

être Aidant

*Guide d'information
pour les aidants familiaux*



aveyron.fr



Sommaire

Besoin de soutien à domicile, à quels professionnels puis-je m'adresser ?	5
Adapter votre demande aux besoins	5
A qui s'adresser près de chez moi ?	6
Qui peut soigner mon proche ?	7
Les services de soins à domicile	7
D'autres professionnels de soins peuvent intervenir et soutenir le maintien à domicile	7
Votre médecin pourra également vous orienter vers d'autres professionnels de santé	8
Prendre du temps pour soi, quelles sont les solutions de relai ?	9
J'ai besoin de m'absenter : des solutions pour prendre mon relai à la maison	10
Mon proche peut participer à des activités à l'extérieur de la maison : des solutions pour être relayé régulièrement	11
Et si j'ai besoin de prendre plusieurs jours pour moi, et que mon proche ne peut pas rester à la maison ?	12
Être aidé dans l'organisation au quotidien : à qui s'adresser ?	13
Pour les repas	13
Pour être rassuré, en sécurité	14
Pour se déplacer	14
Pour trouver des solutions d'aménagement ou d'adaptation du logement	15
Structures pour personnes âgées autonomes	16
Accueil familial	17
Accueil spécifique Alzheimer	17
Unité de soins de longue durée	17
Qui peut me soutenir financièrement ?	18
Pour le maintien à domicile	18
Pour l'hébergement en établissement	19
Et moi dans tout ça : comment prendre soin de moi ?	20
Les associations de familles et malades	20
Les formations spécifiques pour les aidants	21
Les soins de bien-être	21
Les associations « tout public »	21
Fiche 8 : J'ai encore besoin de réponses.	
Qui peut m'informer, m'accompagner et me conseiller dans la prise en charge de mon proche ?	22
Points info seniors	22
Services du Conseil Départemental	22
Maison Départementale des Personnes Handicapées	22
Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants Le Soleil du Causse	23
CCAS	23
CARSAT	23
MSA (Mutualité Sociale Agricole)	23
PREVA (PRévention EVALuation Autonomie)	23

Anne-Sophie, 48 ans
aidant familial
auprès de sa maman,
Brigitte 78 ans



Stéphanie 38 ans
aidant familial
auprès de son papa Louis,
veuf depuis 5 ans déjà,

Bernard, 68 ans
aidant familial
auprès de son épouse, Elise
après 46 ans de mariage

Brigitte, 79 ans
aidant familial
auprès de son
frère Georges 84 ans

Qu'est-ce qu'un aidant familial ?

L'aidant familial est « la personne non professionnelle qui vient en aide à titre principal pour partie ou totalement à une personne dépendante de son entourage pour les activités de la vie quotidienne ».

Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes.

Notamment :

- Nursing
- Soins
- Accompagnement à l'éducation et à la vie sociale
- Démarches administratives
- Coordination
- Vigilance permanente
- Soins psychologiques
- Communication
- Activités domestiques . . .

Charte Européenne de l'Aidant familial



Besoin de soutien à domicile, à quels professionnels puis-je m'adresser ?

Le maintien à domicile a pour vocation de permettre à une personne dépendante et/ou âgée de vivre chez elle tout en conservant ses repères, les souvenirs de sa vie, de continuer à vivre sereinement à son domicile avec le respect d'elle-même.

Les services d'aide à la personne proposent l'intervention de différents professionnels en fonction du besoin de la personne âgée : aide à domicile, assistante de vie, auxiliaire de vie sociale, garde malade . . .

Les personnes qui exercent cette fonction « d'aide à la personne », interviennent auprès des familles, des personnes âgées et/ou handicapées, leur apportant une aide dans l'accomplissement des tâches et activités de la vie quotidienne, mais aussi l'accompagnement des actes essentiels de la vie pour préserver leur autonomie le plus longtemps possible.



Adapter votre demande aux besoins



L'aide à la vie quotidienne (AD) :

elle participe au maintien à domicile en effectuant les tâches quotidiennes et l'entretien du logement (ménage, lavage et repassage, préparation des repas, courses, etc. . .)

L'aide aux actes essentiels de la vie quotidienne (AVS, AES, AV) :

Elle peut à la fois assurer et organiser les tâches domestiques tout en sollicitant la personne par des activités de stimulations : jeux, sorties, lecture . . . Dans des situations de grande dépendance, elle peut aider au lever, au coucher, aide à la toilette, aux transferts, aide à la prise des repas . . .

L'aide aux familles (TISF, AVS, AD) :

elle permet le soutien et l'accompagnement éducatif et social pour un besoin ponctuel ou de longue durée (TISF), ainsi que l'aide aux tâches quotidiennes (AVS, AES, AD)

La garde de nuit :

sa présence la nuit permet de sécuriser certains maintiens à domicile (compétences identiques aux auxiliaires de vie sociale) en cas de sortie d'hospitalisation ou de grande perte d'autonomie

A qui s'adresser près de chez moi ?

