

CCAS

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE



GUIDE DU BIEN VIEILLIR À BOURGES



É D I T O

Chères Berruyères, Chers Berruyers,

J'ai souhaité dès mon arrivée engager la ville de Bourges dans un agenda 21 de la longévité pour faire de Bourges une ville pour tous les âges, pour tous les usages et pour tous les partages. La démarche « Agenda 21 de la longévité » a pour objectif d'accompagner les effets du vieillissement de la population berruyère : lien social, accessibilité, logement adapté, lutte contre l'isolement... autant de défis que la municipalité souhaite relever.

De nombreux projets en découlent dont la création d'un nouveau guide du « bien vieillir ». À ce titre, un groupe d'habitants et de professionnels intéressés par ce thème a travaillé activement afin que celui-ci corresponde à vos besoins. Vous retrouverez donc toutes les informations nécessaires au mieux vieillir à Bourges avec notamment les coordonnées des acteurs du territoire dont les services du CCAS qui contribuent à la solidarité et à l'accompagnement de nos aînés.

Je vous souhaite une bonne lecture de ce guide afin de découvrir l'ensemble des services que nous avons mis à votre disposition à Bourges.

Yann GALUT

Maire de Bourges-Président du CCAS

BIENVENUE
dans
votre guide sénior

Vous êtes un(e) sénior

**Vous êtes Berruyer(ère) depuis longtemps
ou vous êtes arrivé(e) récemment dans la Ville**

**Vous cherchez des informations, des conseils, de l'aide
concernant :**

- Les loisirs (activités sportives, sorties, animations)
- L'accès au numérique
- L'adaptation de votre logement
- Les services d'aide à domicile (aide au ménage, courses, repas...)
- Les déplacements urbains
- Les structures d'hébergement

PRATIQUE

Les adresses et numéros de téléphone des services présentés dans le texte sont reportés dans l'annexe à la fin du guide.

SOMMAIRE

1. S'INFORMER

- p. 6 L'Accueil Sénior du CCAS
- p. 7 Les autres lieux où s'informer

2. PROFITER DU TEMPS LIBRE

- p. 8 Les animations du CCAS
- p. 9 Les activités numériques
- p. 10 Les activités physiques
- p. 10 Sortir à Bourges
- p. 11 Le réseau des médiathèques
- p. 11 La maison des associations
- p. 12 Devenez bénévoles

3. SE DÉPLACER

- p. 15 Les bus et navettes
- p. 16 Les transports à la demande
- p. 17 Bourges à vélo

4. ÊTRE BIEN CHEZ SOI

- p. 19 Adapter son logement
- p. 21 Les aides à domicile
- p. 22 à 25 Coordonnées des services d'aide à domicile
- p. 26 Les repas à domicile
- p. 27 Se protéger

5. LA SANTÉ

- p. 31 La prévention
- p. 32 Les soins à domicile
- p. 34 Les soins hospitaliers

6. UN HABITAT ADAPTÉ

- p. 37 Changer de logement
- p. 37 Les logements non médicalisés
- p. 38 Les établissements médicalisés

7. LES AIDES FINANCIÈRES ET JURIDIQUES

- p. 41 Les aides financières
- p. 43 Les avantages fiscaux
- p. 44 Les mesures de protection
- p. 46 Les guichets d'accès au droit

8. AIDER LES AIDANTS

- p. 49 Les droits des proches aidants
- p. 49 Les structures de répit
- p. 51 La formation des aidants

ANNEXE

- p. 53 à 71 Annuaire
- p. 73 à 74 Formulaire plan d'alerte et d'urgence canicule

S'INFORMER

BIENVENUE

à l'Accueil SéniOr du CCAS



FOCUS

UN LIEU DE CONSEIL ET D'ORIENTATION

Les conseillers de l'accueil séniOr vous reçoivent avec ou sans rendez-vous et proposent une écoute personnalisée en toute confidentialité.

Selon vos besoins vous serez guidé(e) dans vos démarches et accompagné(e) vers les organismes compétents.

Lors de cet entretien une documentation pourra être mise à votre disposition.

Si vous êtes dans l'impossibilité de vous déplacer, un conseiller peut se rendre à votre domicile.

LA VISITE À DOMICILE POUR ENVISAGER UN PLAN D'AIDE INDIVIDUEL

Vous avez plus de 60 ans, vous ne pouvez pas vous déplacer et vous avez besoin d'informations et de conseils sur votre situation sociale ou administrative...

Nos conseillères sociales de l'Accueil Senior peuvent sur rendez-vous venir chez vous pour évaluer vos besoins et vous aider à construire un plan d'aide sur mesure.

INFOS PRATIQUES



Accueil Senior CCAS de Bourges

Hôtel de ville (1er étage)
11 rue Jacques Rimbault
18000 BOURGES

Hors période de vacances scolaires :

Lundi, mercredi, vendredi
de 9h à 12h et de 13h30 à 17h

Mardi de 13h30 à 17h

Jeudi de 9h à 12h

Pendant les vacances scolaires

Du lundi au Vendredi de 9h à 12h



02.48.23.25.33 ou
02.48.23.25.42



clic.ccas@ville-bourges.fr



LES AUTRES LIEUX POUR VOUS INFORMER

Les travailleurs sociaux de secteur déployés par le Conseil Départemental du Cher peuvent vous accompagner dans différentes démarches (aides financières, accès aux droits...).

Pour en connaître les coordonnées contacter :

Maison Départementale d'Action Sociale de Bourges
Rue Heurtault de Lammerville
18000 Bourges



02 48 23 83 30

PROFITER DU TEMPS LIBRE

VIVRE

pour
le meilleur



Vive le temps libre !

Connaissez-vous le programme d'animations du CCAS ?

Tout au long de l'année notre service animation vous propose des activités collectives alliant découvertes et convivialité : activités culturelles, sorties, ateliers tels l'art floral, le tricopinâges, la stimulation de la mémoire etc...

FOCUS

LES ACTIVITÉS NUMÉRIQUES

De nombreux ateliers sont également proposés gratuitement par les conseillers numériques du CCAS au plus proche de chez vous.

Des ateliers collectifs à thème ont lieu durant plusieurs séances avec un système de progression et de niveau.

Exemples de thématiques proposées :

- J'apprends à utiliser mon smartphone
- Naviguer sur Internet avec son smartphone ou mon ordinateur
- Mon ordinateur et ses accessoires
- Photos et numériques

L'inscription est obligatoire.



En accès-libre

Vous avez une question concernant votre tablette, votre ordinateur, les conseillers numériques vous reçoivent sans rendez-vous dans différents lieux (Centre social de la Chancellerie, Centre social du Val d'Auron, Espace numérique de l'Hôtel de ville, centres commerciaux) pour répondre uniquement à des demandes ponctuelles (hors réparation d'équipement).



LE PROGRAMME DES ANIMATIONS DU CCAS

Un programme de l'ensemble des animations proposées par le CCAS est à votre disposition à l'accueil sénior ou peut vous être envoyé sur demande par le service animation.

Vous pouvez aussi le consulter sur le site de la ville de Bourges en suivant le lien :

www.ville-bourges.fr



Rubrique :

À tout âge, Animations sénior

LES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Vous pouvez participer à des ateliers annuels de prévention tels que l'aquagym, la relaxation détente, le Pilates, la sophrologie, la gym équilibre, la marche.

Un animateur sport séniors encadre également des activités sportives adaptées ponctuelles (vélo Twinner, initiation fléchettes, courses d'orientation...).



Un seul numéro pour se renseigner et s'inscrire au 02.46.08.11.43.



Les écoles de sport séniors

Vous pouvez y découvrir une nouvelle activité pendant un trimestre.

Un programme annuel d'activités variées (golf, badminton, tir à l'arc, Tai Chi Chuan...) est disponible en mairie ou consultable sur le site internet de la ville.



Renseignements au service des Sports 02.48.57.83.27.



inscriptions-ecolesdesport@ville-bourges.fr



www.ville-bourges.fr rubrique sports




À BOURGES
www.sortirabourges.com

Un site pour tout savoir au jour le jour sur les animations dans la ville (manifestations, expositions, conférences, sorties originales, sport, cinéma).

LE RÉSEAU DES MÉDIATHÈQUES

La médiathèque de la ville et le réseau des bibliothèques vous permettent la consultation sur place d'ouvrages, de journaux de façon libre et gratuite. Vous y trouverez également un large choix de films et sélection musicale que vous pourrez emprunter.



FOCUS

Des livres sonores ou en gros caractères sont aussi à votre disposition.

Un service de prêt à domicile est offert aux personnes à mobilité réduite abonnées à la médiathèque.

Médiathèque - les Rives d'Auron - Bd Lamarck
18000 BOURGES



02.48.23.22.50



mediatheque@ville-bourges.fr

LA MAISON DES ASSOCIATIONS

Elle héberge un grand nombre d'associations diverses.

N'hésitez pas à vous y rendre.

Maison des Associations
Marguerite Renaudat
28 rue Gambon 18000 Bourges



ANNUAIRE DES ASSOCIATIONS

Retrouvez par thématique toutes les associations berruyères sur le site de la ville de Bourges


 <https://portail.ville-bourges.fr/asso/annuaire>

CHOISISSEZ LE BENEVOLAT QUI VOUS RESSEMBLE

Préservation de notre bel environnement, aide aux demandeurs d'emploi, soutien aux populations fragilisées, coup de pouce aux associations culturelles ou sportives : les sujets sont nombreux et n'attendent que votre bonne volonté.

 <https://asso.benevolt.fr/>



ZOOM SUR Plateforme Ensembl'



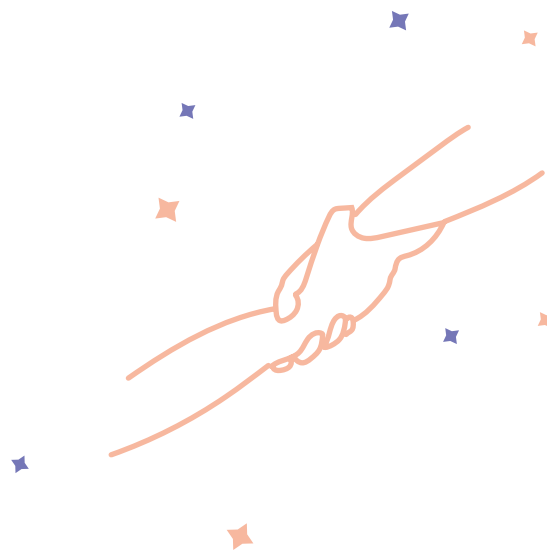
AGENDA 21 de la République CCAS BOURGES

Découvrez ensembl'
le réseau social de votre quartier

échanges entraide solidarité

Disponibles sur  

02.48.23.25.40
de 13h30 à 16h30



ensembl'

le réseau qui crée du lien social et de la solidarité entre voisins.

 COMMENT CELA MARCHE ?

VOUS ÊTES SÉNIOR, demandez de l'aide pour vous faciliter votre vie quotidienne **en toute confiance** :

> **Petits coups de main** (déplacer un tapis, décrocher des rideaux, retourner un matelas),

> **Petits travaux de bricolage et de jardinage** (changement d'ampoule, poser un cadre, planter des légumes...), prêt de petit matériel, covoiturage, promenade occasionnelle, aide administrative.

