors des situations d'urgence qui se présentent un jour ou l'autre. Ce guide sera édité tous les deux ans mais vous aurez le plaisir de consulter les mises à jour sur la version numérique disponible sur le site de la Commune.

Nos Aînés sont une des richesses de notre village par la mémoire qu'ils transmettent, mémoire d'une société qui a évolué mais aussi mémoire de valeurs permanentes qui doivent être transmises pour que la vie en société reste harmonieuse.

Je vous souhaite, à vous nos Aînés, de profiter positivement de cette belle période de la vie dans laquelle vous êtes, dans le cadre de notre belle Commune. Merci aussi pour vos engagements associatifs qui sont précieux.

Merci à la Commission animée par Sylvie LIGNER et Patrick DELSART pour la réalisation de ce guide pratique, qui, nous l'espérons, vous rendra de nombreux services.

Votre Maire
Luc ADONETH



Santé..... p.4



Résidence et adaptation du logement..... p. 7



Aide à domicile..... p. 8
Information, aide administrative,
accompagnement..... p. 9



Transports..... p.12



Solidarité..... p. 14



Prévention..... p. 15



Sécurité..... p.16



Loisirs..... p. 18

Santé

NUMEROS D'URGENCE

SAMU : 15 – Pompiers : 18
Médecins de garde secteur de
Sélestat : 03 69 55 33 33

Médecins généralistes

Dr Joseph DUSSOURD
15 rue de la 1ère Armée
67730 CHATENOIS
03 88 92 10 90

Dr Morgane MASSUYEAU
57 rue du Maréchal Foch
67730 CHATENOIS
03 88 92 88 86

Dr Isabelle GRALL (homéopathe)
27 rue du Hahnenberg
67730 CHATENOIS
03 88 82 32 16

Kinésithérapeutes

Mme Karin FREY HAMI-EDDINE
32 rue du Hattenberg
67730 CHATENOIS
03 88 82 58 46

Mme Sabine MAS
53 rue du Maréchal Foch
67730 CHATENOIS
03 88 82 30 20

M. Alexis MITAINE
et M. Rafaël CHRETIEN
6 rue des Roses
67730 CHATENOIS
03 67 09 31 12

Infirmier(e)s

Mmes Véronique PAYEUR
et Mylène STADNIK
20 rue des Châtaigniers
67730 CHATENOIS
03 88 82 38 08

M. Jean-René ENTZMANN et Mmes
Céline BENOIT et Laurence FLIEG
13 rue de la 1ère Armée
67730 CHATENOIS
09 50 73 51 83

Soins infirmiers Soins d'hygiène

Centre de Soins de Sélestat
7 place du Marché-aux-Choux
67600 SELESTAT
03 88 92 10 10 - 06 81 33 04 97

SSIAD ABRAPA – Services de Soins
Infirmiers À Domicile
6 route de Bergheim
67600 SELESTAT
03 88 92 08 82
ssiad.selestat@abrapa.asso.fr

Pharmacie

21a rue du Maréchal Foch
67730 CHATENOIS
03 88 82 05 90

NUMEROS D'URGENCE : 3237

Ostéopathes

Mme Maiwenn OHLMANN
07 85 48 36 99
et Mme Fiorella ERHART
07 71 03 57 57
11 rue du Vivarais
67730 CHATENOIS
fiorella.osteopathe@gmail.com

M. Laurent FAUGIER
6 rue des Roses
67730 CHATENOIS
03 67 09 31 12

Ergothérapeute

Mme Amour HOFF
11 rue du Vivarais
67730 CHATENOIS
06 48 14 07 82
hoff.amour@monergo.fr

Laboratoire d'analyses médicales

Laboratoire Barrand
3 route de Sélestat
67730 CHATENOIS
03 88 82 01 01

Dentistes

Dr Franck HEIM
15 rue de la 1ère Armée
67730 CHATENOIS
03 88 82 39 67

Hôpital

Centre Hospitalier de Sélestat
23 avenue Louis Pasteur
67600 SELESTAT
03 88 57 55 55

Equipe mobile gériatrique de Sélestat

Centre Hospitalier de Sélestat
23 avenue Louis Pasteur
67600 SELESTAT
03 88 57 72 07

Hôpital de jour

Hôpital de jour gériatrique - UGECAM

23 avenue Louis Pasteur
67600 SELESTAT
03 88 57 71 12

Centre de Jour Liberté (Centre Hospitalier d'Erstein) Hôpital de jour psychiatrique pour adultes