Emploi Direct : vous pouvez choisir d'employer un particulier par le biais du Chèque Emploi Service Universel (CESU)

AMAD (Association Aide Ménagère à Domicile)

Maison des Sociétés - Place Bernard Lhez
12200 Villefranche de Rouergue
05 65 45 01 18 - amad.contact.villefranche@gmail.com
Site internet: www.amad12villefranche.fr
Page facebook: AMAD Villefranche de Rouergue

ADMR

⇒ ADMR Secteur de Lanuéjols :
Maison des services ADMR – foyer intergénérationnel
12350 LANUEJOULS
05 65 81 98 25 - lanuejols@fedele12.admr.org

⇒ ADMR de la Caselle : Maison des services ADMR – 11 rue Durand de Montlauzeur – 12200 VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
05 65 29 51 76 - martiel@fedele12.admr.org

⇒ ADMR Secteur de Montbazens + portage de repas :
Maison des Services ADMR :
Le Fargal - Avenue Marius Garric - 12220 MONTBAZENS
05 65 64 13 36 - montbazens@fedele12.admr.org

⇒ ADMR du Pays Najacois :
Maison des services ADMR
31 place du Faubourg - 12270 NAJAC
05 65 29 57 24 - najac@fedele12.admr.org

⇒ ADMR du Ségala Rieupeyrouxain :
Maison des services ADMR - 24 rue de la Mairie
12240 RIEUPEYROUX
05 65 65 59 00 - rieupeyroux@fedele12.admr.org

⇒ ADMR de Lézert-Serènes :
Maison des services ADMR : le Bourg - St Salvadou
12200 LE BAS SEGALA
05 65 29 69 77 - lezert@fedele12.admr.org

⇒ ADMR de la Salvétat Peyralès :
Maison des services ADMR - 6 rue du Faubourg
12440 LA SALVETAT PEYRALES
05 65 65 88 29 - lasalvetat@fedele12.admr.org

⇒ ADMR de Villeneuve :
Maison des Services ADMR - 2 Place du Garrigou
12260 VILLENEUVE
05 65 81 59 48 - villeneuveaveyron@fedele12.admr.org

O2

Rue de l'Hôtel Dieu - Place André Lescure
12200 VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
05.65.45.68.42
villefranchederouergue@o2.fr

INTER EMPLOI

12 rue St Jacques 12200 Villefranche de Rouergue-
05 65 81 17 23

GENERATIONS 12

13 Rue Borelly 12200 Villefranche de Rouergue
05 65 29 87 91 - 06 88 04 87 78 contact@generations12.fr
site : www.generations12.fr
Page facebook : Générations 12

UDSMA – Mutualité Française Aveyron

12 quai du Temple
12200 Villefranche de Rouergue
05 65 65 18 07 - domicile@udsma.fr

Garde de nuit

⇒ ADMR : se renseigner auprès de l'association locale
⇒ Générations 12 :
www.generations12.fr – contact@generations12.fr
05 65 29 87 91 – 06 88 04 87 78
⇒ Emploi direct :
des aides à domicile en emploi direct
peuvent également proposer ce service.



Qui peut soigner mon proche ?



Les services de soins à domicile

Différents professionnels médicaux ou paramédicaux peuvent intervenir à domicile afin de réaliser les soins à la personne sur prescription médicale.

Le médecin traitant : il coordonne l'ensemble des soins reçus par son patient. Il oriente si besoin vers un médecin spécialiste ou un service hospitalier. Il prescrit le besoin en actes médicaux, paramédicaux et le matériel médical nécessaire.

L'infirmier libéral : est un professionnel de santé. Il délivre des soins infirmiers (d'hygiène, de confort, soins techniques divers...) nécessaires au maintien du patient à domicile et intervient sur prescription médicale du médecin traitant. Il accompagne le parcours de soins et travaille en coordination avec les différents intervenants à domicile.

L'aide soignant : il travaille avec l'infirmier au sein des Services Infirmiers à Domicile (SSIAD) et participe à la réalisation de certains soins (se laver, s'habiller, se lever, se coucher...)

D'autres professionnels de soins peuvent intervenir et soutenir le maintien à domicile :

L'équipe Spécialisée Alzheimer (ESA)

Equipe mobile Alzheimer, constituée d'ergothérapeutes, psychomotriciens et d'assistants de soins en gérontologie, infirmiers coordinateurs. Cette équipe réalise à domicile, sur prescription médicale des soins non médicamenteux de réhabilitation et d'accompagnement. L'enjeu est de réduire les symptômes et / ou de maintenir les capacités résiduelles du patient.

ESA de RIEUPEYROUX intervenant sur différents cantons
ESA - Maison des services de l'ADMR
24 rue de la Mairie - 12240 Rieupeyroux
Tel : 05 65 65 63 33 esa.rieupeyroux@fede12.admr.org

HAD : Hospitalisation A Domicile -UDSMA

Prescrit par le médecin traitant sous condition qu'un aidant familial soit présent à domicile. Dispositif de soins et coordination des différents intervenants permettant d'assurer des soins hospitaliers à domicile : soins de renfort et soins spécifiques trouvés habituellement à l'hôpital. Voir avec votre médecin traitant.