ENGAGEZ-VOUS DANS LA VIE DE QUARTIER en devenant voisin solidaire avec le CCAS

Vous avez un peu de temps à donner ? Apportez réconfort, savoir-faire et connaissances aux personnes qui en ont besoin dans votre quartier. Le CCAS est là pour vous mettre en relation en toute confiance.

Rejoignez ou créez des événements de votre quartier.

Partagez vos passions ou profitez des manifestations organisées à proximité de votre domicile en toute convivialité.

POUR S'INSCRIRE ? Rien de plus facile ; plusieurs possibilités :

Téléchargez l'application mobile Ensembl' et rejoignez le réseau solidaire de votre quartier !

Pas connecté, pas de problème : contactez le CCAS au 02.48.23.25.40 (de 13h30 à 16h30). Nous vous répondrons avec plaisir.

FOCUS

VISITES À DOMICILE DE COURTOISIE

Vous ne pouvez pas vous déplacer, ne restez pas seul(e) : des visites de courtoisie existent :

Pour partager un temps d'échange, de loisirs, de ballades, de sorties culturelles, de jeux en fonction de vos envies.

Association Unis Cité « solidarités séniors » :



07.62.25.76.74

Association Des Amis des Petits Frères des Pauvres :

127 AV Marcel Haegelen 18000 Bourges



07.56.30.80.20

VISITE DES MALADES DANS LES ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS OU DANS LES EHPAD (VMEH)

Des bénévoles rendent visite à ceux et celles qui se sentent seuls(es) pendant leur séjour hospitalier ou en EHPAD afin de leur apporter un soutien moral.



SE DÉPLACER

SE DÉPLACER
en toute
tranquillité



Des solutions adaptées

Pour vos déplacements dans Bourges plusieurs alternatives s'offrent à vous.

LES SERVICES PROPOSÉS

PAR **aggloBus**
LE RÉSEAU DES TRANSPORTS URBAINS
DE BOURGES ET SON AGGLOMÉRATION

Les bus urbains

Gratuité le week-end

Il existe 2 types d'abonnement annuel

- Pour les moins de 65 ans :
Pass AggloBus
- Pour les plus de 65 ans :
Pass Génération

Le tarif est calculé selon votre quotient familial accessible auprès de la CAF ou de la MSA si vous percevez des prestations sociales de l'un de ces organismes. Dans le cas contraire, le CCAS calculera votre quotient familial et vous délivrera une attestation à remettre à AggloBus.



Sur rendez-vous au 02.48.23.25.48

Les navettes

Idéales pour se déplacer dans l'hyper centre de Bourges, des navettes vous permettent de parcourir 3 circuits différents gratuitement du lundi au samedi.

Libertibus

Ce service à la demande est proposé aux personnes à mobilité réduite ou en situation de handicap, titulaires de la carte mobilité inclusion portant la mention « invalidité ». Il fonctionne du lundi au samedi sur inscription préalable et réservation téléphonique.

libertiBus
LE TRANSPORT ADAPTÉ
DE BOURGES ET SON AGGLOMÉRATION



LES DÉPLACEMENTS À LA DEMANDE

Le service d'aide à la mobilité du CCAS de BOURGES

Si vous êtes retraité(e) et dans l'incapacité d'utiliser seul(e) les moyens de transports existants, le minibus (8 places) du CCAS vient vous chercher et vous reconduit à votre domicile pour vous rendre aux lieux proposés par le service (marchés et supermarchés) selon une programmation mensuelle.

Le déplacement aller/retour coûte 5€ et vous devez vous inscrire 4 jours avant la date choisie.

Le minibus peut également vous accompagner à de nombreuses activités proposées par le service Animation

Aid'O Trans

C'est un transport adapté et payant, destiné aux personnes valides ou en situation de handicap.



Service mobilité



02.48.23.25.24

Programme consultable sur le site de la ville de Bourges en suivant le lien :



www.ville-bourges.fr

Rubrique : À tout âge, accompagnement, calendrier

Les Services d'Aide à Domicile

La plupart des services d'aide à domicile propose un transport véhiculé individualisé d'accompagnement pour les courses, les rendez-vous médicaux, les démarches.

Contactez-les (voir tableau p. 22)

FOCUS

CONNAISSEZ-VOUS « SORTIR PLUS » ?

Si vous avez plus de 75 ans et que vous êtes bénéficiaire d'une retraite complémentaire du groupe AGIRC ARRCO, vous pouvez bénéficier de Chèques Emploi Service Universel (CESU préfinancés) « Sortir Plus ». Moyennant une participation, ils vous aideront à financer des sorties accompagnées par une aide à domicile. Pour obtenir les chéquiers contactez le numéro unique :



0 971 090 971.

« QUAND ON PARTAIT SUR LES CHEMINS... À BICYCLETTE... »

Des vélos à emprunter !

AggloBus propose un service de location de vélos « Cycloplus » (vélos classiques et à assistance électrique).



02.48.50.82.82 ou sur place

23 rue Théophile Lamy à Bourges pour connaître les modalités pratiques.

La location de vélos classiques reste gratuite.



FOCUS

VÉLOS

Sorties vélo accompagnées par un animateur du CCAS Venez découvrir notre patrimoine au travers de différents circuits avec votre vélo et votre casque.

TWINNER

Partagez une escapade à bord d'un Twinner : ce vélo à assistance électrique permet de se déplacer en toute sécurité : seul le conducteur pédale pendant que le passager profite de la promenade ! La conduite du Twinner sera assurée par un animateur.



02.46.08.11.43.



ÊTRE BIEN CHEZ SOI

LE MAINTIEN à domicile



Vous souhaitez continuer à vivre chez vous le plus longtemps possible. Des solutions existent pour adapter et sécuriser votre logement. Quelles sont les aides dont vous pouvez bénéficier ? Comment faire pour mettre en place un service d'aide à domicile ? N'hésitez pas à vous renseigner auprès de l'accueil sénior.

ADAPTER SON LOGEMENT

Différentes interventions sont possibles pour adapter son logement lorsqu'on vieillit : pose de volets roulants automatisés, installation d'une douche à l'italienne, de WC surélevé...

DIAGNOSTIC BIEN CHEZ MOI

Si vous avez plus de 75 ans et êtes retraité(e) du groupe AGIRC ARRCO une étude de l'adaptation de votre logement peut être réalisée par un ergothérapeute (coût à votre charge 15€).



0 971 090 971

Que vous soyez locataire du parc privé ou propriétaire occupant votre logement, des aides financières conditionnées à vos ressources existent. Les dépenses d'installation ou de remplacement d'équipements spécialement conçus pour les personnes âgées ou handicapées ouvrent également droit au crédit d'impôt.

Le dispositif « BIEN CHEZ MOI » proposé par SOLIHA vous permet de bénéficier d'une assistance technique et administrative et d'obtenir des subventions pour le financement de votre projet.



FOCUS

SOLIHA CHER (Solidaires pour l'Habitat)

Parc Comitec - 15 rue Jules Ferry
18000 BOURGES



02.48.68.20.46



bienchezmoi.cher@solihha.fr



Pour vos économies d'énergie

Les aides financières mobilisables
MaPrimeRénov' est une aide à la rénovation
énergétique proposée par FranceRénov',
calculée en fonction de vos revenus et du gain
écologique des travaux. Avant de déposer
votre demande, vous pouvez consulter un
Conseiller France Rénov' auprès de :

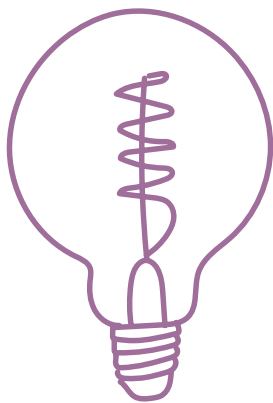
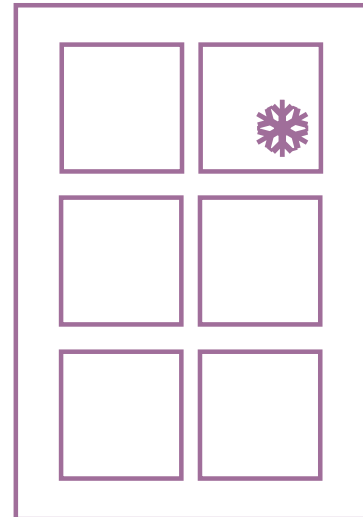
Maison de l'Habitat et du Coeur de Ville
4 Cours Avaricum 18000 BOURGES

 0 800 732 140

 habitat@agglo-bourgesplus.fr

Vous pouvez également déposer votre
demande sur le site :

 www.maprimerenov.gouv.fr



ALEC 18

Agence locale de l'énergie
et du climat du Cher

Agence locale de l'énergie et du climat du cher (ALEC)

L'ALEC18 est une association loi
1901 qui conseille et accompagne les
particuliers qui souhaitent diminuer
leur consommation d'énergie. Des
professionnels vous aident gratuitement
dans votre réflexion et dans les choix à
réaliser sur différentes thématiques :

- les gestes économes du quotidien,
- les travaux d'économie d'énergie,
- les différents modes de chauffage,
- les techniques et matériaux de
construction et de rénovation,

ALEC 18 - Carré des créateurs -
11 rue Maurice Roy - 18000 Bourges

 02 48 69 71 90

 cher@infoenergie-centre.org

METTRE EN PLACE DES AIDES À DOMICILE

Vous pouvez bénéficier d'une aide à domicile si vous avez des difficultés à faire certains gestes du quotidien.

La nature des prises en charge dépend de vos besoins :

- le ménage de votre logement
- l'entretien du linge
- l'aide à la toilette, à l'habillage
- la préparation des repas
- les courses

Trois moyens pour en bénéficier

Vous pouvez employer votre aide à domicile directement : vous la recrutez vous-même et assumez les responsabilités liées à la fonction d'employeur : établir le contrat de travail, la déclaration à l'URSSAF, le licenciement...

L'utilisation du Chèque Emploi Service Universel (CESU) facilite ces démarches. Votre déclaration d'employeur peut se faire directement sur le Site Internet

 <https://www.cesu.urssaf.fr>

 0 806 802 378

Si vous êtes bénéficiaire de l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie (APA) ou de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH), la Fédération des Particuliers Employeurs de France (FEPEM) peut vous proposer un accompagnement personnalisé et gratuit dans les démarches liées à votre statut d'employeur.

 09 70 51 41 41

 <https://cnsa.fepem.org/>

Vous pouvez faire appel à un service mandataire d'aide à domicile :

vous resterez l'employeur mais le mandataire se chargera de certaines tâches administratives (salaire, charges, déclaration URSSAF) pour lesquelles vous réglerez des frais de gestion.

Vous pouvez enfin utiliser un service prestataire d'aide à domicile qui devient l'employeur : le service prestataire vous met à disposition un (e) salarié(e) et vous facture ses interventions toutes charges comprises.

BON A SAVOIR

Il est possible de mettre en place des aides à domicile temporairement, par exemple en sortie d'hospitalisation : pensez à contacter le service social de l'établissement de santé où vous séjournerez ainsi que votre mutuelle.

