



Je suis SENIOR, je suis aidant j'ai besoin d'aide à domicile



• LE MAINTIEN A DOMICILE

Son rôle consiste à apporter aux personnes en difficulté :

- > une **aide matérielle** : tâches ménagères, préparation des repas, aide aux courses, accompagnement chez le médecin, le pharmacien, les commerçants
- > une **aide dans les démarches administratives** de la vie courante
- > une liaison avec la famille
- > un **soutien moral et relationnel**
- > une **assistance renforcée** pour les personnes les plus dépendantes, leur permettant d'accomplir les actes essentiels de la vie courante : lever, transfert, aide à la toilette, coucher, habillage...

• LA TELEASSISTANCE



Il s'agit d'un dispositif portable simple et léger permettant de déclencher l'alerte en cas de chute, de malaise, d'urgence médicale.

Sans décrocher votre téléphone, vous pourrez dialoguer directement avec les sapeurs-pompiers ou médecins du SAMU grâce à un transmetteur. Vous obtiendrez immédiatement une réponse appropriée. L'installation du dispositif est gratuite et la redevance est calculée en fonction de vos revenus.

Les pompiers assurent régulièrement le bon fonctionnement du dispositif.



• LE PORTAGE DES REPAS A DOMICILE

En partenariat avec SOGIREST nous vous livrons vos **repas à domicile** avec **menus spécifiques diabétiques, sans sel ou sans sucre**. Le prix est établi selon le quotient familial (coût de livraison déductible des impôts). Le devis est gratuit.

*Les menus proposés comprennent au choix :
3 entrées, 4 plats (viande ou poisson),
3 légumes verts ou féculents,
3 fromages ou laitage, 4 desserts ou fruits,
Potage + Pain compris.*



Emilienne
avec son aide à
domicile Maria

Entretien avec sa fille
Marie-Laure

• POURQUOI AVOIR FAIT APPEL AU SERVICE ?

En 2007, suite à une hospitalisation assez grave, quelqu'un m'a parlé du Centre Communal d'Action Sociale pour le retour à la maison. Une fois sortie, la mise en place de l'intervention de l'aide à domicile s'est faite très rapidement. Ma maman était très fatiguée, elle ne se déplaçait pratiquement plus : l'aide à domicile a donc effectué les soins du quotidien, l'aide au lever, à l'habillage et à la toilette. Elle a également fait appel au portage de repas. Depuis Emilienne bénéficie du service au quotidien.

• QUEL(S) BÉNÉFICE(S) AVEZ-VOUS RETIRÉ DU SERVICE ?

Depuis ma retraite je suis à 100% aidant. Avoir une aide à domicile pour ma maman cela me soulage. Et puis, il s'est créé une vraie relation

entre Emilienne et son aide à domicile.

Comme elle le dit « toutes les 2, on s'accorde bien ! ». C'est un repère pour maman qui tient quand même à conserver quelques gestes du quotidien ! Il faut avoir un bon relationnel pour ce métier car on rentre dans l'intimité des gens. Heureusement qu'il y a ce service, car cet accompagnement pour vivre au mieux chez elle est primordial, en dehors de ce cocon elle ne se sentirait pas bien !

• QUELS LIENS AVEZ-VOUS AVEC LES AUTRES PRESTATAIRES ?

Maman bénéficie également de soins que les infirmiers assurent à domicile mais l'intervention est différente. Pour les questions administratives, nous voyons avec la responsable du service au CCAS qui nous accompagne dans nos démarches et fait la liaison notamment avec les assistantes sociales. Nous avons également un cahier de liaison qui permet de suivre le service et de déterminer les aides que nous pouvons avoir : le nombre d'heures octroyé, l'APA [Allocation Perte d'Autonomie]. Il y a une relation triangulaire entre : l'aide à domicile, l'aidant et la responsable du service.



COMBIEN ÇA COÛTE ?

L'établissement d'un **devis est gratuit. Aucun frais de dossier ou d'adhésion.**

La référente du pôle social procède au montage du dossier d'aide afin de solliciter une prise en charge auprès des organismes financeurs tels que le Conseil départemental, les caisses de retraite, les mutuelles... Le service se charge de TOUTES les formalités administratives.