CARRÉ Santé Services
31 avenue de la Gineste 12000 RODEZ
Secrétariat : 05 65 73 59 63 / annick.carles@udsma.fr

SSIAD ADMR de Rieupeyroux : Maison des services ADMR
24 rue de la mairie - 12240 RIEUPEYROUX / 05.65.65.63.33
ssiad.rieupeyroux@fede12.admr.org



J'aimerais que maman ait moins mal au dos, son arthrose la fait souffrir, les soins d'un kinésithérapeute pourraient la soulager, mais j'ai tellement peu de temps à lui consacrer, comment faire ?...Anne-Sophie, 48 ans.

Les cabinets d'infirmiers libéraux sont également à votre service.

**Votre médecin
pourra également
vous orienter
vers d'autres
professionnels
de santé :**



⇒ **Le psychomotricien** : sur prescription médicale, le psychomotricien aide les personnes souffrant de troubles psychomoteurs.



⇒ **L'orthophoniste** : en charge des troubles de communication liés à la voix, la parole, et la déglutition, ainsi que l'écriture.



⇒ **Le kinésithérapeute** : rééducation fonctionnelle et soins de confort par le mouvement et le massage. Certains interviennent à domicile.



⇒ **L'ergothérapeute** : spécialiste d'ergonomie, de la thérapeutique de la rééducation ou de réinsertion sociale par l'activité physique ou manuelle.



Elise, mon épouse, a besoin d'être entourée, mais j'ai aussi besoin d'être relayé pour mieux m'occuper d'elle au quotidien, comment trouver la bonne personne relai ? Bernard, 68 ans...



Prendre du temps pour soi, quelles sont les solutions de relai ?

Avoir un relai pour accompagner son proche et souffler...

Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants Le Soleil du Causse :

Boulevard des douves 12260 Villeneuve.
05.65.29.11.00 ou 05.65.29.97.00 - pfr@ehpad-villeneuve.fr

La PFR intervient sur le territoire de l'ouest de l'Aveyron. Elle accompagne des proches aidants de personnes en perte d'autonomie, du fait de leur âge ou d'une pathologie neuro-évolutive.

Son rôle est de soutenir les aidants, les aider à trouver des réponses à leurs besoins (être relayé, être informé, être écouté, retrouver une vie sociale, se former, ...) et surtout, de prévenir le risque d'épuisement.

Ses actions sont donc multiples et s'adaptent à la situation de chacun :

- ⇒ Mobilisation de solutions de relai : accueils collectifs (accueils de jour, EAA), Temps Libéré (relai à domicile), hébergement temporaire ;
- ⇒ Soutien psychologique : accompagnement individuels, groupes d'échanges
- ⇒ Orientation vers des formations des aidants

- ⇒ Conseils en ergonomie
- ⇒ Informations générales et thématiques
- ⇒ Ateliers de gym douce
- ⇒ Orientation vers les acteurs locaux compétents
- ⇒ ...

La PFR fonctionne en réseau avec tous les acteurs du territoire. Ainsi elle accompagne les aidants à s'orienter parmi les différents acteurs, organismes, services, ... c'est-à-dire dans le « flot » d'informations auquel on peut être confronté lorsqu'on accompagne un proche en perte d'autonomie.

Elle oriente ainsi les aidants vers les acteurs compétents sur leur territoire.

Dans le même temps, et dans la même logique de partenariat, elle crée des solutions innovantes face aux besoins identifiés.



J'ai besoin de m'absenter : des solutions pour prendre mon relai à la maison :

Temps libéré

Financé par l'Agence Régionale de Santé par l'intermédiaire des plateformes d'accompagnement et de répit des Aidants, le dispositif Temps Libéré permet à l'aidant d'être relayé auprès de son proche, de manière ponctuelle, à son domicile.

Ainsi, en complément des autres solutions de relayage existantes, la PFR peut financer des heures de relai, assurées par un service d'aide à domicile partenaire. L'aidant peut ainsi bénéficier de Temps libéré pour se rendre à un rendez-vous, une formation, un évènement familial, etc.

La PFR étudie toutes les demandes de relayage, évalue avec l'aidant les différentes solutions possibles, et le cas échéant, organise la mise en place d'heures de temps libéré.

Pour toute demande ou information,
contacter : PFR Le Soleil du Causse
05.65.29.11.00 ou 05.65.29.97.00
pfr@ehpad-villeneuve.fr

• Bulle d'air : Service de répit à domicile

Un service porté par l'ADMR Aveyron, en partenariat avec la MSA. Le service de répit à domicile labellisé « Bulle d'air© » est un service innovant de remplacement de l'aidant par un « relayeur » qui lui permet de « souffler un peu » tout en maintenant la personne aidée dans le cadre sécurisant de son domicile.

- Interventions régulières ou ponctuelles, de 3 h à plusieurs jours, avec un intervenant unique, professionnel de l'accompagnement des publics fragiles à domicile
- Fonctionnement du service en mode mandataire
- Ouvert à tous, quel que soit l'âge, le handicap ou la maladie de la personne accompagnée
- Aides financières possibles

Un service qui s'inscrit en complémentarité avec les autres services de maintien à domicile.

Ouverture du service Bulle d'air
au 4ème trimestre 2021.