Suite à une maladie, une hospitalisation ou à l'absence passagère d'un proche, l'aide à domicile momentanée permet, aux retraités(es) de l'AGIRC ARRCO de 75 ans et plus, de bénéficier de 10 heures d'aide à domicile gratuite.

 0 971 090 971

FOCUS

	Service mandataire	Service prestataire	Aide à domicile (entretien logement, linge, repas, courses)	Aide à la toilette /habillage	Garde à domicile		Accompagnement véhiculé	Téléassistance	Petit bricolage /jardinage
ADHAP services 6 Av. de Gionne BOURGES 02.48.658.658 adhap18a@adhap.fr		X	X	X	Jour	X	X	X	X
					Nuit				
ADMR Maison des services de Bourges Parc comitec - 3 rue Jules Ferry BOURGES 02.48.68.54.48 admrmdsbourges@fedel8.admr.org	X	X	X	X	Jour	X	X	X	
					Nuit				
AIDE ET PRESENCE 31 Route de Quantilly ST MARTIN D'AUXIGNY 02.48.64.16.75 aide.et.presence@orange.fr		X	X	X	Jour		X		
					Nuit				
AIDERLAVIE 261 Rte de St Michel BOURGES 02.48.65.29.99 aiderlavie@lentraide18.fr		X	X	X	Jour	X	X		
					Nuit				
ATOUTAGE 4 rue du Bouillet BOURGES 02.48.24.08.76 atoutage.bourges@orange.fr		X	X	X	Jour	X	X	X	
					Nuit				
COTE DOMICILE 35 Avenue Pasteur ST DOULCHARD 02.48.65.81.49 info@cotedomicile.com		X	X	X	Jour		X		
					Nuit				

	Service mandataire	Service prestataire	Aide à domicile (entretien logement, linge, repas, courses)	Aide à la toilette /habillage	Garde à domicile		Accompagnement véhiculé	Téléassistance	Petit bricolage /jardinage
DOMALIANCE 56 Av. marcel Haegelen BOURGES 02.21.00.02.95 resp-bourges@domaliance.fr	X	X	X	X	Jour		X	X	
					Nuit				
FACILAVIE 7 rue de l'Île d'Or BOURGES 02.42.23.06.70 facilavie@orange.fr	X	X	X	X	Jour	X	X		
					Nuit	X			
O2 6 Bd Clémenceau 18000 BOURGES 02.43.72.02.02		X	X	X	Jour		X		
					Nuit				
SENIOR COMPAGNIE 118 rue d'Auron BOURGES 02.48.65.28.48 bourges@senior-compagnie.fr		X	X	X	Jour	X	X		
					Nuit				

SE FAIRE LIVRER DES REPAS À DOMICILE

Des repas complets livrés en liaison froide, prêts à être réchauffés sont proposés par plusieurs services de portage de repas dont celui géré par le CCAS.

Il est possible :

- D'adapter les menus en fonction de votre régime alimentaire (pauvre en sel et/ou en sucre, mixé...).
 - De commander de 3 repas minimum à 7 par semaine.
 - D'opter pour la formule déjeuner ou déjeuner+ diner.
 - D'y faire appel temporairement (sortie d'hospitalisation, fatigue...).
- Mise en place sous 48h (jours ouvrés).

Service de portage de repas du CCAS de Bourges



02.48.23.25.40

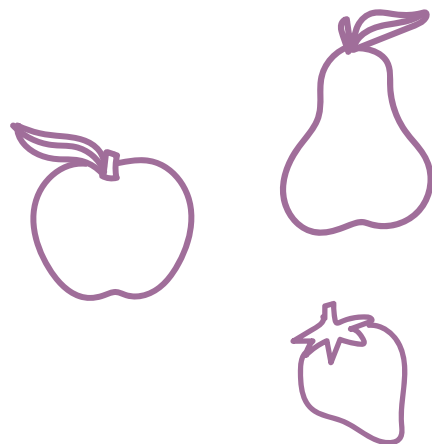
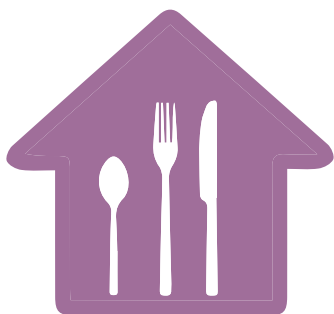


portage.repas@ville-bourges.fr

retrouvez les coordonnées de l'ensemble des services de portage de repas en annexe

Et si vous vous faisiez livrer vos courses à domicile ?

Des commerces de proximité ou grandes surfaces vous proposent sous certaines conditions, une livraison de vos courses. N'hésitez pas à vous renseigner auprès d'eux ou sur leur site Internet.



ETRE EN SECURITE CHEZ SOI

Les systèmes de téléalarme

La téléalarme est un système de sécurisation qui permet aux personnes vivant à domicile d'alerter leurs proches en cas de besoin (chute, malaise, angoisse...) grâce à un médaillon émetteur porté autour du cou ou du poignet. Il existe également des dispositifs de téléassistance mobile avec géolocalisation.

Retrouvez leurs coordonnées dans le tableau des services d'aide à domicile p. 22

Vous pourrez bénéficier d'aides financières selon votre âge, vos ressources, votre autonomie. (Cf Chapitre consacré aux aides financières et juridiques p. 40)



Avoir les bons réflexes

Ne vous isolez pas trop !
Gardez le contact et contribuez au dynamisme de la ville en participant aux animations berruyères.

Si vous n'êtes pas rassuré(e), essayez de privilégier les déplacements accompagnés pour vous rendre dans les commerces, à la banque...

Si vous vous absentez de façon prolongée, pensez à l'opération « tranquillité vacances » : à votre demande des patrouilles seront organisées aux abords de votre domicile.

Inscription auprès du commissariat de Police 6 AV d'Orléans à BOURGES



02.48.23.77.17 ou sur Internet.

Appeler le 17 ou 112 en cas d'urgence.

Et sur Internet

Ne laissez pas votre ordinateur en veille. Eteignez-le quand vous ne l'utilisez pas. N'oubliez pas d'installer des logiciels anti-virus et mettez-les régulièrement à jour.

Pour vos achats en ligne :

- Achetez auprès d'enseignes connues dont le site commence toujours par « https »

- Ne payez en ligne que sur les sites sécurisés par un cadenas ou une clé

Les ateliers animés par les conseillers numériques du service animation du CCAS vous permettront d'apprendre à naviguer en toute sécurité sur Internet.



FOCUS

Pour toutes les questions de sécurité, consultez le guide « séniors ayez les bons réflexes » disponible sur le site du ministère de l'intérieur



www.interieur.gouv.fr



Canicule, Grand Froid, Ne restez pas seul(e) !

Le registre « plan d'alerte et d'urgence » (canicule et grand froid) est géré par le CCAS.

Si vous êtes inscrit(e) sur cette liste nous vous appellerons régulièrement pendant la durée du déclenchement du plan par le Préfet. Retrouvez le formulaire téléchargeable à l'aide du lien suivant :

 https://www.ville-bourges.fr/_medias_/files/pdfs/enregistrement-personnes-vulnerables.pdf

Voir formulaire détachable en annexe p. 73 et 74

Pour tout renseignement complémentaire contacter l'Accueil sénior

 02.48.23.25.33.

En complément, la ville de Bourges s'est dotée d'un système d'alerte à la population afin de prévenir les berruyers grâce à des alertes par mail, SMS ou téléphone au sujet des dispositions à prendre en cas de risques majeurs et imprévus (accident, catastrophe naturelle, forte intempérie, incendie, etc...). Ce service est gratuit pour les usagers. Inscription préalable sur le site

 https://www.ville-bourges.fr/site/alerte_population

Si vous ne disposez pas d'Internet, vous pouvez vous inscrire auprès de l'accueil de l'hôtel de ville.



BOURGES

FORMULAIRE D'ENREGISTREMENT
PLAN D'ALERTE ET D'URGENCE CANICULE

Afin de faciliter l'intervention des services sociaux et sanitaires, le Maire de Bourges est chargé de recueillir les éléments relatifs à l'identité des personnes âgées et personnes handicapées qui en font la demande¹.

A déposer ou à retourner à :
Accueil sénior CCAS – Hotel de ville - Inscription RPVI² (Canicule)
11 rue Jacques Rimbault - CS402016 - 18022 BOURGES Cedex
Mail : canicule@ville-bourges.fr

1. Identification du bénéficiaire

NOM : _____ Prénom : _____
Adresse : _____
Numéro de téléphone fixe : _____ Numéro de téléphone portable : _____
Date de Naissance : _____
Situation familiale : Isolé(e) couple en famille
Disposez-vous d'une téléalarme ? oui non

Je sollicite mon inscription sur le registre des personnes à contacter en cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence consécutif à une situation de risques exceptionnels, climatiques ou autres.

Je demande mon inscription en qualité de :

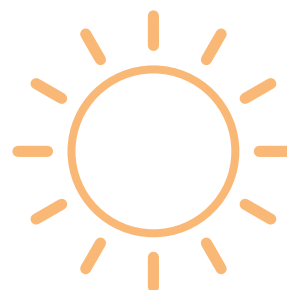
- Personne âgée de 65 ans et plus résidant à son domicile
 Personne âgée de plus de 60 ans reconnue inapte au travail
 Personne adulte handicapée, résidant à son domicile

Je suis informé(e) que cette inscription est facultative et que ma radiation peut être effectuée à tout moment sur simple demande de ma part.

2. Coordonnées du tiers (représentant légal, intervenant médico-social, entourage, parent, ami) qui fait la démarche (si c'est le cas)

NOM Prénom : _____
Adresse : _____
Téléphone : _____ Lien avec la personne à inscrire : _____

¹ Le Maire de Bourges, Responsable de traitement
"Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné au Plan d'Alerte et d'Urgence Départemental. Les destinataires des données sont la Préfecture du Cher et le CCAS de Bourges.
Conformément à la loi "Informatique et Libertés" du 6 janvier 1978, modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant au Correspondant Informatique et Libertés à l'adresse mail suivante : cil@ville-bourges.fr ou par courrier à CIL de la Ville de Bourges, 11 rue Jacques Rimbault, CS50003 – 18020 BOURGES Cedex.
Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant."* RNPVI :
Registre National des Personnes Vulnérables Isolées



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

MIEUX VAUT

prévenir
que guérir



LA PRÉVENTION

On peut être sénior en bonne santé et continuer à prendre soin de soi pour vieillir le plus sereinement possible.

La vaccination

Pensez à faire vos rappels des différents vaccins (grippe, COVID, tétanos...). Renseignez vous auprès des professionnels de santé (médecin, pharmacien, infirmiers).

L'examen de prévention gratuit

L'examen de prévention en santé (EPS) sénior est une offre proposée aux assurés sociaux du régime général et autres. Totalement pris en charge par l'assurance maladie, l'EPS est l'occasion :

- de faire un point sur sa santé,
- de poser des questions à une équipe médicale en toute confidentialité,
- d'être informé(e) et orienté(e) en lien avec le médecin traitant, vers les structures de prise en charge.
- de prévenir les troubles cardiovasculaires, les risques de chute
- de participer aux dépistages organisés du cancer

Pour en savoir plus, renseignez-vous auprès de l'UC-IRSA (Union des Caisses de l'Institut Inter-Régional pour la Santé).