Une facture mensuelle est établie pour les services rendus, payable : soit par chèque bancaire, soit par prélèvement automatique, soit par Chèque Emploi Service Universel (CESU) préfinancé.

A NOTER : les prestations d'aide à domicile donnent droit à une RÉDUCTION D'IMPÔT, JUSQU'À -50% OU UN CRÉDIT D'IMPÔT. Le service délivre une attestation fiscale annuelle.



UNE ÉQUIPE PROFESSIONNELLE À VOTRE ÉCOUTE :

Auxiliaires de vie sociale et aides à domiciles qui peuvent intervenir à votre domicile ont les compétences requises, la formation et les qualités humaines pour répondre à vos attentes.

Elles assurent :

- Un suivi régulier des informations
- Une écoute et une discrétion
- Une prestation personnalisée adaptée



LA VEILLE TERRITORIALE (veille hivernale ou plan canicule)

Afin de permettre à la commune de repérer et d'intervenir auprès des sujets à risques, les personnes âgées et/ou en situation de handicap sont invitées à se faire inscrire sur un registre nominatif confidentiel auprès du pôle social.

Un opticien à domicile pour les personnes âgées ou à mobilité réduite.

Un opticien diplômé se déplace à votre domicile avec sa valise contenant les montures mais aussi le matériel d'examen et de prise de mesures précises. Ensuite, l'entreprise vous livre et assure le service après-vente.

Une démarche simple : pour plus d'informations contactez le Pôle social au 04.73.61.06.77.



CLIC : Centre Local d'Information et de Coordination en gérontologie : il anime le réseau des LIS (Lieu Information Senior) service de proximité où un agent du pôle social est prêt à répondre à toutes les premières questions des familles concernant l'avancée en âge : *le maintien au domicile, la santé au domicile (service de soins, d'hospitalisation à domicile, de soins palliatifs,..), les droits des retraités (APA, Aide sociale, mandat de protection future,..), les établissements d'hébergement pour personnes âgées (dossiers de demande d'entrée, listes, tarifs,..), Les activités de loisirs ou de prévention en faveur des retraités.* Il met également en place des actions collectives de prévention concernant le vieillissement.



UNA : Union Nationale de l'Aide, des Soins et des Services aux Domiciles 1^{er} réseau français dans ce domaine.



PUY-DE-DÔME
LE DÉPARTEMENT

LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL DU PUY-DE-DÔME



Je suis SENIOR avec l'envie de bouger

Le pôle social propose un ensemble d'animations en direction des adultes tout au long de l'année.

• LOISIRS :

- Des ateliers « Neurones en folie » pour travailler la mémoire
- Des sorties marche dans le Puy-de-Dôme
- Des sorties cinéma
- Des ateliers créatifs
- Des rencontres belote et scrabble tous les vendredis

Des sorties à la journée et des événements (fête des grands mères, repas convivial) sont ponctuellement proposés.

• COURS DE GYM

En partenariat avec l'association de gymnastique les Vaillants Arvernes, les cours se déroulent de 16h à 17h30, les mardis à la salle de gymnastique Joseph Pinon (espace Raymond Ameilbonne), encadrés par un animateur diplômé qui vous propose une gym douce répondant ainsi à l'écoute de votre corps.

• FOLKLORE AUVERGNAT

Les séances ont lieu le mardi de 18h30 à 20h à l'espace Raymond Ameilbonne

• VOYAGE ANNUEL

• REPAS DE FIN D'ANNEE

Chaque année, avant Noël, les aulnatois de plus de 61 ans sont conviés à un déjeuner dansant à l'Espace Ameilbonne. Pour les personnes ne pouvant ou ne souhaitant pas assister au repas, un colis gourmand est distribué par le Conseil d'administration du CCAS.

Pour tout renseignement contactez le Pôle social :
32 rue de la République - 63510 Aulnat - 04.73.61.06.77