Pour tous renseignements, contacter l'ADMR au
05.65.77.22.31 ou bulledair@fed12.admr.org



Mon proche apprécierait de participer à des activités à l'extérieur de la maison :



des solutions existent pour être relayé régulièrement

• Les Espaces d'Accueil et d'Activités

Les Espaces d'Accueil et d'Activités proposent à des personnes en perte d'autonomie de participer à des activités en dehors de leur domicile, en petit groupe.

⇒ Espace Répit Arc en ciel spécifique aux malades d'alzheimer (ou maladies apparentées) et les aidants familiaux Ateliers pour les malades 2 après-midis au Centre Social de Villefranche par semaine avec une animatrice formée de 14h à 17h

Contacter le 05 65 45 01 18
de 8 à 12h et de 14h00 à 16h30
ou 1234-10@orange.fr

⇒ Espace d'Accueil et d'Activités ADMR « La Caselle »

11, rue Durand de Montlauzeur
12 200 VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
05.65.29.51.76
martiel@fedede12.admr.org

⇒ Espace d'Accueil et d'Activités ADMR « l'Eclaircie »:

8-9 Place Imbert – 12 390 RIGNAC
05.65.64.15.08
leclaircie@fedede12.admr.org
Mardi et jeudi : 9h30-17h
<https://www.admr.org/associations/espace-accueil-admr-leclaircie>

• Les accueils de jour :

L'accueil de jour est un lieu de vie à part entière qui participe activement à la prise en charge des personnes malades et permet ainsi un répit pour l'aidant. Cet accueil de jour est adapté aux besoins de la personne qui a des besoins spécifiques, du fait d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée, d'un syndrome parkinsonien, de troubles neurologiques, ... Il concourt au maintien à domicile apportant une solution de répit pour la famille.

Plusieurs existent aux alentours de Villefranche :

⇒ Accueil de jour Marie Vernières
(Ehpad à Villeneuve d'Aveyron)

A 15mn de Villefranche : Accueil de jour, transport possible. 05 65 29 11 00 ou 05.65.29.97.00
contact@ehpad-villeneuve.fr
ou pfr@ehpad-villeneuve.fr

⇒ Accueil de jour de « la Montanie » à LUGAN
05 65 80 10 00

⇒ Accueil de jour mutualiste :

Accueil de jour itinérant pour les sites de la résidence Mutualiste Val de Bonnette et des locaux de Parisot :
Locaux de Parisot : 8 rue de la Valette – 82160 Parisot
Résidence Mutualiste Val de Bonnette – 155 chemin du Camp del Bosc 82160 Caylus
05 63 24 67 60 accueil.vdb@udm82.fr
site : www.mutualitefrancaise82.fr



J'ai besoin de prendre plusieurs jours pour moi, et mon proche ne peut pas rester à la maison ?

• L'hébergement temporaire :

Un Centre d'Hébergement temporaire est une structure qui peut accueillir de façon temporaire une personne âgée : elle concourt au maintien à domicile de la personne en permettant un peu de répit aux familles.

Le plus proche de Villefranche :

Résidence le Clos Jonquille
3 rue Emile Combes – 12700 Capdenac Gare
05 65 63 79 90

Certains EHPAD du département ou départements limitrophes disposent également de chambres d'hébergement temporaire, intégrées à leurs services habituels. La personne est ainsi accueillie à l'EHPAD, bénéficie de toutes les prestations, pour une durée de 3 mois maximum.

En Aveyron

⇒ Résidence Paul Mouysset
2 avenue de Decazeville 12300 FIRMI
05 65 77 32 20

⇒ EHPAD Sainte Marie
114 route de la Prade 12300 FLAGNAC
05 65 77 32 20

⇒ EHPAD Bon Accueil
16 rue Planard 12000 RODEZ
05 65 77 32 20

⇒ EHPAD La Rossignole
Route de la Roque 12100 ONET LE CHATEAU
05 65 77 32 20

⇒ EHPAD SAINT AMANS
25 boulevard Denys Puech 12000 RODEZ
05 65 77 32 20





Je vieillis moi aussi, et j'ai du mal à tout assumer pour aider mon époux. Brigitte, 79 ans

J'ai besoin d'être aidé dans l'organisation au quotidien

à qui s'adresser ?

Pour le portage des repas

Le portage des repas à domicile permet d'améliorer la vie quotidienne des personnes âgées et/ou handicapées régulièrement ou pour une aide temporaire

Sur Villefranche & ses alentours, il y a plusieurs possibilités :

⇒ CCAS (Centre Communal d'Action Sociale)

Place Bernard Lhez
1er étage à gauche
05 65 65 16 41
ccas@villefranchederouergue.fr

⇒ Cuisine centrale Marie Vernières
6 boulevard des douves à Villeneuve
Livraison jusqu'à 20km autour de Villeneuve, et possible au-delà en fonction du nombre de repas commandés.
tel : 05 65 29 11 00

⇒ ADMR de NAUCELLE : 05 65 72 14 67

⇒ ADMR MONTBAZENS : 05 65 64 13 36

Pour dépanner ou régulièrement, certains commerçants et traiteurs font des livraisons à domicile et des particuliers organisent aussi des portages de repas quotidiens à domicile : renseignez-vous auprès d'eux directement. Les mairies et le Point Info Seniors sont à votre disposition pour tout renseignement.