11 avenue de la Liberté
67600 SELESTAT
03 90 56 33 70

Hospitalisation à domicile

Hospitalisation à domicile de Colmar

47 rue Mozart
68000 COLMAR
03 89 80 41 40

Réseau Alsace Gériatologique
122 rue de Logelbach
68020 COLMAR CEDEX
03 89 12 74 74

Permanence à Sélestat au Centre Hospitalier

23 avenue Louis Pasteur
du lundi au vendredi de 8h30 à
12h et de 14h à 17h30
03 88 57 55 55

Résidence et adaptation du logement

Adaptation du logement

Pharmacie de Châtenois

21a rue du Maréchal Foch
67730 CHÂTENOIS
03 88 82 05 90

Médico-Confort (vente en ligne de
matériel médical pour les seniors,
consultez le site : www.medico-confort.fr)

20, rue des Jardiniers
67600 SELESTAT
03 68 05 35 78 - 06 33 27 84 53

S2M (Vente, location de matériel
médical...)

2 place du Marché-aux-Choux
67600 SELESTAT
03 88 08 23 12

Paramédical du Cygne

(Vente, location de matériel
médical...)

13 rue Maison Rouge
Z.I. Nord
67600 SELESTAT
03 88 92 92 00

Maison de retraite

EHPAD du Badbronn

Rue de l'Ortenbourg
67730 CHÂTENOIS
03 88 82 30 03
www.mr-badbronn.fr.st

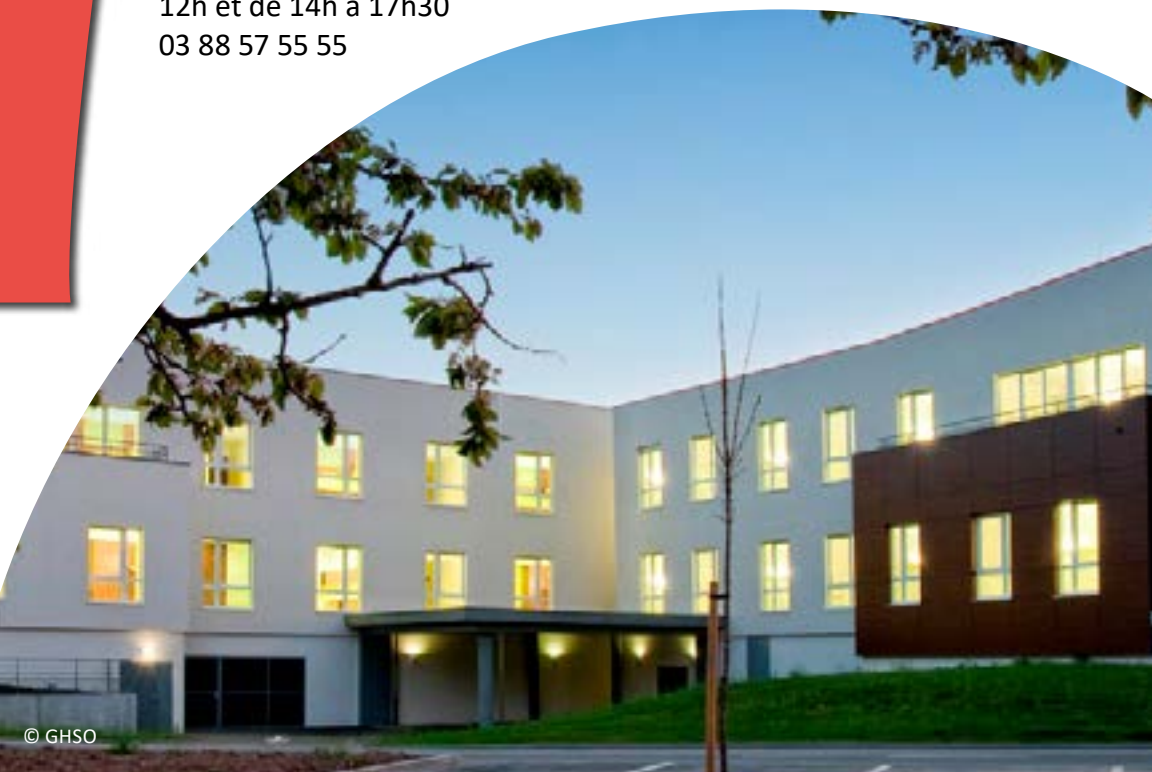
INSCRIPTION via le site

www.trajectoire-ehpad.com

Maison d'accueil « Le Hattenberg »

Accueil en journée « Parasol »

Espace du Cormier
67600 KINTZHEIM
03 90 58 77 71



Aide à domicile

Organismes réalisant uniquement des actes de l'entretien du cadre de vie (ménage, courses...).

