

# Les solutions de répit en Pays Grassois

Professionnels, aidants : un guide pour vous accompagner.



# Sommaire

Vous accompagnez et vous êtes au contact de personnes en perte d'autonomie, il existe de nombreuses structures, relais et professionnels pour vous apporter des réponses sur les solutions de répit. Parce que prendre soin d'une personne malade n'est ni simple, ni facile, ce livret a été confectionné pour vous aider à identifier ces partenaires et trouver des solutions adaptées sur le territoire grassois. N'hésitez pas à poser des questions et à demander du soutien.

I	<b>DEFINITION DU PROCHE AIDANT</b>	<b>P4</b>
II	<b>OÙ SE RENSEIGNER QUAND ON EST AIDANT ?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ Consulter notre guide d'orientation pour y voir plus clair P4</li><li>▶ Mairie P5</li><li>▶ Centre Communal d'Action Sociale - CCAS P5</li><li>▶ Centre Local d'Information et de Coordination - CLIC P5</li><li>▶ Maisons des Solidarités Départementales - MSD P6</li></ul>	
III	<b>BESOIN DE «SAVOIRS» ET D'ETRE ACCOMPAGNÉ</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ Formation / prévention</li><li>▶ Groupe de parole</li><li>▶ Groupes d'informations et d'échanges</li></ul>	<b>P8</b>
IV	<b>ACTIVITES ET PRISES EN CHARGE POUR MON PROCHE</b> Seul ou en duo, retrouvez la liste des activités sur le territoire grassois	<b>P10</b>
V	<b>LES RESSOURCES À DOMICILE</b>	<b>P16</b>
VI	<b>LES RESSOURCES EN ETABLISSEMENT</b>	<b>P24</b>
VII	<b>AIDANT, QUELS SONT VOS DROITS ?</b>	<b>P28</b>
VIII	<b>QUELLES AIDES ?</b>	<b>P30</b>
	<b>AVEZ-VOUS PENSÉ À...</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ Consulter le médecin traitant pour faire un point santé ? P4</li><li>▶ Les sites internet et autres interlocuteurs utiles ? P33</li></ul>	

# Guide d'orientation

## TROUVEZ DES SOLUTIONS À TOUS LES STADES DE LA PERTE D'AUTONOMIE

### **PERSONNE AUTONOME**

*mais besoin de sécurité environnementale, de liens sociaux, d'animations*

L'OFFICE MUNICIPAL DES RETRAITÉS DE GRASSE	P15
ATELIERS CARPE DIEM	P15
BÉNÉVOLES	P21
RÉSIDENCES SERVICES	P24
RÉSIDENCES AUTONOMIE	P25
FOYER RESTAURANT - LA ROTONDE	P27

### **PERSONNE MOINS AUTONOME DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS**

*Préparation des repas, habillage, risque de chute, soins d'hygiène plus difficiles, perte de mémoire, apathie, difficultés à gérer l'administratif*

ACCUEIL DE JOUR	P14
PORTAGE DE REPAS À DOMICILE	P16
SSIAD ET INFIRMIERS LIBÉRAUX	P18
ÉQUIPE SPÉCIALISÉE ALZHEIMER- ESA	P18
AMÉLIORATION ET ADAPTATION DU LOGEMENT	P19
ACCUEILLANTS FAMILIAUX	P21
BÉNÉVOLES	P21
EMPLOI D'UNE PERSONNE À DOMICILE	P22
SÉJOURS TEMPORAIRES EN EHPAD	P26

### **PERTE D'AUTONOMIE INSTALLEE**

*Personne ayant des difficultés importantes dans les actes de la vie quotidienne et nécessitant des soins réguliers*

EHPAD	P25
-------	-----

### **EN SORTIE D'HOSPITALISATION**

*Si le retour à domicile semble compliqué*

SÉJOUR TEMPORAIRE EN EHPAD	P26
EMPLOI D'UNE AIDE À DOMICILE	P22

## DEFINITION DU PROCHE AIDANT

**Attentif à la qualité de vie des seniors qui aspirent à vivre chez eux dans les meilleures conditions, de nombreux partenaires et aides sont là pour préserver leur indépendance mais aussi pour vous aider, à souffler un peu. Et si on faisait le point ?**

### **QUI EST LE PROCHE AIDANT D'UNE PERSONNE ÂGÉE EN PERTE D'AUTONOMIE :**

Il s'agit du conjoint, du partenaire avec qui la personne âgée a conclu un pacte civil de solidarité ou son concubin, un parent, un allié ou une personne résidant avec elle ou entretenant avec elle des liens étroits et stables comme un voisin ou un ami, qui lui apporte son aide pour une partie ou la totalité des actes de la vie quotidienne de manière régulière et à titre non professionnel. *Art. L. 113-1-3 du code de l'action sociale et des familles*

## OÙ SE RENSEIGNER QUAND ON EST AIDANT ?

Les professionnels de la coordination peuvent vous recevoir **pour faire un point sur votre situation** :

- ▶ Sur les aides disponibles
- ▶ Sur l'identification de vos besoins
- ▶ Sur le suivi et l'accompagnement

Pensez-y, les activités proposées par les communes pour les seniors ou par les associations peuvent également être des moments de répit.