La consultation mémoire

Si vous ou vos proches constatez des troubles de la mémoire, parlez-en à votre médecin traitant. Il pourra vous orienter vers la consultation mémoire du Centre hospitalier J. Coeur ou d'autres établissements de santé.

L'Equipe Mobile Gérontologique Territoriale (EMGT)

Elle a pour mission le dépistage de la fragilité de la personne âgée de 60 ans et plus, autonome ou ayant besoin de peu d'aide. Une infirmière établit gratuitement un bilan de santé complet à domicile (vue, audition, mémoire, mobilité...). Le médecin gériatre de l'EMGT 18 élabore une synthèse ainsi qu'un projet personnalisé de prévention qui seront adressés à la personne elle-même et à son médecin traitant. Une réévaluation aura lieu 3 à 6 mois plus tard.

Pour déclencher l'évaluation de l'EMGT, remplissez le questionnaire « dépistage de la fragilité chez les plus de 60 ans » disponible à l'accueil sénior ou auprès de l'EMGT 18.

« Victorine et les chutes »

L'association Victorine propose des programmes s'inscrivant dans le cadre de la promotion de la santé pour favoriser le développement et le maintien de l'autonomie des séniors de plus de 65 ans. Suite à une évaluation individuelle par une équipe pluridisciplinaire, vous pourrez participer à des ateliers de prévention sur différentes thématiques : adopter les bons gestes, l'équilibre alimentaire, les médicaments, la e-santé, la prévention des chutes.

Renseignements : Association Victorine

LES SOINS À DOMICILE

Les soins infirmiers à domicile

Pour bénéficier de certains soins à domicile sur prescription médicale, vous pouvez faire appel aux infirmiers libéraux installés sur la commune. Les actes relevant de leurs compétences sont nombreux (prélèvements, pansements, surveillance du traitement, soins d'hygiène et de nursing, etc...).

FOCUS


Le Service de Soins de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD)

Il intervient de façon temporaire en cas de maladie, de sortie d'hospitalisation et permet d'organiser à la fois les actes infirmiers et les soins d'hygiène (toilette, habillage, nursing, surveillance de la prise du traitement médical). Il s'agit d'interventions d'aide-soignant(e)s prescrites par un médecin et prises en charge par la sécurité sociale. Les soins techniques restent réalisés par l'infirmier(ère) libéral(e).

Le SSIAD du CCAS dispose de 97 places.

Le SSIAD du centre hospitalier J. Coeur de 20 places

SSIAD CCAS Bourges
Hôtel de ville
11 rue Jacques Rimbault -
18000 BOURGES

 02.48.23.25.39

 ccas-ssiad@ville-bourges.fr

Le Service de Soins Infirmiers à Domicile Innovant (SSIADI)


Le SSIADI du GEDHIF met en oeuvre plus spécifiquement sur prescription médicale des soins et des activités de réhabilitation sociale contribuant au maintien à domicile des personnes âgées en situation de handicap reconnue avant 60 ans. Il propose également des actions de soutien aux aidants.

L'Equipe Spécialisée Alzheimer (ESA) du CCAS



L'ESA accompagne les personnes diagnostiquées de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Une prescription médicale est nécessaire. Elle permet de déclencher une prise en charge à domicile de 15 séances de réhabilitation en lien avec les activités quotidiennes. L'objectif principal est d'améliorer la qualité de vie des patients à domicile ainsi que de leurs aidants.

ESA CCAS Bourges
Hôtel de ville


11 rue Jacques Rimbault -
18000 BOURGES

 02.48.23.25.17

 ccas.esa@ville-bourges.fr




Evaluer
Soutenir
Accompagner



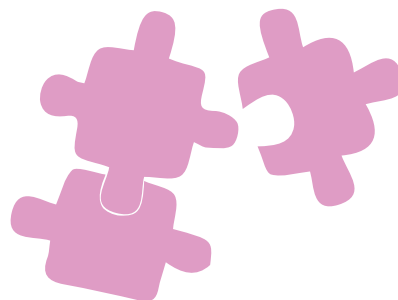
CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

**ACCOMPAGNEMENT
PERSONNALISÉ À DOMICILE**
destiné aux personnes atteintes
de **MALADIE D'ALZHEIMER** ou
MALADIES APPARENTÉES

PAR UNE ÉQUIPE SPÉCIALISÉE ALZHEIMER



BOURGES



LES SOINS EN MILIEU HOSPITALIER

Le Centre Hospitalier Jacques Coeur et l'Hôpital privé Guillaume de Varye

Pour bénéficier de certains soins à domicile sur prescription médicale, vous pouvez faire appel aux infirmiers libéraux installés sur la commune. Les actes relevant de leurs compétences sont nombreux (prélèvements, pansements, surveillance du traitement, soins d'hygiène et de nursing, etc...).

Si vous devez être admis(e) dans un de ces établissements vous pouvez être accompagné(e) dans vos démarches par leur service social, notamment pour préparer votre sortie.

L'Hospitalisation à Domicile (HAD)

L'HAD assure au domicile du patient des soins médicaux et para-médicaux, continus et coordonnés entre le service hospitalier, le médecin traitant et les professionnels de santé de la ville. Ce service dépend du Centre hospitalier Jacques Coeur.

Le Service de Soins de Suite et de Réadaptation (SSR)

Après une opération chirurgicale ou un problème de santé grave, le médecin hospitalier ou traitant

peut prescrire un séjour en SSR (autrefois nommé convalescence ou moyen séjour). La durée moyenne d'hospitalisation dans ces structures est de 3 semaines.

Sur notre territoire, 2 établissements assurent cette prise en charge :

- Le Centre Hospitalier J. Coeur
- Le Centre de Convalescence du Blaudy à St Doulchard

Le Centre Hospitalier George Sand

Si vous souffrez de troubles psychiques vous pouvez bénéficier de soins dispensés par le Centre Hospitalier G. Sand dans le cadre d'une hospitalisation.

Les Centres Médico-Psychologiques (CMP) sont des lieux qui proposent, hors les murs, une écoute, une orientation, des consultations, un accompagnement thérapeutique.



FOCUS

LA PERSONNE DE CONFIANCE

La personne de confiance vous accompagne dans vos démarches et prises de décisions tout au long de votre prise en charge médicale, si vous en avez besoin.

Vous restez destinataire de l'information médicale et c'est vous qui consentez ou non aux soins. La personne de confiance est là pour vous soutenir et faire prévaloir vos volontés.

Si vous êtes hors d'état d'exprimer votre volonté, la personne de confiance sera interrogée en priorité sur vos souhaits. La désignation doit se faire par écrit mais vous pouvez changer d'avis à tout moment.

Lors de toute hospitalisation dans un établissement de santé il est proposé au patient de désigner une personne de confiance pour la durée de l'hospitalis

LES DIRECTIVES ANTICIPÉES

Toute personne majeure peut, si elle le souhaite, faire une déclaration écrite appelée directives anticipées pour préciser ses souhaits concernant sa fin de vie. Ce document aidera les médecins, le moment venu, à prendre des décisions sur les soins à donner, si le patient ne peut plus exprimer ses volontés.

 <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32010>

Les réseaux de santé

Des associations locales ou nationales sont aussi là pour vous aider dans votre parcours de soins (diabète, cancer, Parkinson ...).

Vous en retrouverez une liste à la fin de ce guide.

CHOISIR UN HABITAT ADAPTÉ

QUEL « CHEZ-MOI »
demain
?



Vous désirez vous rapprocher de votre entourage familial ou amical, de commerces et services, votre habitation devient trop grande à entretenir, vous souhaitez prévenir une éventuelle perte de mobilité en choisissant un logement adapté.

Quelles solutions existent à Bourges ?

CHANGER DE LOGEMENT

Le parc immobilier privé

Que vous cherchiez à louer ou à acheter un logement, vous pouvez vous adresser à des particuliers en direct (voir sites spécialisés sur Internet) ou à des agences immobilières.

Les bailleurs sociaux

Vous pouvez accéder à un logement social, à loyer modéré, sous condition de ressources. Deux principaux bailleurs à Bourges : Val de Berry, France Loire.

Formulaire unique de demande de logement social : À votre disposition dans les agences des bailleurs sociaux
Ou demande de logement à faire en ligne : <https://www.demande-logement-social.gouv.fr>

Projet d'habitat intergénérationnel participatif comprenant des appartements adaptés aux séniors.

TROUVER UN HÉBERGEMENT NON MÉDICALISÉ

Les résidences autonomie

Vous avez plus de 60 ans ? Vous souhaitez garder votre autonomie et indépendance dans un environnement sécurisé ? Vous aimeriez créer davantage de liens avec vos voisins, profiter d'activités variées ?

Les résidences autonomie sont faites pour vous.

Le principe :

Chaque résidence se compose d'appartements individuels dont vous êtes locataire. Vous pouvez y recevoir familles et amis et y êtes libre de vos déplacements.

Vous pouvez personnaliser votre logement avec votre mobilier afin de vous sentir chez vous.

Les + :

- Nombreuses activités et ateliers gratuits*
 - Écoute bienveillante et présence 24h/24 de professionnels en cas de besoin
 - Possibilité de déjeuner*
 - Services de minibus pour aider aux déplacements
 - Plus de lien social
- (*ouverts à tous les séniors berruyers)

Selon votre situation financière vous pouvez bénéficier de l'aide au logement ou de l'aide sociale.

Nouveau

Pour découvrir la vie au sein d'une résidence autonomie 2 appartements meublés sont mis à disposition pour un séjour temporaire.

Pour plus d'information, prenez contact au 06.14.13.97.53 

QUARTIER	RÉSIDENCE	CONTACT
Centre-ville	Résidence autonomie Bailly* 23 rue Gilbert Bailly	02.48.24.39.24
Aéroport	Résidence autonomie Guilbeau* 2 rue Guilbeau	02.48.50.34.44
Moulon	Résidence autonomie Raynal* 28 rue Louis de Raynal	02.48.24.40.26

*En 2023, les résidences changent de nom

Les résidences services

Elles sont gérées par des structures privées. Elles proposent à la location des logements de superficie variable assorties de prestations de base et à la carte (restauration, conciergerie, présence 24h/24, animations, possibilité d'accueil temporaire...).

Plusieurs projets de constructions sont en cours à Bourges.

La résidence autonomie Gîte et amitié

C'est un établissement non médicalisé conçu pour accueillir des personnes à mobilité réduite dans des appartements individuels quel que soit l'âge.

Prestations de base et à la carte (restauration, conciergerie, présence 24h/24, animations, possibilité d'accueil temporaire...).

Accueillir un étudiant chez soi

Vous êtes âgé de 60 ans, souhaitez rompre votre isolement, vous disposez d'une chambre libre : pourquoi ne pas héberger un étudiant ?

L'association Ensemble 2 Générations se charge de la mise en relation et des démarches.

Accueil familial social

Qu'est ce que l'accueil familial social ?