ABRAPA (Antenne d'Aide et Accompagnement à Domicile)
6 rue Bergheim - 67600 SELESTAT
03 88 92 94 02
ant.selestat@abrapa.asso.fr

Bonjour assistance
6 rue Saint Léon - 67600 SELESTAT
06 25 90 91 50
bonjour-assistance@me.com

Aux bons soins
2 rue d'Ebersmunster
67600 SELESTAT
03 90 56 29 60 - 03 88 08 15 33
06 33 24 83 99
selestat@auxbonssoins.fr

Multi services express
22 chemin du Strohsackweg
67606 SELESTAT
09 64 20 58 46
06 08 26 95 97
sylva.lecce936@orange.fr

ADHAP Services (Services, Réseau National de maintien à domicile)
6 avenue du Docteur Houllion
67600 SELESTAT
03 88 58 03 85 ou 06 72 41 80 46
adhap67a@adhapservices.eu

AZAE Service Aide aux Particuliers
7 rue du Marteau - 67600 SELESTAT
03 88 82 13 75 ou 06 71 20 15 10 -
www.azae.com

Millepatte
22 rue de Verdun - 67600 SELESTAT
Mme Mélanie MEISEMBOURG
03 90 58 84 80 -
selestat@millepatte.com

O2 Sélestat
18 Place du Marché-aux-Choux -
67600 SELESTAT
Numéro national : 02 43 72 02 02
www.selestat.agence.o2.fr

Solutia Centre Alsace
www.solutia-domicile.com
43 rue des Carlovingsiens
68000 COLMAR - 03 90 50 58 75
cathy.mathis@solutia-domicile.com
alexandra.meyer@solutia-domicile.com

Tremplins Association Intermédiaire
2 rue Saint Léonard
67606 SELESTAT CEDEX
03 88 82 84 85
tremplins67@wanadoo.fr

Laurent BECK Prestations Viticoles et Arboricoles
07 80 05 78 94
laurentbeck.prestations@gmail.com

Information, aide administrative, accompagnement

Mairie de Châtenois
81 rue du Maréchal Foch
67730 CHÂTENOIS
03 88 82 02 74
mairie@chatenois.fr

Horaires d'ouverture :
Lundi au jeudi de 8h15 à 11h45 et de 14h15 à 17h45,
vendredi de 8h15 à 11h45 et de 14h15 à 16h45
et samedi de 9h à 11h.

Réseau Alsace Gérontologique
12 rue du Logelbach B.P. 80469
68020 COLMAR CEDEX
03 89 12 74 74
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30

Unite Territoriale d'Action Médico Sociale
Conseil Départemental du Bas-Rhin
3 rue Louis Lang
B.P. 20247
67606 SELESTAT CEDEX
03 69 33 22 50

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00.

Le Service Social Départemental assure les missions d'accueil, d'orientation, d'accompagnement

des personnes, de prévention et d'évaluation de l'enfance en danger, de lutte contre la précarité et de mise en œuvre de l'insertion.

Ligne d'écoute « Aînés, aidants, wie geht's? »
Aînés, aidants, comment ça va ? »

Ligne d'écoute téléphonique du Conseil Départemental du Bas-Rhin ouverte les lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 18h : 03 88 76 60 50

Espace d'Accueil Seniors (ESPAS)
(Guichet d'information unique et gratuit)
Maison du Conseil Départemental
3 rue Louis Lang
67600 SELESTAT
03 68 33 80 71 - 03 68 33 80 70

sur rendez-vous : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

horaires de permanence : le lundi de 14h00 à 17h00, le jeudi de 9h00 à 12h00

Caisse d'Allocations Familiales du Bas-Rhin

1 rue des Jardiniers
67600 SELESTAT

horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30, le vendredi de 8h30 à 12h00

Des informations sans vous déplacer ?