Les professionnels du soin peuvent eux aussi vous accompagner et vous orienter.

**Retrouvez les sites internet et numéros utiles à la fin de cette brochure.**

## Le médecin traitant

Généraliste ou spécialiste, exerçant en ville ou à l'hôpital, le médecin traitant joue un rôle central dans l'orientation et le suivi du patient tout au long de son parcours de soins. Le médecin traitant assure les soins habituels et de prévention dont a besoin son patient. Il met en place un suivi médical personnalisé, et dirige son patient vers un médecin spécialiste en cas de nécessité, soit pour une consultation ponctuelle, soit pour des soins réguliers. Il tient à jour le dossier médical du patient, coordonne son parcours de soins et centralise les avis des autres soignants.

La commune est une collectivité territoriale qui a pour principale mission de satisfaire les besoins quotidiens de la population. Ses attributions sont multiples : état-civil, urbanisme et logement, écoles et équipements, activités culturelles, santé et aide sociale, police ... Les agents municipaux peuvent vous renseigner et vous orienter vers les services du territoire. Des assistantes sociales effectuent des permanences dans certaines communes.

**N'hésitez pas à vous renseigner auprès de la mairie de votre lieu de résidence.**

## Centre Communal d'Action Sociale : CCAS

Le centre communal d'action sociale (CCAS) est, en France, un établissement public communal intervenant principalement dans trois domaines :

- ▶ l'aide sociale légale qui, de par la loi, est sa seule attribution obligatoire ;
- ▶ l'aide sociale facultative et l'action sociale, matières pour lesquelles il dispose d'une grande liberté d'intervention et pour lesquelles il met en œuvre la politique sociale déterminée par les élus locaux ;
- ▶ l'animation des activités sociales.

Le service social du CCAS accueille, informe, oriente et propose un accompagnement social individualisé notamment à destination des seniors.

Renseignez-vous auprès de la mairie de votre domicile ou du domicile de la personne aidée pour obtenir plus de renseignements.

Certaines communes ne bénéficient pas de CCAS ou de personnel spécifique cependant des permanences sociales peuvent être assurées par les assistantes sociales du département.

**Renseignements auprès de votre mairie.**

## Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) du CCAS Grasse

Le CLIC propose aux seniors de Grasse et à leurs aidants une information dans les domaines tels que le maintien à domicile, la santé, les droits sociaux... Il réalise à domicile une évaluation des besoins pour les seniors en perte d'autonomie. Il met en place les aides adaptées à chaque situation. Le CLIC travaille en étroite collaboration avec l'Association Gériatrie Gériatrie Grassoise -AG3- pour la prise en charge de situations médico-sociales complexes sur Grasse.

**Accueil du public de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00.**

**Service Gratuit - Centre du Petit Paris 78, Boulevard Victor Hugo, 06130 GRASSE.**

**Téléphone : 04 93 60 09 69 - clic@ccas-grasse.fr**

## L'association Gérontologie Gériatrie Grasse – AG3

L'AG3 fait partie de la Plateforme Gérontologique avec le CLIC du CCAS de la ville de Grasse.

L'AG3 propose un service gratuit à disposition des professionnels pour aider au maintien à domicile des personnes âgées de plus de 60 ans. En fonction des problématiques des professionnels et des besoins du patient, l'équipe de l'AG3 :

- ▶ Informe et oriente vers les professionnels ou dispositifs existants,
- ▶ Accompagne les professionnels de santé face aux situations complexes,
- ▶ Evalue la situation de la personne à domicile,
- ▶ Informe et soutient les aidants.

L'équipe est composée d'infirmières coordinatrices, d'une assistante sociale et d'un responsable administratif. Elle peut mobiliser également les compétences de professionnels comme ergothérapeute, diététicienne et psychologue.

Pour la commune de Grasse l'AG3 travaille avec les assistantes sociales du CLIC du CCAS de Grasse. Pour les communes environnantes et du haut pays grassois l'équipe intervient en partenariat avec les services sociaux existants.