- Un hébergement adapté pour une personne âgée, ne nécessitant pas de soins constants, au sein d'une famille en contrepartie d'une rémunération.
- Contrat établi entre l'accueillant et la personne accueillie
- Les familles d'accueil sont agréées par le Président du Conseil Départemental.



TROUVER UN ÉTABLISSEMENT MÉDICALISÉ

Les Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD)

Un EHPAD est un établissement médicalisé privé ou public qui propose un accueil permanent ou temporaire à des séniors autonomes ou en perte d'autonomie physique ou psychique, dans un cadre de vie sécurisé.

Il existe des unités spécifiques pour l'hébergement de personnes atteintes de troubles Alzheimer ou apparentés.

Le coût total d'un hébergement dans un EHPAD est constitué de 3 éléments :

- le prix de journée en hébergement : à charge du résident, selon ses revenus
- possibilité d'obtenir l'aide au logement

et/ou l'aide sociale départementale à l'hébergement (cf.§ aides financières).

- le tarif dépendance :

lorsque le résident a un degré d'autonomie équivalent au GIR 1 à 4, l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie (APA) en Etablissement finance tout ou partie du forfait correspondant à son GIR. En complément et quel que soit son degré d'autonomie, le résident acquitte le forfait dépendance des GIR 5 et 6.

- le forfait soins :

est pris en charge par l'assurance maladie.

Les Unités de Soins de Longue Durée (USLD)

Rattachées à des établissements hospitaliers, elles accueillent des personnes ayant besoin d'une surveillance médicale constante.



FOCUS

VIA TRAJECTOIRE

L'inscription en établissement doit être réalisée sur le portail Internet « Via Trajectoire », service public gratuit confidentiel et sécurisé.

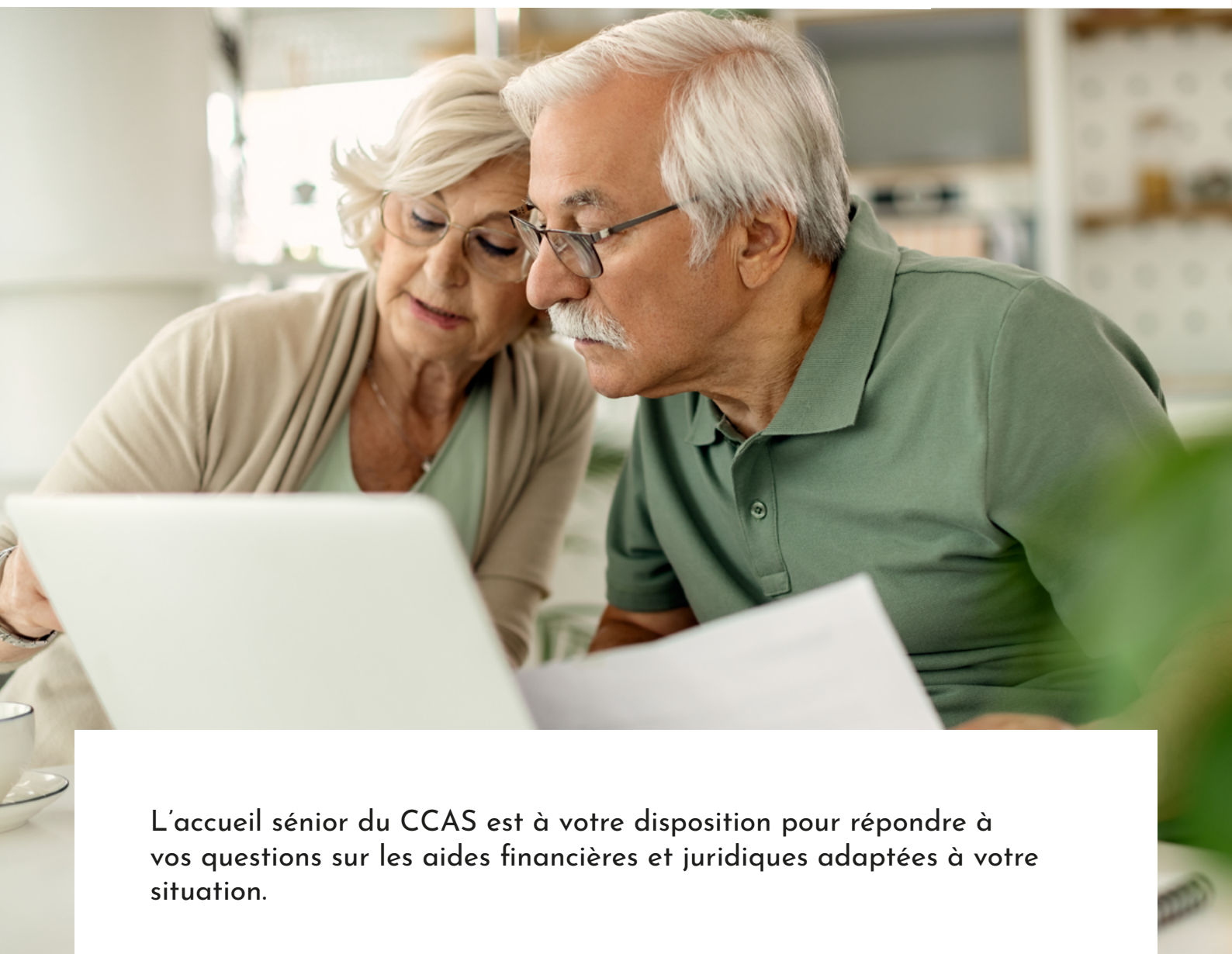
Le site Via Trajectoire propose à toute personne désireuse d'entrer en établissement :

- Un annuaire national des structures d'hébergement
- Une aide à la recherche selon vos critères
- Le dossier unique national de demande d'admission
- La transmission sécurisée des données médicales
- La consultation de l'avancement de votre dossier

 <https://trajectoire.sante-ra.fr>

LES AIDES FINANCIÈRES ET JURIDIQUES

VOUS AIDER
dans
vos démarches



L'accueil sénior du CCAS est à votre disposition pour répondre à vos questions sur les aides financières et juridiques adaptées à votre situation.

LES AIDES FINANCIÈRES

Aider à financer l'aide à domicile

Les caisses de retraites principales et le Département proposent des plans d'aide personnalisés pour soutenir l'autonomie à domicile des personnes âgées.

Le niveau de perte d'autonomie correspond au **GIR (Groupe Iso Ressources)**.

Lors d'une visite à domicile, Il est évalué à l'aide de la grille AGGIR (Autonomie Gérontologie Groupes Iso-Ressources) selon la capacité de la personne à accomplir seule les gestes de la vie quotidienne (se lever, se déplacer, faire sa toilette, prendre ses repas...).

Il existe 6 GIR :

- Le GIR 1 est le niveau de perte d'autonomie le plus fort, le GIR 6 le plus faible.
- Pour les personnes autonomes (relevant des GIR 5 ou 6), les caisses de retraites principales peuvent selon leurs critères d'attribution accorder une participation. Si les revenus sont inférieurs au plafond de l'aide sociale, Le Conseil Départemental prendra en charge les frais au titre de l'aide sociale personne âgée « aide-ménagère ». Dossier à retirer au CCAS.
- Pour les personnes de plus de 60 ans, évaluées du GIR 1 à 4, c'est l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie gérée par le Conseil Départemental du Cher qui pourra prendre en charge différents types d'aides : aide humaine, aide technique, accueil de jour ou temporaire, travaux d'aménagement du logement...
Montant d'aide variable selon les ressources, non récupérable sur la succession.

FOCUS

Depuis avril 2022, dossier unique de demande d'Aides à l'Autonomie pour les Personnes Agées à Domicile pour déclencher une prise en charge soit par la CARSAT Centre Val de Loire ou la MSA Beauce coeur de Loire, soit par le Conseil Départemental du Cher.

Dossier téléchargeable :

 <https://www.departement18.fr>

Les aides au logement

Les aides au logement sont versées sous certaines conditions (ressources, composition du foyer) aux accédants à la propriété, aux locataires des parcs publics et privés, aux résidents des structures d'hébergement pour personnes autonomes ou dépendantes. Les allocations logement sont à demander à la CAF ou à la MSA (si vous dépendez du régime agricole).

 Demande d'allocation en ligne :

CAF : www.caf.fr

MSA : <https://bcl.msa.fr/lfy/logement/allocations>

L'aide sociale à l'hébergement

Cette aide sociale est versée pour couvrir, partiellement ou totalement, les frais d'hébergement d'une personne âgée au sein d'un Etablissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) habilitée ou au sein d'une structure non-habilitée si elle y vit depuis plus de cinq ans.

L'aide sociale étant subsidiaire, elle intervient lorsque la personne âgée, aidée de ses obligés alimentaires (époux-se, enfant, petits-enfants, gendre et belle-fille), n'a pas les moyens financiers suffisants pour couvrir la totalité du coût de son hébergement.



L'aide sociale aux repas

Destinée aux personnes accueillies en résidence autonomie pour la prise en charge des frais de repas pris au restaurant de la structure, en cas de ressources insuffisantes.

Récupération des sommes versées au titre de l'aide sociale sur la succession sous certaines conditions.

BON À SAVOIR

Le guide de l'autonomie

Il répertorie toutes les aides possibles pour les seniors et les aidants.

 <https://www.departement18.fr>



LES AVANTAGES FISCAUX

Des déductions fiscales ou crédits d'impôts existent sous certaines conditions :

- Pour les sommes relatives à l'emploi d'un salarié à domicile ou pour les dépenses d'un service à domicile agréé (ménage, bricolage, jardinage) dans la limite de 50% des dépenses et du plafond en vigueur.
- Pour des avantages en nature versés à des personnes de plus de 75 ans vivant à votre domicile.
- Pour les dépenses d'hébergement permanent ou temporaire en EHPAD ou USLD, pour les frais d'accueil de jour.

N'oubliez pas de mentionner les sommes correspondantes dans la déclaration des revenus

La carte mobilité inclusion (CMI)

Il existe 3 types de CMI :

- la **CMI stationnement** permet de se garer gratuitement sur toutes les places de stationnement
- la **CMI priorité** permet d'éviter les files d'attente ou d'avoir une place assise.
- la **CMI invalidité** vous concerne si vous avez une perte d'autonomie importante (GIR 1 et 2 ou taux d'incapacité d'au moins 80%), elle offre les mêmes avantages que la CMI priorité avec en plus des réductions dans les transports et des avantages fiscaux notamment.

Dossier à retirer à la MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées)

BON À SAVOIR

Déploiement en cours du Crédit d'Impôt Immédiat.

Le service d'Avance immédiate vous permet de déduire le montant de votre crédit d'impôt du montant dû à votre organisme de services à la personne au fur et à mesure de vos paiements.



LES MESURES DE PROTECTION

La maladie, le handicap, l'accident peuvent altérer les facultés d'une personne et la rendre incapable de défendre ses intérêts. Le juge peut alors décider d'une mesure de protection juridique (tutelle, curatelle, habilitation familiale...) par laquelle un tiers l'aide à protéger ses intérêts.