Pour être rassuré, en sécurité :

• La Téléalarme



Pour pouvoir alerter et demander de l'aide 24h sur 24, 7jours sur 7 en cas de chute, de malaise. . .

Plusieurs télé-opérateurs sont sur le marché : renseignez vous auprès de votre Service d'Aide à Domicile, Caisse de retraite, Assurances, Assistantes Sociales, mairies. . . (certaines mairies participent au financement pour leurs administrés)

Pour se déplacer :

• Le transport à la demande :

Le transport à la demande est un transport public ouvert à tous, quel que soit l'âge. Le transporteur vous prend et vous ramène à votre domicile. Les horaires et les tarifs sont fixes et définis pour chaque déplacement.

Renseignements, inscriptions
et réservations

au 05 65 73 40 49 la veille avant 17h.

Cf site transport à la demande :

<https://aveyron.fr/transports-a-la-demande>

• Sortir plus :

Pour vous aider dans vos déplacements, les caisses de retraite complémentaire AGIRC et ARRCO ont créé le service « sortir plus » si vous avez plus de 75 ans.

Contactez le : 0971 090 971 (du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30)





Pour trouver des solutions d'aménagement ou d'adaptation du logement :

⇒ OCTEHA

Etude technique et financière de votre projet :
31 Avenue de la Gineste - 12000 Rodez
05 65 73 65 76 – contact@octeha.fr
Horaires : 8:30-12:00 & 13:30-17:30

⇒ ADIL : Association Départementale d'Information sur le Logement
conseil complet et gratuit sur l'ensemble des problèmes d'ordres financiers, fiscaux ou juridiques.
7 place Sainte Catherine – 12000 Rodez
05 65 73 18 00 de 9:00-12:00 & 14:00-17:00
(sauf mercredis : 14:00-17:00)
www.adil12.org

⇒ CAISSES DE RETRAITE & CAISSES DE RETRAITE COMPLEMENTAIRES : MSA, CARSAT, CICAS.

Les caisses de retraite peuvent vous aider, sous certaines conditions, à améliorer votre habitat. Les contacter directement ou passer par une assistante sociale de secteur.

⇒ CONSEIL DEPARTEMENTAL

Apporte une aide au financement de l'équipement spécifique dont vous avez besoin ou celui de votre proche pour garantir votre autonomie à domicile ou celui de votre proche.

Conseil Départemental de l'Aveyron
Maisons des Solidarités Départementales
11 rue Borelly
12200 VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
05.65.73.39.00
Maison Départementale des Personnes Handicapées
6 rue François Mazenc – 12000 Rodez
05 65 73 32 60





Je suis vite fatiguée, je m'occupe de Bernard en permanence
cela devient difficile.

Je ne vais malheureusement plus pouvoir assurer
à notre domicile, j'ai besoin de trouver
une structure adéquate où il se sentira bien..

Louise 78 ans



Le maintien à domicile devient très difficile

*vers quelle structure
puis-je m'orienter ?*

N'hésitez pas à prendre contact avec les structures
pour des renseignements personnalisés, une visite des
locaux ou des informations sur les tarifs.

Structures pour personnes âgées autonomes

⇒ Foyers intergénérationnels
de LANUEJOULS, DRULHE, GALGAN
Pour ces 3 structures intergénérationnelles, le siège
social est à LANUEJOULS

Contact : contact@servicesplus.fr
05 65 81 93 92
servicesplus12.fr

⇒ Foyers logements et résidences seniors
• LUGAN :

Mairie 05 65 80 65 72 / ADMR 05 65 64 13 36

• VILLENEUVE D'AVEYRON :
Résidence Marie Vernières
Studios et T1
05 65 29 11 00 contact@ehpad-villeneuve.fr

• VILLEFRANCHE DE ROUERGUE :

- L'Orangerie
3 Rue du Couvent Ste Claire
12200 Villefranche de Rgue
05 65 45 41 47

- Le Clos des Consuls
Appartements du T1Bis au T4
1 boulevard charles de gaulle
12200 Villefranche-de-Rouergue

• MONTBAZENS :
Le Mouli Del Bent : 05 65 80 62 22
Contact : cloumouidelbent@gmail.com
05 65 63 75 89



Accueil familial

L'accueil familial est une solution d'hébergement pour les personnes âgées qui ne peuvent ou ne veulent plus vivre chez elles, momentanément ou définitivement. L'accueil familial constitue une alternative à l'hébergement en établissement. Il est proposé par des accueillants familiaux agréés par le conseil départemental.

Pour connaître la liste des « accueillants familiaux » aller sur le site : www.aveyron.fr et cliquer sur l'onglet « SOLIDARITE » puis « PERSONNES AGEES » puis cliquer sur « rechercher un accueillant familial pour une personne handicapée ou âgée » et cliquer sur « consulter la liste des accueillants familiaux en Aveyron ».

Pour plus de détails vous pouvez contacter le 05 65 73 68 04 au Conseil Départemental.

Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD ou Maisons de retraite)

Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes : ce sont des structures qui offrent un suivi médical adapté et une prise en charge de personnes âgées en perte partielle, voir totale d'autonomie :

⇒ VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
EHPAD Nord (Rulhe) et Sud (Rulhe)
05 65 65 30 00

EHPAD Nord médicalisé (Chartreuse « le Bosquet »)
05 65 65 31 00

EHPAD Sainte Claire
05 65 65 10 70 www.ehpad.sainte-claire.fr

⇒ LA SALVETAT PEYRALÈS
EHPAD Résidence Calvignac
05 65 81 82 36
ehpad.andrecalvignac@wanadoo.fr

⇒ RIEUPEYROUX
L'Orée du Lac 05 65 65 53 05

⇒ MONTBAZENS
Parc de Jaunac-Montbazens 05 65 80 62 22

⇒ VILLENEUVE D'AVEYRON
EHPAD Marie Vernières 05 65 29 11 00

⇒ LUGAN
La Montanie
05 65 80 10 00
residencelugan@ehpadlamontanie.fr

⇒ LUNAC
EHPAD le Paginet 05 65 81 41 08

Accueil spécifique Alzheimer

Unité de vie Alzheimer : C'est une unité spécifique pour les malades atteints de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées :

⇒ LUGAN
Unité «à la recherche des souvenirs»
residencelugan@ehpadlamontanie.fr
05 65 80 10 00

⇒ GRAMOND
EHPAD St Dominique (Alzheimer)
05 65 69 14 12 accueil@saintdo.fr

⇒ VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
EHPAD Sud Rulhe 05 65 65 30 00

Unité de soins de longue durée

C'est une structure qui accueille des personnes âgées qui ont besoin d'un suivi et d'actes médicaux :

⇒ VILLEFRANCHE DE ROUERGUE
USLD (RULHE-long séjour)
05 65 65 30 00 : standard centre hospitalier
Villefranche-de-Rouergue



Qui peut me soutenir financièrement ?



La situation est déjà difficile au quotidien, je n'ai pas les moyens pour financer toute l'aide pour mes parents, Olivier 45 ans

Pour le maintien à domicile

⇒ L'APA :

Aide Personnalisée à l'Autonomie à domicile, accordée par le Conseil Départemental après évaluation de la perte d'autonomie pour le financement d'aides humaines et/ou de matériel ; et également pour la participation au financement et/ou l'accueil temporaire si les établissements sont agréés.

⇒ LE PLAN D'ACTION PERSONNALISÉ (PAP) :

Financement de la caisse de retraite pour les personnes ne relevant pas de l'APA.

⇒ POUR UNE AIDE MENAGERE:

Le financement de l'Aide-Ménagère dans le cadre de l'Aide Sociale départementale : lorsque les ressources de la personne sont en deçà d'un certain plafond, l'aide sociale départementale est sollicitée.

⇒ L'ARDH (AIDE AU RETOUR À DOMICILE APRÈS HOSPITALISATION) :

Dispositif accordé par votre caisse de retraite pour financer momentanément des heures d'aide ménagère à la sortie de l'hôpital

⇒ COMPLÉMENTAIRES SANTÉ ET/OU ASSURANCES :

l'aide suite à une hospitalisation par certaines complémentaires santé et/ou assurances : selon votre contrat, quelques heures d'aide à domicile peuvent être prises en charge momentanément dès la sortie de l'hôpital

⇒ L'AIDE AU RÉPIT DE L'AIDANT FAMILIAL :

accordée par la MSA pour les ressortissants agricoles afin de contribuer à la prise en charge partielle des frais engagés pour le remplacement temporaire de l'aidant

⇒ LE CONGÉ PROCHE AIDANT (ALLOCATION JOURNALIÈRE PROCHE AIDANT) :

prestation qui peut être versée aux personnes qui arrêtent de travailler ponctuellement ou réduisent leur activité pour s'occuper d'un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie d'une particulière gravité. S'adresser à la CAF ou la MSA selon votre régime.

⇒ LA PCH (PRESTATION COMPENSATOIRE DU HANDICAP) :

aide humaine ou technique, elle est accordée par la Maison Départementale du Handicap (MDPH), à condition que le handicap soit reconnu avant l'âge de 60 ans, sur évaluation médico-sociale.

⇒ L'AIDE FISCALE :

l'emploi d'une aide à domicile peut être déclaré annuellement et permettre de bénéficier d'une déduction ou d'un crédit d'impôt.

⇒ L'AIDE AU LOGEMENT :

selon vos revenus et la composition du foyer, elle peut permettre d'accéder à un logement ou de s'y maintenir. elle est accordée par votre caisse d'Allocations Familiales ou MSA selon votre régime



Pour l'hébergement en établissement

⇒ L'APA :
en établissement (versée directement à l'établissement)

⇒ L'AIDE SOCIALE
à l'hébergement pour les établissements conventionnés (avec l'éventualité d'un recours sur succession)

⇒ L'AIDE AU LOGEMENT

⇒ L'AIDE FISCALE

Pour des informations plus détaillées, se rapprocher de la structure ou du POINT INFO SENIORS.