- par courrier/CAF du Bas-Rhin
18 rue de Berne
67092 STRASBOURG CEDEX
- par téléphone : 0820 256 710
- par internet : www.caf.fr

Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail Alsace-Moselle

Agence de Sélestat
8 rue Sainte Barbe - 67600 SELESTAT

horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 7h30 à 16h30

N° payant : 3960

CICAS Caisses de Retraites Complémentaires AGIRC et ARRCOS

Permanence à la CPAM
2 avenue Schweisguth
67600 SELESTAT
les lundis et mardis en alternance
0820 200 189

Mutualité Sociale Agricole (M.S.A./Caisse de Retraite)

Antenne de Sélestat
7 route d'Orschwiller
67600 SELESTAT
03 88 82 99 20

horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 9h00 à 12h00 et 13h30 à 16h30

Permanence d'un conseiller sur rendez-vous : les mercredis et jeudis.

Permanence téléphonique d'une assistante sociale.

Des ateliers de prévention des chutes sont proposés par la MSA.

Caisse Primaire d'Assurance Maladie de Sélestat (C.P.A.M.)

2 avenue Schweisguth
67600 SELESTAT
N° payant : 3646

horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

le vendredi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00

La CPAM vous propose un examen périodique de santé pris en charge à 100 %.

Centre d'Examen de Santé de la MGEN à Strasbourg
bilandesantestrasbourg@mgen.fr
03 88 21 14 68

Service Social de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie

16b boulevard Thiers
67600 SELESTAT
03 90 57 29 47

Permanence les mardis et jeudis sur rendez-vous à la Caisse Primaire d'Assurance Maladie, 2 avenue Schweisguth à Sélestat.

Permanence d'un conciliateur de justice

Maison de la Citoyenneté
7 rue de l'Hôpital - 67600 SELESTAT
03 88 82 98 97

Permanence sur rendez-vous le lundi matin et après-midi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30
Bureau n°6 – 1er étage

Permanence juridique – Avocats du barreau de Colmar

Maison de la Citoyenneté
7 rue de l'Hôpital - 67600 SELESTAT
03 88 82 98 97

horaires d'ouverture :
1er samedi du mois sans rendez-vous de 9h30 à 11h
bureau n° 7 – 1^{er} étage

ADIL (Association pour le Droit et l'Information au Logement)

Maison de la Citoyenneté
7 rue de l'Hôpital à Sélestat
03 88 82 98 97

horaires d'ouverture :
2^{ème} et 4^{ème} mardi du mois sans rendez-vous de 9h15 à 12h
bureau n° 5 – 1^{er} étage



Transports

Transport Intercommunal de Sélestat – T.I.S.

Un réseau de transport public dessert les 12 communes membres de la Communauté des Communes de Sélestat.

Ligne A : Châtenois – Sélestat - Ebersheim

Ligne B : Scherwiller – Sélestat - Muttersholtz

Un service complémentaire de Transport à la Demande (TAD) pour les petites communes souvent plus excentrées est également à votre disposition pour : Baldenheim, Dieffenthal, Ebersmunster, Kientzville, Kintzheim, La Vancelle, Mussig, Orschwiller.

Carte ½ tarif :

- 60 ans et plus (sous conditions de ressources) (Joindre la dernière feuille d'imposition + 1 photo), validité un an.

- Handicapés 80 % (MDPH) (Joindre la carte d'invalidité + 1 photo), selon la validité de la Carte d'Invalidité.

Pour tous renseignements complémentaires, contacter :

- Agence TIS : 2 route de Colmar
67600 SELESTAT - 03 88 57 70 70

Ambulances - VSL - Taxi

Taxi Nicolas Andres

77 rue du Maréchal Foch
67730 CHÂTENOIS
06 67 60 66 10

Centre Alsace Taxi

12 boulevard du Maréchal Joffre
67600 SELESTAT
03 88 85 15 15

Ambulances VSL Taxi MADER

10 rue Waldkirch
ZI Paradies
67600 SELESTAT
03 88 58 46 20

Inter taxi Jevtic

18 rue Victor Schoelcher
67600 SELESTAT
06 07 27 01 00

ABRAPA

Le service de transport de l'Abrapa propose un accompagnement à pied ou motorisé pour effectuer des trajets ou être accompagné à l'extérieur.

Contact : 03 88 76 42 92 (de 8h à 12h et de 13h à 17h du lundi au vendredi). Téléphoner au plus tard 3 jours avant la date de l'accompagnement.

Des mutuelles faisant partie du Groupe Arpège/Réunica vous permettent de bénéficier de chèques CESU (chèque emploi service universel).

