

## 5 GESTES « BARRIERE »

Contre le coronavirus, continuons à pratiquer les **gestes barrière** : restez chez-vous, gardez les distances, lavez-vous souvent les mains, toussiez dans votre coude et saluez sans vous serrer la main

## SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Le centre hospitalier de **Rambouillet** a mis en place une cellule de **soutien psychologique** à destination des malades du COVID-19, hospitalisés ou non, et de leurs familles - [affiche ici](#)-

- Sur place de 9h à 17h 6j/7
- Par téléphone au **01 34 83 68 36** de 9h à 20h 7j/7
- Par mail [psychologues@ch-rambouillet.fr](mailto:psychologues@ch-rambouillet.fr)

Cette mesure vient en complément du **numéro national** d'information.

Numéro vert qui répond aux questions sur le coronavirus.

Ouverte 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, cette plateforme téléphonique permet d'obtenir des informations sur le Covid-19 elle n'est pas habilitée à dispenser des conseils médicaux. Si vous présentez des premiers signes d'infections respiratoires restez chez vous, appelez votre médecin. Si vous avez des difficultés respiratoires et des signes d'étouffement, appelez le **15** ou le **114** pour les personnes ayant des difficultés à parler ou entendre.



## VIOLENCES DOMESTIQUES

La situation actuelle de confinement exacerbe les tensions . **Violences domestiques** : osez en parler !

En cas d'urgence - 17 ou 112 : police-secours  
- 114 : SMS gratuit

Hors urgence, pour signaler des violences, contactez la gendarmerie de Chevreuse 01 30 52 15 48

3919 : numéro d'écoute 7j/7 pour les femmes victimes de violences et leur entourage -[brochure ici](#)-

119 : numéro d'écoute gratuit 7j/7 et 24h/24 pour les enfants/adolescents victimes de violences et leur entourage [allo119.gouv.fr](http://allo119.gouv.fr)

116 006 : numéro [d'aide aux victimes](#)

## VOS ATTESTATIONS DE DEPLACEMENT

Les mesures de confinement étant prolongées jusqu'au 11 mai, vous devrez continuer à vous munir de votre **attestation à chaque déplacement**.

- En ligne sur le [site du gouvernement](#), téléchargeable sur votre smartphone ou tablette
- Version papier à imprimer chez soi - [ici](#) - ou disponible au CCAS
- Sur papier libre si vous ne pouvez pas vous procurer les imprimés

Depuis le 2 avril les conditions de sorties sont assouplies pour les **personnes en situation de handicap** domiciliées chez elles et leurs proches : les sorties ne sont pas limitées à 1h et à 1km, elles ne sont pas limitées non plus dans leur fréquence et leur objet.

Cela ne dispense pas pour autant de l'attestation dérogatoire de déplacement qui doit être accompagnée d'un document attestant de la situation de handicap.

Une forme spéciale **d'attestation FALC** (Facile A Lire et à Comprendre) est disponible -[ici](#)-

Les aveugles et malvoyants sont **dispensés de l'attestation** de déplacement sur présentation d'un document justifiant d'un tel handicap.

## ALIMENTATION

**Le marché** devant resté fermé jusqu'à nouvel ordre, l'union des Commerçants du Marché de Saint-Rémy (UCMSR) s'est organisée. Vous trouverez ci-dessous la liste des commerçants qui prennent les commandes par téléphone et livrent à domicile. Liste plus détaillée [-ici-](#)

- ALKAN Eyad, 06 95 03 55 34, traiteur libanais
- BAROUDI Ouadah, 06 41 33 23 80 ; 07 82 14 66 11, Fruits et légumes
- BELLOUIS REFALO Ludovic, 06 76 96 87 97, Fromager
- BERGOUNOUX Eric, 06 31 58 87 22, Poissonnier
- BINOIS Frédéric, 06 88 75 51 35, Volailleur
- BOSSARD Christophe, 06 80 00 79 87, 01 45 97 69 36, 06 71 20 46 28, Boucherie Jean Claude
- BOULILA Fehmi, 06 65 53 62 37, Fruits et légumes
- BRUAND Jean Marc, 06 83 29 15 34, Apiculteur
- CASUCCIO Arnaud, 06 35 42 17 88, Produits italiens
- EVAIN Christophe, 06 19 27 27 04, produc. légumes
- FERREIRA José, 06 73 85 33 29, Olives, fruits secs, thés
- GERVAIS Laurent, 06 86 92 29 58, Fromager,
- GUILLEMAIN Richard, 01 69 41 21 15, 06 08 81 31 58, Fromager
- HUGUEVILLE Arnaud, 06 08 34 59 93, Poissonnier
- LEFEUVRE Régis, 06 80 87 82 49, Charcutier
- LIONNET Xavier, 06 78 92 77 63, Fruits et légumes
- OLTRA François, 06 83 76 04 08, Tripièr-boucherie
- POUPEL Gilles, 06 86 78 52 05, Volailleur
- ROULAND Robert, 06 13 20 60 99, Charcuterie Sarthoise
- SERVIDIO Giovanni, 06 33 41 30 81, Fruits et légumes
- ROURE Amanda, 07 63 49 33 98, Pain et gâteaux

**Vos commerces locaux** d'alimentation sont aussi ouverts avec des horaires aménagés (comptoir du Lieu-Dit, boucherie, boulangeries, carrefour express, supermarché carrefour). La plupart livrent aussi à domicile. N'hésitez pas à faire travailler « local ».

## VIE PRATIQUE

**Le bureau de Poste** de Saint-Rémy est actuellement fermé jusqu'à nouvel ordre. Les bureaux de poste les plus proches, ouverts pendant le confinement ci-dessous. Liste des bureaux ouverts dans le 78 [-ici-](#)

- Magny-les-Hameaux, 4 place Pierre Bérégovoy- 9h-12h/14h-17h
- Le Mesnil-Saint-Denis, 2 avenue Habert de Montmort- 9h-12h/14h-17h

## CROIX-ROUGE

Dispositif spécial « [Croix-Rouge chez vous](#) » pour les personnes socialement isolées.

Numéro d'appel 09 70 28 30 00 7j/7 - 8h/20h

- écoute
- information/orientation si besoin
- commandes de produits de première nécessité (prix coutant) livrés par des bénévoles

La distribution de l'aide alimentaire à Chevreuse est maintenue pour les personnes qui ont été orientées vers ce dispositif.

Bénévoles et dons

## MERCI !

Un grand merci aux **bénévoles** qui donnent de leur temps, à ceux qui donnent du tissu, à ceux qui cousent (masques, surblouses, sacs ) à ceux qui font les courses des plus fragiles et à ceux qui maintiennent le lien social des plus isolés...

**Poursuivons les efforts.** Si vous souhaitez participer à la confection de masques alternatifs en tissu pour les Saint-Rémois selon les normes AFNOR, faites vous connaître auprès du CCAS : patrons, tissu, élastique et fil vous seront fournis.

Si vous disposez de stock de fil, le CCAS accepte les dons.

**Pendant la période de confinement le CCAS reste ouvert du lundi au vendredi 8h30 -12h puis 13h15 -17h Fermé le mardi après-midi**

**Téléphone** 01 30 47 48 40 **ou** 01 30 47 48 41  
**Courriel** social@ville-st-remy-chevreuse.fr  
 social2@ville-st-remy-chevreuse.fr  
**Adresse postale** 2 rue Victor Hugo  
**Bureaux** 2 rue de la République