Autres Informations

⇒ Selon votre situation, à vérifier :

- Certaines caisses de retraite complémentaires peuvent accorder des aides Spécifiques.
- Les contrats d'assurance privés en cours (ex : assurance dépendance).



Difficile de s'occuper de soi quand on accompagne au quotidien un proche qui perd son autonomie... le risque à la clé : s'oublier... et s'épuiser...
Louise 78 ans



Et moi dans tout ça

comment prendre soin de moi ?

En plus de tous les professionnels cités dans ce guide, et qui sont à votre disposition, voici d'autres ressources, pour prendre soin de vous :

Les associations de familles et malades :

⇒ ASSOCIATION FRANCE ALZHEIMER
Maison de santé 10 rue des grillons 12340 Bozouls
Tel : 05 65 44 53 10
Secrétariat ouvert les matins de 9h à 12h les lundi , mardi , jeudi , vendredi
<http://www.francealzheimer-aveyron.org>

L'association propose :

A l'attention des proches de personnes atteintes de Maladie d'Alzheimer ou maladie apparentées : des permanences d'accueil /information . des entretiens psychologiques, des formations des aidants, des groupes de parole, des ateliers de relaxation .

A l'attention des personnes malades : des ateliers de médiation artistique.

A l'attention des aidants et des aidés : des rencontres conviviales, des séjours vacances.

Prendre contact avec le secrétariat départemental pour connaître les dates de permanence et la personne référente de France Alzheimer près de chez vous.

⇒ ASSOCIATION FRANCE PARKINSON
Antenne en Aveyron : 06.43.94.34.10 (Me Libourel)
15 rue de Roquefort 12 100 MILLAU
Mail : comite12@franceparkinson.fr

Cette association amène une écoute active pour les patients atteints de Parkinson ainsi que pour leurs proches.

Elle a une mission d'orientation si besoin.

Elle organise régulièrement des conférences et réunions d'information sur la maladie avec différents professionnels de santé.

Il est possible d'avoir un lien téléphonique, ou bien un rdv physique sur les locaux de Millau.

Les formations spécifiques pour les aidants :

⇒ L'ADMR

L'ADMR organise des actions de « Formation des Aidants », en partenariat avec l'Association Française des Aidants : 6 modules de formation à destination de tous les proches aidants, quels que soient l'âge, la maladie ou le handicap de la personne accompagnée. Renseignez-vous auprès de la Fédération ADMR de l'Aveyron au [05.65.77.22.22](tel:05.65.77.22.22).

⇒ LE CENTRE DE FORMATION DE L'UDSMA, E-SANTÉ FORMATION :

Il organise des ateliers de formations (échanges et rencontres de professionnels) à destination des aidants de tout proche âgé ou en situation de handicap. Renseignez-vous auprès de e-santé FORMATION par UDSMA au [05 65 73 57 91](tel:05.65.73.57.91).

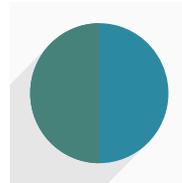
⇒ FRANCE ALZHEIMER

Les formations France Alzheimer : 7 modules, encadrés par un bénévole de France Alzheimer, et un Psychologue, pour mieux comprendre la personne malade et adapter son accompagnement. Renseignez-vous auprès de France Alzheimer Aveyron au [05 65 44 53 10](tel:05.65.44.53.10)

Les soins de bien-être

⇒ COIFFEURS, ESTHÉTIENNES, PODOLOGUES, PÉDICURES, KINÉSITHÉRAPEUTES, etc. . . . : voir sur votre secteur les services qui peuvent se faire à domicile, ou en institut, pour vous soulager ou pour votre bien-être.

⇒ LA PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT DES AIDANTS ET LA MAISON SPORTS-SANTÉ proposent des ateliers « Aidant, reprend ton souffle ! » : cycle de 12 séances de gym douce – relaxation, pour repérer, soulager, éviter les douleurs et tensions musculaires, et apprendre à se détendre par le mouvement et la respiration. Renseignez-vous à la PFR au [05.65.29.11.00](tel:05.65.29.11.00)



Les associations « tout public » :

Faire de la gym, refaire de la couture, aller marcher, . . . et si c'était le moment de commencer ou reprendre des activités qui vous changent les idées, vous font du bien et vous permettent de rencontrer du monde ?

Demander à votre MAIRIE le guide des Associations !





J'ai encore quelques questions,
être aidant ne s'improvise pas !
Cathy 67 ans



J'ai encore besoin de réponses

*Qui peut m'informer,
m'accompagner
et me conseiller
dans la prise en charge
de mon proche ?*

⇒ POINTS INFO SENIORS

Les Points Info Seniors ont pour objectif d'accompagner spécifiquement les personnes de plus de 60 ans et leur famille, autour de 3 missions :

- Assurer un accès à l'information et orienter vers les services adaptés
- Accompagner les personnes dans la mise en place des dispositifs d'aide et en assurer le suivi, coordonner les actions des différents intervenants
- Animer le territoire en repérant les besoins sur le territoire et en proposant des actions collectives

-Centre Social du plateau de Montbazens
05 65 80 45 47 – 06 78 66 17 60
pointinfoseniors@centresocial-montbazens.fr