Pour plus d'information :
0810 360 560

Croix-Rouge

Le transport proposé par la Croix-Rouge se fait uniquement les mardis et vendredis :

Place Saint-Georges
67600 SELESTAT

03 88 92 16 76

fax. 03 88 08 67 32

croix-rouge.selestat@wanadoo.fr



Solidarité

Paprika

Epicierie solidaire
2 rue de la Brigade Alsace-Lorraine
67600 SELESTAT
03 88 58 47 56

Emmaüs

6 place Abbé Pierre
67750 SCHERWILLER
03 88 82 05 24

Croix-Rouge

Place Saint-Georges
67600 SELESTAT
03 88 92 16 76
croix-rouge.selestat@wanadoo.fr
Permanence vestiaires :
tous les mardis de 14h à 17h aux
Bains Municipaux,
2 rue Paul Déroulède
67600 SELESTAT

Restos du Cœur

2 rue de la Filature
67600 SELESTAT
03 88 58 48 11

CARITAS

Secours Catholique d'Alsace d'Aide
Sociale d'Urgence
Foyer Saint-Georges
Rue du Gartfeld
67600 SELESTAT
03 88 58 46 83
Permanences : les 1^{er} et 3^{ème}
samedis du mois de 10h à 11h.

Prévention

NUMEROS D'URGENCE

**SAMU : 15 - Police Nationale : 17 -
Pompiers : 18**
Hôpital de Sélestat : 03 88 57 55 55
**Médecins de garde dans le secteur
de Sélestat : 03 69 55 33 33**
**Pharmacie de garde la plus proche
de chez vous : 32 37**

La Mairie de Châtenois dispose d'un
registre communal recensant les
personnes âgées ou handicapées
et isolées résidant à Châtenois.
La démarche d'inscription a pour
objectif de favoriser l'intervention
des services sociaux et sanitaires
en cas de déclenchement par le

Préfet du plan départemental
d'alerte et d'urgence.

Lors de la période caniculaire, la
Mairie est chargée de contacter
ces personnes et ainsi veiller à
leur sécurité, santé et bien-être.

Si vous pensez avoir besoin d'aide
ou si vous avez connaissance de
personnes susceptibles d'être
concernées dans votre voisinage,
**n'hésitez pas à contacter la
Mairie :**

81 rue du Maréchal Foch
67730 CHÂTENOIS
03 88 82 02 74



Sécurité

NUMEROS D'URGENCE

SAMU : 15 - Police Nationale : 17 - Pompiers : 18
N° d'urgence à composer à partir d'un portable : 112

Police Municipale de Châtenois

81 rue du Maréchal Foch
67730 Châtenois - 03 88 82 02 74

Main courante ou plainte ?

Faire une déclaration de main courante, c'est faire consigner les faits sans déposer de plainte : c'est une simple déclaration qui ne constitue pas une preuve judiciaire. Elle n'engendre aucune action judiciaire. La plainte quant à elle est une démarche juridique qui tend à faire poursuivre en justice l'auteur d'une infraction pénale.

La téléalarme

Elle permet de lancer un appel de détresse de façon simple, rapide, sans avoir à composer un numéro de téléphone. Grâce à un système

d'interphone, vous dialoguez immédiatement avec une centrale d'écoute au moyen d'un appareil composé d'un transmetteur et d'une télécommande. Les appels sont reçus jour et nuit : selon les besoins, la centrale prévient un proche ou dépêche le service de secours approprié.

Le retrait d'argent

Lors de vos retraits à un distributeur automatique de billets (DAB), choisissez de préférence ceux qui sont équipés d'un sas de sécurité accessible grâce à votre carte bancaire. Evitez d'effectuer vos retraits d'argent à heures et dates fixes.

Les 4 règles d'or en cas d'agression

1. Ne résistez pas à votre agresseur, votre vie est plus précieuse que vos biens.
2. Appelez **AU SECOURS**, criez aussi fort que possible pour faire fuir votre agresseur.
3. Observez le signalement de votre agresseur, de son véhicule si vous le pouvez.
4. Alerte la police le plus rapidement possible.

Le démarchage à domicile

Pour tout contrat signé, il existe un délai de rétractation de 7 jours. Il vous appartient d'en faire la demande par courrier.

Les objets trouvés

Vous avez perdu un objet qui vous est cher ? N'hésitez pas à vous rendre à la Mairie de Châtenois ou la contacter au 03 88 82 02 74.