Le mandat de protection future

C'est un contrat qui permet à toute personne de choisir à l'avance la personne qui sera chargée de s'occuper de ses affaires lorsqu'elle n'en aura plus les facultés.

Ce mandat peut confier des pouvoirs plus ou moins étendus au mandataire.

Deux formes : mandat authentique par acte notarié ou mandat sous seing privé sans l'intervention d'un notaire.

L'habilitation familiale

Lorsqu'une personne est hors d'état de manifester sa volonté et qu'elle n'a pas établi de mandat de protection future, ses proches, s'ils sont d'accord entre eux, peuvent demander au juge des tutelles à être habilités à la représenter et agir en son nom.

C'est une mesure de protection où la personne habilitée a moins d'obligations qu'un tuteur ou curateur.

L'exercice de cette mesure est gratuit.

LES MESURES DE PROTECTION JURIDIQUE

La sauvegarde de justice

C'est une mesure temporaire de courte durée qui, si elle est assortie d'un mandat spécial, permet la représentation de la personne protégée pour accomplir certains actes précis.

La personne placée sous sauvegarde de justice conserve l'exercice de ses droits, à l'exception de certains actes déterminés pour lesquels le juge a désigné un mandataire spécial.

Cela permet de contester des actes que la personne aurait effectués pendant la mesure et qui seraient contraires à ses intérêts.

La curatelle

C'est une mesure d'assistance destinée à protéger les intérêts des personnes fragiles ayant besoin d'être conseillées ou contrôlées de manière continue dans les actes importants de la vie civile.

Elle peut être :

- **simple** : la personne peut faire seule les actes de gestion courante (ex : gérer son compte bancaire. En revanche, elle ne peut faire sans l'assistance de son curateur les actes considérés les plus importants (ex : emprunt, vente immobilière).
- **renforcée** : la personne est assistée par le curateur, qui perçoit ses ressources et règle ses dépenses, sur un compte ouvert au nom de celle-ci.

La tutelle

- Elle concerne les personnes dont l'altération des facultés ne leur permet plus d'exprimer leurs volontés ni de donner un consentement éclairé. Il s'agit du régime de protection le plus fort.
- Sous tutelle la personne doit être « représentée » de manière continue dans les actes de la vie civile, avec l'accord du juge pour certains actes.
- Comme la curatelle, la tutelle peut porter sur les biens et/ou sur la personne. Le juge pouvant décider de nommer un tuteur pour les biens et un autre pour la personne.



FOCUS

DEMANDER UNE MESURE DE PROTECTION

La personne elle-même, son (sa) conjoint (e), un parent, un allié ou une personne entretenant avec le majeur des liens étroits et stables peuvent saisir directement le juge des contentieux de la protection judiciaire du tribunal judiciaire dont dépend la personne protégée. Au préalable, une expertise médicale payante devra être réalisée par un médecin expert du tribunal judiciaire. (liste disponible auprès du greffe du tribunal de Bourges).

Un formulaire spécifique complètera la demande de mesure de protection. Il est téléchargeable

 <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R50473>

Le formulaire est disponible au greffe du tribunal judiciaire ainsi que la liste des médecins experts et celles des mandataires (services ou particuliers) habilités à accompagner votre proche si vous ne pouvez pas le faire vous-même.

LES GUICHETS D'ACCÈS AUX DROITS

Différents services vous permettent de vous orienter dans vos démarches d'ordre juridique de façon gratuite et confidentielle.

Le Conseil Départemental d'Accès aux Droits (CDAD)

Des juristes vous accueillent, vous permettent d'obtenir gratuitement des informations sur vos droits et obligations et les moyens de les faire valoir. Si vous êtes non imposable, un bon de consultation gratuite auprès d'un professionnel du droit (notaire, avocat, commissaire de justice) peut vous être délivré.

La permanence juridique

La mairie de Bourges accueille deux fois par mois une permanence juridique assurée par l'ordre des avocats du Barreau de Bourges. Des avocats volontaires répondent à des difficultés d'ordre juridique et donnent des conseils.

Prendre rendez-vous auprès de l'accueil de l'Hôtel de ville ou à la mairie annexe du val d'Auron.

Le conciliateur

Il est chargé de favoriser le règlement amiable des conflits dans différents domaines : problèmes de mitoyenneté, de voisinage ou de famille, litiges de consommation.

Il reçoit sur rendez-vous

Agence Départementale d'Information sur le Logement (ADIL)

Que vous soyez propriétaire, bailleur ou locataire, vous pouvez contacter les conseillers juristes et énergie de l'ADIL pour toute question liée au logement : location, rénovation énergétique, fiscalité immobilière, impayés de loyer/expulsion, copropriété, habitat indigne, règles de voisinage...

Le défenseur des droits

Il est chargé de résoudre les litiges entre le citoyen et l'administration. Permanence du délégué du défenseur des droits à la préfecture

Le Service d'Aide aux Victimes (SAVI)

Si vous ou un proche pensez être victime d'un préjudice corporel, matériel et/ou moral, quel qu'en soit l'origine, le SAVI vous offre écoute et soutien juridique, psychologique et social.

Le Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles du Cher (CIDFF)

Un(e) juriste vous informe en matière de droits de la personne et de la famille (divorce, séparation, pension alimentaire, violences conjugales...) sur **RDV à Bourges ou par téléphone.**

Allo Maltraitance : ALMA 36 18

Cette plateforme téléphonique d'écoute, est destinée à recueillir les signalements de maltraitance envers une personne âgée ou handicapée.

Il peut s'agir de violences psychologiques, financières, civiques, médicamenteuses, physiques, sexuelles ou de négligences actives ou passives.

Toute personne victime, témoin ou qui a un doute peut appeler le **numéro national : 39 77**, qui retransmettra à la plateforme départementale pour traitement du dossier, en toute confidentialité.



AIDER LES AIDANTS

NE PAS RESTER
seul(e)
face aux
difficultés



Qu'est ce qu'un « aidant » ?

Vous êtes un membre de la famille ou une personne proche entretenant avec la personne âgée un lien étroit et stable et vous lui venez en aide de manière régulière, à titre non professionnel, dans ses activités quotidiennes. Quels sont vos droits ?

LES DROITS DES PROCHES AIDANTS

Le congé des proches aidants

Il permet aux salariés des secteurs privés ou publics, aux travailleurs indépendants et aux demandeurs d'emploi d'interrompre leur activité pour accompagner un proche présentant un handicap ou une perte d'autonomie d'une particulière gravité en bénéficiant d'une indemnité.

L'Allocation Journalière du Proche Aidant (AJPA) est versée pour une durée maximale de 3 mois dans la limite de 22 jours/mois, par la CAF ou la MSA sous conditions. (Formulaire 16108*01)

 <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920>

Être rémunéré pour l'aide apportée à son proche

L'aidant peut être rémunéré pour l'aide apportée à son proche en devenant son salarié, dans le respect de la convention collective nationale des salariés du particulier employeur.

Etre aidé par ses collègues : le don de jours de repos

Donner des jours de repos à un collègue aidant une personne en perte d'autonomie est possible depuis la loi du 13 février 2018.

LES STRUCTURES DE RÉPIT

Pour poursuivre son accompagnement, l'aidant a lui-même besoin de soutien et parfois de répit. Différentes structures permettent d'échanger avec d'autres personnes confrontées à la perte d'autonomie d'un proche âgé ou de prendre ponctuellement le relai.

La plateforme de répit et d'accompagnement

C'est un lieu de conseil, d'écoute, de soutien pour les aidants de personnes souffrant de troubles de la mémoire. Géré par le Centre hospitalier J. Coeur, il se situe au Centre de gérontologie des Prés Fichaux.

Différentes actions sont mises en place: groupes de paroles, ateliers aidants et/ou aidés visant l'exercice physique, la mémoire, la détente, suivi psychologique individuel. Ces prestations sont gratuites.

L'accueil de jour

Les personnes présentant des troubles cognitifs sont accueillies à la journée au sein d'un petit groupe et stimulées par des activités adaptées afin de maintenir leurs acquis et préserver leur autonomie.

Ce moment passé hors du domicile contribue à rompre l'isolement et permet aux proches aidants de se libérer du temps.

Le prix de journée comprend le déjeuner et éventuellement le transport.

Deux structures à Bourges :
« Les Coquelicots » à l' EHPAD des Résidences de Bellevue et « Les Jardins de J. Coeur » au Centre de gérontologie des Prés Fichaux.

L'hébergement temporaire

Il permet aux proches aidants de pouvoir s'absenter ponctuellement et passer le relais. Le séjour se déroule dans un établissement de type EHPAD ou résidence pour personnes âgées ou chez un accueillant familial. Il doit être programmé en amont en créant un dossier « Via Trajectoire ».

Les chambres relais

Elles sont destinées aux personnes de plus de 60 ans qui sont :

- soit hospitalisées en court séjour ou aux urgences mais ne relèvent plus de soins médicaux et hospitaliers, ni d'orientation en soins de suite
- soit vivant à domicile et dont l'aidant est soudainement défaillant.

Dans tous les cas un projet de retour à domicile sera envisagé.

L'EHPAD des Résidences de Bellevue dispose de 4 chambres relais pour une durée maximale de 30 jours consécutifs renouvelables 1 fois par an.

Prise en charge partielle par l'assurance maladie.

Les séjours aidants/aidés dans les villages vacances

Le village répit vous aide à sortir de votre quotidien d'aidant et à partager un temps privilégié avec votre proche. Grâce à une équipe pluridisciplinaire vous pouvez participer à un programme de loisirs adaptés.

Certaines associations en proposent : Vacances Répit familles (VRF), Séjours France Alzheimer, Siel bleu, Union Française des Centre de Vacances de Loisirs (UFCV), l'Union Nationale de Familles et Amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM)... Possibilités de prises en charge financières à étudier avec les organismes.



LES FORMATIONS DES AIDANTS

Vous pouvez être formé(e) afin de mieux connaître la maladie d'un proche et ses conséquences au quotidien et savoir comment réagir, se préserver ou encore adapter gestes et postures.

Chaque année, la journée nationale des aidants a lieu **le 6 octobre** : l'occasion d'y retrouver tous les acteurs du soutien des aidants.

Programme disponible en suivant le lien www.lajourneedesaidants.fr

L'Association Française des Aidants

Elle organise des formations en ligne pour tous les aidants quel que soit le handicap ou la maladie du proche aidé sur le site www.formation.aidants.fr

Association France Alzheimer 18

Elle encadre des sessions de formation ainsi que des groupes de paroles pour les aidants.

Savoir être aidant

Il s'agit d'une plateforme de formation en ligne gratuite pour les aidants de proches atteints de la maladie d'Alzheimer ou apparentés qui diffuse 30 vidéos en ligne sur divers thèmes.

En savoir plus : www.savoireteaidant.fr

Maladie de Parkinson

Vous trouverez toutes les informations nécessaires auprès de l'association Parkinson Berry et sur le site www.franceparkinson.fr

Oncoberry

Association de soutien aux patients atteints de pathologie cancéreuse et à leur entourage. OncoBerry anime des cafés échange, des ateliers socio-esthétiques pour les patients et les accompagne à travers un soutien psychologique.