-Ouest Aveyron Communauté
36 rue du Sergent Borie
12200 Villefranche-de-Rouergue
05 81 39 00 65 / pointinfoseniors@ouestaveyron.fr

⇒ SERVICES DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL

Un accueil et un accompagnement social de proximité peuvent être réalisés sur tout le département de l'Aveyron, au sein des Territoires d'Action Sociale, par des travailleurs sociaux généralistes ou spécialisés personnes âgées :

Maison des Solidarités Départementales
11, rue Borelly
12200 Villefranche de Rouergue
05 65 73 39 00
tas.vildec@aveyron.fr

⇒ MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES

Dans chaque département, les MDPH accueillent, informent et accompagnent les personnes handicapées et leurs proches, leur attribuent des droits. Plus généralement, elles sensibilisent l'ensemble des citoyens au handicap.

MDPH 8, rue François Mazenq
12000 Rodez
05 65 73 32 60
accueil@mdph12.fr

⇒ PALLIANCE 12 :

Sous condition que le médecin et le patient soient d'accord : service de coordination à domicile (non effecteur de soins infirmiers) pour les personnes ayant un parcours médical complexe.

S'adresse aux personnes en fin de vie (soins palliatifs), aux personnes atteintes de maladies chroniques et/ou psychiatriques

une HAD + intervention de Palliance12 est possible

Mise à disposition gratuite de soins de support :

- Psychologue
- Sophrologue
- Hypnose
- Socio-esthétique (toucher de confort)
- Diététicienne
- Ergothérapeute
- Activité physique adaptée
- Musicothérapie

Sur le secteur OUEST AVEYRON :

Antenne à Villefranche

contact@palliance12.fr

846 bvd des Tamaris

12850 Onet le Château : 05 65 78 24 35

⇒ MAIA :

Les gestionnaires de cas sont des professionnels formés, entièrement dédiés à la coordination des interventions pour les personnes âgées dont la complexité de la situation met en jeu la fluidité de leur parcours.

Un suivi intensif et à long terme peut être mis en place suite à un signalement fait directement par les professionnels ; alors, le gestionnaire de cas est l'interlocuteur direct de la personne prise en charge, du médecin traitant, et des professionnels intervenant à domicile, pour faciliter leur maintien chez eux

⇒ PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT DES AIDANTS

Le Soleil du Causse : Boulevard des douves
12260 Villeneuve.

05.65.29.11.00 ou 05.65.29.97.00

pfr@ehpad-villeneuve.fr

⇒ CCAS / RAPPROCHEZ-VOUS DE VOTRE MAIRIE

Mairie de Villefranche

Place Bernard Lhez

12200 Villefranche de Rouergue

05 65 65 16 41 // ccas@villefranchederouergue.fr

⇒ CARSAT – SERVICE SOCIAL

CPAM – Quai du Temple

12200 Villefranche de Rouergue

3646

⇒ CARSAT – SERVICE D'ACTION SOCIALE

2, Rue Georges Vivent

31065 TOULOUSE Cédex 9

3960

⇒ MSA (MUTUALITÉ SOCIALE AGRICOLE)

Agence de Villefranche de Rouergue

118 avenue du Quercy

12200 Villefranche de Rouergue

Service d'action sanitaire et sociale : 05 63 21 61 39

Standard MSA: 05 63 48 4000

⇒ PREVA (PRÉVENTION EVALUATION AUTONOMIE)

Préva a 2 fonctions:

- L'évaluation des besoins des personnes à domicile en vue de solliciter le financement d'aides à domicile ou d'adaptation du logement

Dans tous les cas, les évaluatrices Préva n'interviennent que sur mandat de la caisse de retraite et ne peuvent donc pas être directement sollicitées par les usagers.

- La mise en place d'ateliers de prévention M2P (Midi Pyrénées Prévention)

⇒ NUMÉROS D'URGENCE :

SAMU : 15

POMPIERS : 18

POLICE : 17





Glossaire

AD : Aide à Domicile

ADMR : Aide à Domicile en Milieu Rural

AES : Accompagnant Educatif et Social

APA : Allocation Personnalisée d'Autonomie

ARDH : Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation

ASH : Aide Sociale à l'Hébergement

ASPA : Allocation de Solidarité aux Personnes Agées

AV : Auxiliaire de Vie

AVS : Auxiliaire de Vie Sociale

CARSAT : Caisse d'Assurance Retraite et de Santé Au Travail

CCAS : Centre Communal d'Action Sociale

CSS : Complémentaire Santé Solidaire

EAA : Espace d'Accueil et d'Activités

EHPAD : Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées

ESA : Equipe Spécialisé Alzheimer

HAD : Hospitalisation A Domicile

MAIA : Méthode d'Action pour l'Intégration des services d'aide et de soins dans le champ de l'Autonomie

MDPH : Maison Départementale pour Personnes Handicapées

MSA : Mutualité Sociale Agricole

PIS : Point Info Séniors

SSIAD : Service de Soins Infirmiers A Domicile

TISF : Technicien de l'Intervention Sociale et Familiale



Notes

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



Notes

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



Notes

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

aveyron.fr



Le réseau forum des aidants