Les cambriolages

Bon nombre de cambriolages se passent en journée. Signalez tout mouvement suspect à la Police. Dans le cadre des « opérations tranquillité vacances », des patrouilles de police pourront

être effectuées aux abords de votre domicile lors de vos absences prolongées (vacances, hospitalisation...). N'hésitez pas à prendre attache avec la Police Municipale avant votre départ.

Soyez vigilant lorsque des employés du gaz, de l'électricité, de la poste se présentent à votre domicile. Même si ces personnes sont en uniforme, elles doivent être en mesure de montrer une carte professionnelle. Les vrais professionnels ont été formés à ces mesures de sécurité.

En cas de doute, ne laissez pas entrer la personne chez vous et faites appel à la Police.



Loisirs

La Mairie de Châtenois dispose :

- d'un guide des activités,
- d'un programme du Foyer Socio-culturel ,
- de panneaux électroniques d'information,
- d'une liste des associations castinétaïnes,
- d'un Bulletin Municipal semestriel avec une rubrique Agenda.

Et retrouvez toute la programmation culturelle sur son site : www.mairie-chatenois.fr

La Bibliothèque de Châtenois

Parvis Charles-Louis Marchal
Espace Les Tisserands (ELT)
67730 CHATENOIS - 03 88 82 56 04
Site : bibliochat.canalblog.com
Facebook :
facebook.com/bibchatenois
Email : bibliotheque-chatenois@mediatheque-selestat.net

Horaires d'ouverture :

Les mardis de 15h30 à 18h30
Les mercredis de 10h à 12h
et de 14h à 18h
Les jeudis de 15h30 à 18h30
Les vendredis de 18h à 19h30
Les samedis de 10h à 12h

Le Club Amitié CARITAS

rencontre au CCA
4 rue Saint-Georges
67730 CHATENOIS
le dernier jeudi du mois

Les Tanzmatten

Vous souhaitez être destinataire du programme de la saison culturelle des Tanzmatten, vous pouvez contacter le 03 88 58 85 75 ou vous connecter sur le site : www.tanzmatten.fr

Piscine des Remparts

03 88 58 89 00
piscine-remparts@ville-selestat.fr

Le Cinéma Select

48 rue du Président Poincaré
67600 SELESTAT
08 92 68 50 03 ou 03 88 92 86 16

Bon à savoir

Marché hebdomadaire

place de la Fontaine le jeudi matin
de 7h30 à 12h.

La Poste

Les services de La Poste se trouvent au 8 à Huit (futur Carrefour Express) - 42 rue du Maréchal Foch à CHATENOIS. Du lundi au samedi de 7h30 à 20h. Le dimanche et les jours fériés de 9h à 12h.

Presbytère

rue du Château - 67730 CHATENOIS
03 88 82 07 41

Vétérinaire

Dr Jean-Marie GALL
29 Route de Ste-Marie-aux-Mines
67730 CHATENOIS - 03 88 82 51 82

Portage de repas à domicile

Voir avec les restaurants locaux. La liste est disponible sur le site de la Commune.

SMICTOM d'Alsace Centrale

2 rue des Vosges - 67750 Scherwiller
03 88 92 27 19
www.smictom-alsacecentrale.fr

S.D.E.A

4, rue d'Espagne - 67230 BENFELD
• Accueil technique :
03 88 19 29 50
• Facture/abonnement :
03 88 19 29 99

URGENCE (fuite d'eau, rupture de canalisation) : 03 88 19 97 09

Electricité - Gaz

ENEDIS

Accueil Dépannage Electricité :
09 72 67 50 67
24h sur 24 et 7 jours sur 7

GRDF

• Accueil Dépannage Gaz :
0 810 433 068 - 24h sur 24 et 7 jours sur 7
www.grdf.fr

Ces services peuvent vous informer sur la nature et la durée des incidents affectant le réseau de distribution.

Une odeur ou une fuite de gaz ?

Contactez GRDF Urgence Sécurité Gaz 0 800 47 33 33 (appel gratuit depuis un poste fixe).





15
SAMU

17
Police Nationale

18
Pompiers

112
Numéro d'urgence européen

03 88 82 02 74
Police Municipale de Châtenois

03 69 55 33 33
Médecins de garde secteur de Sélestat

3237
Numéro d'urgence Pharmacie

MAIRIE DE CHATENOIS
81, rue du Maréchal Foch
67730 CHATENOIS
Tél. : 03 88 82 02 74
mairie@chatenois.fr
www.mairie-chatenois.fr