EKR

Accompagnement des deuils de la vie www.ekr-france.fr

FOCUS

LES APRES-MIDI « ENTR'AIDANTS »

Besoin d'écoute, d'informations, de conseils, de soutien, ne restez pas seul(e) !

Nous vous convions à un temps de discussion libre dédié aux aidants dans un cadre convivial.

Vous partagerez votre expérience

Vous échangerez librement sur votre quotidien avec d'autres personnes dans votre situation et des professionnels.

À Bourges un jeudi après-midi par mois

Inscriptions et renseignements au 02.48.23.25.33



ANNEXE

ANNUAIRE

	NOM	ADRESSE
S'INFORMER	CARSAT	5 bis allée Napoléon III 18000 BOURGES
	CCAS ACCUEIL SÉNIOR	Hôtel de Ville - 11 rue Jacques Rimbault 18022 BOURGES
	CICAS AGIRC ARRCO	56 avenue Jean Jaures 18000 BOURGES
	CPAM	21 boulevard de La République 18000 BOURGES
	DIRECTION AUTONOMIE PERSONNES AGÉES ET HANDICAPÉES	Pyramides du Conseil Départemental 7 route de Guerry 18000 BOURGES
	MAISON DÉPARTEMENTALE D'ACTION SOCIALE ANTENNE DE BOURGES CENTRE	rue Heurtault de Lamerville 18000 BOURGES
	MAISON DÉPARTEMENTALE D'ACTION SOCIALE ANTENNE DE LA CHANCELLERIE	15 rue Jean Rameau 18000 BOURGES
	MAISON DÉPARTEMENTALE D'ACTION SOCIALE ANTENNE DES GIBJONCS	124 rue Arnaud de Vogüé 18000 BOURGES

TÉLÉPHONE	MAIL / SITE INTERNET
09 71 10 39 60	www.carsat-cvl.fr
02 48 23 25 33 02 48 23 25 42	clic.ccas@ville-bourges.fr www.ville-bourges.fr
0 820 20 01 89	cicasinfo18@agirc-arrco.fr www.agirc-arrco.fr
36 46	www.ameli.fr
02 48 27 31 31	www.departement18.fr
02 48 23 83 30	www.departement18.fr
02 48 27 51 20	www.departement18.fr
02 48 27 22 68	www.departement18.fr

S'INFORMER	MSA BEUCE CŒUR DE LOIRE	7 rue de l'Île d'Or 18000 BOURGES
PROFITER DU TEMPS LIBRE	ANNUAIRE DES ASSOCIATIONS	Bourges - Associations
	BIBLIOTHÈQUE DES GIBJONCS	1 rue Jules Berthaud 18000 BOURGES
	BIBLIOTHÈQUE DES QUATRE PILLIERS	Place des 4 Piliers 18000 BOURGES
	BIBLIOTHÈQUE DU VAL D'AURON	Place Martin Luther King 18000 BOURGES
	CCAS SERVICE ANIMATION	Hôtel de ville 11 rue Jacques Rimbault 18000 BOURGES
	LES AMIS DES PETITS FRÈRES DES PAUVRES	127 Av. Marcel Haegelen 18000 BOURGES
	MAISON DES ASSOCIATIONS	26 rue Gambon 18000 BOURGES

02 37 99 99 99	www.bcl.msa.fr
	www.portail.ville-bourges.fr/asso/annuaire
02 48 24 61 93	www.ville-bourges.fr/site/bibliotheques
02 48 24 33 40	www.ville-bourges.fr/site/bibliotheques
02 48 50 24 65	www.ville-bourges.fr/site/bibliotheques
02 46 08 11 43	animationccas@ville-bourges.fr
07 56 30 80 20	bourges@petitsfreresdespauvres.fr
02 48 27 57 10	accueilmda@ville-bourges.fr www.ville-bourges.fr/site/maison-des-associations

PROFITER DU TEMPS LIBRE	MAISON DE LA CULTURE	Place Séraucourt 18000 BOURGES
	MÉDIATHÈQUE	Bvd Lamarck 18000 BOURGES
	UNIS CITE	11 rue Volta 18000 BOURGES
	VISITE DES MALADES EN ÉTABLISSEMENT HOSPITALIER ET EN EHPAD (VMEH)	26 rue Gambon 18000 BOURGES
SE DÉPLACER EN TOUTE TRANQUILITÉ	AGGLOBUS	1 Place de La Nation 18000 BOURGES
	AID'OTRANS	121 rue de Mazières 18000 BOURGES
	CCAS SERVICE AIDE À LA MOBILITÉ	11 rue Jacques Rimbault 18000 BOURGES
	CYCLOPLUS	23 rue Théophile Lamy 18000 BOURGES

02 48 67 74 74	www.mcbourges.com
02 48 23 22 50	
07 61 83 67 50 07 62 25 76 74	www.facebook.com/uniscitecher
06 63 52 39 28	vmeh18@orange.fr
02 48 27 99 99	www.agglobus.com
02 48 55 61 23	aideotrans@orange.fr www.aideotrans.site-solocal.com
02 48 23 25 24	
02 48 50 82 82	info@agglobus.com www.agglobus.com/se-deplacer/cycloplus

SE DÉPLACER EN TOUTE TRANQUILITÉ	LIBERTIBUS	23 rue Théophile Lamy 18000 BOURGES
	SERVICES D'AIDE À DOMICILE	voir tableau p. 22
ÊTRE BIEN CHEZ SOI	ALEC 18 ESPACE CONSEIL FRANCE RENOV'18	Carré des Créateur 11 rue Maurice Roy 18000 BOURGES
	CESU	
	MAISON DE L'HABITAT ET DU CŒUR DE VILLE	4 Cour Avaricum 18000 BOURGES
	PORTAGE DE REPAS CCAS	Hôtel de ville 11 rue J. Rimbault 18000 BOURGES
	PORTAGE DE REPAS FACILAVIE	7 rue de l'île d'Or 18000 BOURGES
	PORTAGE DE REPAS LES MENUS SERVICES	9146 route de paris 18110 FUSSY
	SERVICES D'AIDE À DOMICILE	voir tableau p. 22
	SOLIHA CHER	Parc Comitec - 15 rue Jules Ferry 18000 BOURGES
	TÉLÉASSISTANCE	voir tableau des services d'aide à domicile p. 22

02 48 67 48 67	www.agglobus.transport-a-la-demande.fr
02 48 69 71 90	cher@infoenergie-centre.org
0 806 802 378	www.cesu.urssaf.fr
0 800 732 140	habitat@agglo-bourgesplus.fr
02 48 23 25 40	portage.repas@ville-bourges.fr
02 48 23 90 62	facilavie.portage@facilavie18.fr
02 48 65 13 80 06 08 40 87 40	ccanivet@les-menus-services.com
02 48 68 20 46	bienchezmoi.cher@soliha.fr

**PRENDRE SOIN
DE SA SANTÉ**

ASEP 18	La Rablat 18120 AUBINGES
CARAMEL 18	Châteaux des Gadeaux 145 Av. Fr. Mitterrand 18000 BOURGES
CENTRE DE SOINS INFIRMIERS ET DE PRÉVENTION DE BOURGES NORD	8 rue Stendhal 18000 BOURGES
CENTRE HOSPITALIER J. CŒUR	145 Av. Fr. Mitterrand 18000 BOURGES
CENTRE HOSPITALIER SPÉCIALISÉ G. SAND	77 rue Louis Mallet 18000 BOURGES
CMP BOURGES AUBIGNY	7 rue Gustave Ferrié 18000 BOURGES
CMP BOURGES SANCERRE	34 rue Louise Michel 18000 BOURGES
CPAM	21 Bd de La République 18000 BOURGES
EMGT	145 Av. Fr. Mitterrand 18000 BOURGES
ESA CCAS	Hôtel de ville 11 rue j. Rimbault 18000 BOURGES
FLAMME EN ROSE BERRY	5 rue Samson 18000 BOURGES
LIGUE CONTRE LE CANCER	50 Av. Jean Jaurès 18000 BOURGES
NEUROCENTRE	3 rue de La Chante Pie 37 300 JOUÉ LES TOURS
ONCOBERRY	210 Rte de vouzeron 18230 ST DOULCHARD

06 07 10 61 04	
02 48 48 57 44	reseau.diabete@ch-bourges.fr
02 48 70 93 27	centredesoins@ville-bourges.fr
02 48 48 48 48	www.ch-bourges.fr
02 48 66 52 52	www.ch-george-sand.fr
02 48 27 27 27	
02 48 24 94 64	
36 46	www.ameli.fr
02 48 48 47 51	emgt18@ch-bourges.fr
02 48 23 25 17	ccas.esa@ville-bourges.fr
06 08 11 68 35	flammeenroseberry@gmail.com
02 48 65 89 89	cd18@ligue-cancer.net www.liguecontrecancer18twitter.com
02 47 77 06 45	contact@reseauneurocentre.fr www.reseauneurocentre.fr
06 01 20 04 88	oncoberry1836@gmail.com

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ	PARKINSON BERRY	31 Av. de la République 18230 ST DOULCHARD
	SSIAD CCAS	Hôtel de ville 11 rue J. Rimbault 18000 BOURGES
	SSIAD HÔPITAL	145 Av. Fr. Mitterrand 18000 BOURGES
	SSIADI	4 Av. Pierre Sémard 18000 BOURGES
	VALENTIN HAÛY	65 rue E. Vaillant 18000 BOURGES
	VICTORINE	1 rue du Dr LAENNEC 18230 ST DOULCHARD
	UC-IRSA	485 Rte de Varye 18230 ST DOULCHARD
	UNAFAM	49 rue Bourbonnoux 18000 BOURGES
CHOISIR UN HABITAT ADAPTÉ	ACCUEIL FAMILIAL SOCIAL	Pyramides du Conseil Départemental 7 Rte de Guerry 18000 BOURGES
	EHPAD ANTOINE MOREAU	25 rue Antoine Moreau 18000 BOURGES
	EHPAD CENTRE DE GÉRONTOLOGIE DES PRÉS FICHAUX	6 Rue Taillegrain 18000 BOURGES
	EHPAD KORIAN VILLA DU PRINTEMPS	95-99 rue Charlet 18000 BOURGES
	EHPAD LES AMANDIERS	77 rue Louis Mallet 18000 BOURGES
	EHPAD LES FIORETTI	8 rue Béthune Charost 18000 BOURGES
	EHPAD LES RESIDENCES DE BELLEVUE	1 rue du Président Maulmont 18000 BOURGES

06 13 15 87 61	parkinson.berry@gmail.com
02 48 23 25 39	ssiad.ccas@ville-bourges.fr
02 48 48 49 58	
02 48 27 67 17	ssiadi@gedhif.fr
02 48 65 78 33	comite.bourges@avh.asso.fr
06 20 08 60 75	contact@victorine-sante.fr
02 48 27 28 00	cpsp18@uc-irsa.fr
02 48 70 05 38	18@unafam.org
02 48 27 31 20	www.departement18.fr
02 48 02 58 62	ehpad.antoinemoreau@orange.fr
02 48 23 72 00	admission.taillegrain@ch-bourges.fr
02 48 50 91 00	www.ehpad.korian.fr
02 48 67 21 50	secretariat.usld.bourges@ch-george-sand.fr
02 48 20 13 51	lesfioretti@isatis.asso.fr
02 48 57 88 00	admission@mr-bellevue.com

CHOISIR UN HABITAT ADAPTÉ	EHPAD ORPEA CLOS DES BENEDICTINS	6 Enclos des Bénédictins 18000 BOURGES
	EHPAD RÉSIDENCE DU VAL D'AURON	8 rue Berthelot 18000 BOURGES
	ENSEMBLE 2 GÉNÉRATIONS	20 rue Montcenoux 18000 BOURGES
	FRANCE LOIRE	16-22 Place de Juranville 18000 BOURGES
	RÉSIDENCE AUTONOMIE BAILLY	23 rue Gilbert Bailly 18000 BOURGES
	RÉSIDENCE AUTONOMIE GUILBEAU	2 rue Guilbeau 18000 BOURGES
	RÉSIDENCE AUTONOMIE GITE ET AMITIÉ	Sente des Carrières 18000 BOURGES
	RÉSIDENCE AUTONOMIE RAYNAL	28 rue Louis de Raynal 18000 BOURGES
	RÉSIDENCE SERVICES LES JARDINS D'ARCADIE	12 rue Béthune Charost 18000 BOURGES
	RÉSIDENCE SERVICES SAINT BONNET	12 Bd de La République 18000 BOURGES
	VAL DE BERRY	14 rue Jean-Jacques Rousseau 18000 BOURGES
LES AIDES FINANCIÈRES ET JURIDIQUES	ADIL	1 Place Eugène Rolland 36000 CHATEAUROUX
	ALMA 36 18	BP 81 36000 CHÂTEAUROUX
	BUREAU D'AIDE JURIDICTIONNELLE - TRIBUNAL JUDICIAIRE	8 rue des Arènes 18000 BOURGES
	CAF	21 Bvd de La République 18000 BOURGES

02 48 23 49 09	bourges@orpea.net
02 48 21 22 23	direction@valdauron.fr
06 51 34 70 73	www.ensemble2generations.fr
02 48 67 06 70	www.franceloire.fr
02 48 24 39 24	residence.bailly@ville-bourges.fr
02 48 50 34 44	residence.guilbeau@ville-bourges.fr
02 48 66 67 67	accueil.gite-amitie@ladapt.net
02 48 24 40 26	residence.raynal@ville-bourges.fr
02 48 02 48 40	bourges@jardins-arcadie.fr
02 48 23 14 40	aspqsb@sfr.fr
02 48 23 10 00	www.valdeberry.fr
02 54 27 37 37	contact@adil36.org
09 66 82 37 64	alma36@orange.fr
02 48 68 34 34	
36 46	www.caf.fr

LES AIDES FINANCIÈRES ET JURIDIQUES	CARSAT Centre Val de Loire	30 Bd Jean Jaures 45000 ORLEANS
	CCAS DES SOLIDARITÉS ET BIEN VIEILLIR	Hôtel de Ville 11 rue J. Rimbault 18000 BOURGES
	CIDFF	6 B rue du pré Doulet 18000 BOURGES
	CONCILIATEUR DE JUSTICE	Mairie Annexe Chancellerie 7 Place Cothenet 18000 BOURGES
	CDAD TRIBUNAL JUDICIAIRE	8 rue des Arènes 18000 BOURGES
	DEFENSEUR DES DROITS	Préfecture Place Marcel Plaisant 18000 BOURGES
	DIRECTION AUTONOMIE PERSONNE AGÉES ET HANDICAPÉES	Pyramides du Conseil Départemental 7 Rte de Guerry 18000 BOURGES
	MSA BEAUCE CŒUR DE LOIRE	5 rue Chanzy 28000 CHARTRES
	SAVI ASSOCIATION LE RELAIS	12 Place Juranville 18000 BOURGES
	TRIBUNAL JUDICIAIRE PROTECTION DES MAJEURS	1 rue du Général Ferrié 18000 BOURGES
	UDAF DU CHER	29 Av. du 11 Novembre 18000 BOURGES

39 60	mad@carsat-centre.fr
02 48 23 25 48	ccasaidessociale@ville-bourges.fr
02 48 24 00 19	contact18@cidffcentrevaleloire.fr
06 30 70 17 70	patrick.somavilla@conciliateurdejustice.fr
02 48 68 33 83	cdad@cdad18.fr
02 48 67 34 45	alain.belhadj@defenseurdesdroits.fr
02 48 27 31 31	www.departement18.fr
02 37 99 99 99	www.bcl.msa.fr
02 48 65 66 24	savi@lerelais18.fr
02 34 34 60 20	tutma.tj-bourges@justice.fr
02 48 24 03 49	istf@udaf18.unaf.fr

AIDER LES AIDANTS	ACCUEIL DE JOUR LES COQUELICOTS	Les résidences de Bellevue 1 rue du Président Maulmont 18000 BOURGES
	ACCUEIL DE JOUR LES JARDINS DE JACQUES CŒUR	Centre de Gérologie des Prés Fichaux 6 rue Taillegrain 18000 BOURGES
	ASSOCIATION FRANCE ALZHEIMER 18	28 rue Gambon 18000 BOURGES
	CHAMBRES RELAIS	Les résidences de Bellevue 1 rue du Président Maulmont 18000 BOURGES
	EKR	Antenne du Cher
	PLATEFORME DE RÉPIT ET D'ACCOMPAGNEMENT	Centre de Gérologie des Prés Fichaux 6 rue Taillegrain 18000 BOURGES

02 48 57 88 95	www.lesresidencesdebellevue.fr
02 48 23 72 23	accueil-jour.taillegrain@ch-bourges.fr
02 48 50 41 40	francealzheimer18@gmail.com
02 48 57 88 24	www.lesresidencesdebellevue.fr
06 16 70 17 20	cher@ekr-france.fr
02 48 23 77 49	plateformederepit.taillegrain@ch-bourges.fr

MON MÉMO PERSONNEL

NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



BOURGES

FORMULAIRE D'ENREGISTREMENT PLAN D'ALERTE ET D'URGENCE CANICULE

Afin de faciliter l'intervention des services sociaux et sanitaires, le Maire de Bourges est chargé de recueillir les éléments relatifs à l'identité des personnes âgées et personnes handicapées qui en font la demande¹.

A déposer ou à retourner à :

Accueil sénior CCAS – Hotel de ville - Inscription RPVI² (Canicule)

11 rue Jacques Rimbault - CS402016 - 18022 BOURGES Cedex

Mail : canicule@ville-bourges.fr

1. Identification du bénéficiaire

NOM :

Prénom :

Adresse :

Numéro de téléphone fixe :

Numéro de téléphone portable :

Date de Naissance :

Situation familiale : Isolé(e) couple en famille

Disposez-vous d'une téléalarme ? oui non

Je sollicite mon inscription sur le registre des personnes à contacter en cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence consécutif à une situation de risques exceptionnels, climatiques ou autres.

Je demande mon inscription en qualité de :

- Personne âgée de 65 ans et plus résidant à son domicile
- Personne âgée de plus de 60 ans reconnue inapte au travail
- Personne adulte handicapée, résidant à son domicile

Je suis informé(e) que cette inscription est facultative et que ma radiation peut être effectuée à tout moment sur simple demande de ma part.

2. Coordonnées du tiers (représentant légal, intervenant médico-social, entourage, parent, ami) qui fait la démarche (si c'est le cas)

NOM Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Lien avec la personne à inscrire :

¹ Le Maire de Bourges, Responsable de traitement

"Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné au Plan d'Alerte et d'Urgence Départemental. Les destinataires des données sont la Préfecture du Cher et le CCAS de Bourges.

Conformément à la loi "Informatique et Libertés" du 6 janvier 1978, modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant au Correspondant Informatique et Libertés à l'adresse mail suivante : cil@ville-bourges.fr ou par courrier à CIL de la Ville de Bourges, 11 rue Jacques Rimbault, CS50003 – 18020 BOURGES Cedex.

Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant." ² RNPVI :
Registre National des Personnes Vulnérables Isolées

3. Références du service médical ou social intervenant à votre domicile ou en contact avec vous

Je déclare bénéficier de l'intervention

<input type="checkbox"/> Service d'aide à domicile	<input type="checkbox"/> Service de soins infirmiers à domicile	<input type="checkbox"/> Autre service
Intitulé : Adresse : Téléphone :	Intitulé : Adresse : Téléphone :	Intitulé : Adresse : Téléphone :

4. Coordonnées d'une personne de confiance à joindre en cas d'urgence

NOM Prénom :

Adresse :

Téléphone :

5. Coordonnées du médecin traitant

NOM Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Les services du CCAS s'engagent à vous appeler tous les jours lorsque le plan canicule de niveau 3 est déclenché par la Préfecture conditionnées par des températures supérieures à 19°C la nuit et 33°C la journée pendant 3 jours consécutifs.

En cas d'absence de votre domicile, plusieurs appels seront effectués. Au-delà de plusieurs appels manqués, les agents du CCAS seront amenés à lancer des investigations pour connaître le motif de non réponse (contacts avec la personne de confiance, enquête de voisinage de la Police Municipale...). Si ces démarches restaient infructueuses, l'intervention de la police nationale et des pompiers pourra être sollicitée afin de pénétrer dans votre logement par effraction afin de vérifier qu'il ne vous est rien arrivé.

J'atteste sur l'honneur l'exactitude des informations communiquées dans la présente demande.

Je suis informé(e) qu'il m'appartient de signaler aux services municipaux toute modification concernant ces informations, aux fins de mettre à jour les données permettant de me contacter en cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence.

En signant ce document, je confirme :

- Mon souhait d'inscription sur le registre des Personnes Vulnérables et Isolées.
- Avoir pris connaissance des risques d'effraction par la Police Nationale et/ou les pompiers.

Date de signature :	Signature :
---------------------	-------------



REMERCIEMENTS

Je tenais à remercier l'investissement du comité de pilotage composé de retraités actifs et de professionnels qui a permis d'améliorer, réactualiser et d'étoffer le précédent guide.

Un merci particulier à Maryline PATRIGEON et Nathalie AVRIL de l'Accueil Sénior du CCAS de BOURGES qui œuvrent tous les jours pour répondre au besoin particulier des seniors et de leurs familles, et ont permis que ce projet de « Guide du Bien vieillir » aboutisse.

Je tenais également à remercier tous les acteurs de notre ville qui contribuent au « bien vieillir » à Bourges.

**Nadia NEZLIOUI Présidente déléguée
du CCAS de Bourges**

Directrice de la publication : Cécile JAMET

Crédits photos : CCAS, Ville de Bourges,
Adobe Stock, Pixabay, Unsplash

Conception graphique : Aude BERNARDET

Impression : Concordances



**Centre Communal d'Action Sociale
(C.C.A.S.)**

Hôtel de Ville
11, rue Jacques Rimbault
CS 40216
18022 BOURGES CEDEX

Tél. 02 48 57 80 00

Ouvert du lundi au vendredi
de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

> ccas@ville-bourges.fr

> [https://www.ville-bourges.fr/site/
centre-communal-action-sociale](https://www.ville-bourges.fr/site/centre-communal-action-sociale)