**Territoire d'intervention identique à la carte page 35.**

**Accueil de la Plateforme Gérontologique du lundi au vendredi 9h00-12h00   14h00-17h00.**

**Standard : 04 93 60 09 69 - email : [association-geronto-grasse@wanadoo.fr](mailto:association-geronto-grasse@wanadoo.fr)**

## Maison des Solidarités Départementales : MSD

Véritable « Guichet unique du Département » ouvert au public du lundi au vendredi de 9h00   12h30 et exclusivement sur rendez-vous, de 13h30   17h00 : la MSD regroupe sur un même lieu les services d'action sociale et médico-sociale du Département, avec une triple vocation :

- ▶ l'accueil du public,
- ▶ la prévention des difficultés individuelles et familiales,
- ▶ l'insertion des personnes en difficultés sociales.

Ses principales missions :

▶ Accueil des habitants, lutte contre la précarité à travers un accompagnement social personnalisé : aide au maintien dans le logement, prévention des expulsions, instruction des droits et suivi des bénéficiaires du RSA, soutien financier, aide à la gestion budgétaire, etc.

- ▶ Accompagnement des familles et protection de l'enfance, à travers des actions

de prévention de mauvais traitement à l'égard des mineurs et des interventions professionnelles pour soutenir les parents sur un plan éducatif et budgétaire.

► Autonomie des personnes âgées, autonomie des personnes en situation de handicap (adultes et enfants) : maintien à domicile, accès aux droits – CAF, retraite, PCH, RQTH, AAH, AEEH, APA, mise en place des protections juridiques des majeurs.

Les équipes pluridisciplinaires conseillent, orientent et accompagnent les familles, les personnes isolées, âgées et handicapées en offrant une réponse de proximité et un accès aux droits pour tous, à chaque étape de la vie.

**Maison des Solidarités de Grasse Sud**  
**229 route de Cannes – Grasse 2000 – 06130 GRASSE**  
**Tél. : 04 89 04 35 10**

*Tourrettes-sur-Loup, Bouyon, Conségudes, les Ferres, Coursegoules, Le Rouret, Roquefort les Pins, Auribeau, Le-Bar-sur-Loup, Gourdon, Courmes, Caussols, Pégomas.*

**Maison des Solidarités de Grasse Nord**  
**Résidence les Capucins – 54 boulevard des Capucins – 06130 GRASSE**  
**Tél. : 04 89 04 36 20**

*Grasse, Magagnosc, Andon, Thorenc, Caille, Escragnoles, Gréolières, Cipières, Peymeinade, Saint-Auban, Sallagriffon, Le Mas, Briançonnet, Gars, Amirat, Collongues, Les Mujouls, Valderoure, Séranon, Saint-Vallier-de-Thiey, Saint-Cézaire-sur-Siagne, Le Tignet, Cabris, Spéracèdes.*

**Maison des Solidarités du Cannet**  
**53 boulevard de la République – 06110 LE CANNET**  
**Tél. : 04 89 04 33 10**

*La Roquette-sur-Siagne, Le Cannet, Mouans-Sartoux, Mougins.*

**Où se renseigner : ALLO SENIORS 06 au 0800 74 06 06**





## BESOIN DE « SAVOIRS » ET D'ÊTRE ACCOMPAGNÉ

Les aidants ont parfois des difficultés à demander de l'aide et du soutien. N'attendez pas l'épuisement pour être accompagné, pour échanger, pour vous former et être entendu.

### France Alzheimer 06

Association départementale affiliée à la Fédération Nationale France Alzheimer, France Alzheimer 06 est à la disposition des aidants en tant que lieu de ressources tout au long de l'évolution de la maladie d'Alzheimer.

**Permanences sociales sur rendez-vous au 04 93 52 62 00.**

▶ **À Grasse : le 3ème jeudi du mois de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00 - CLIC de Grasse.**

▶ **À Saint-Cézaire : 2ème mardi du mois, le matin à la mairie.**

Une Halte répit a lieu le deuxième mardi de chaque mois de 14h à 17h à la maison des associations du Tignet le Haut pour les aidés. France Alzheimer met également en place des ateliers mémoire animés par un psychologue pour les patients et des activités thérapeutiques animées par des bénévoles formés. Durant ce temps libre, l'aidant est invité s'il le souhaite au groupe de parole animé par une assistante sociale.

### Consultation Mémoire

L'une des missions des Consultations Mémoire concerne le dépistage, le diagnostic et le suivi des pathologies neurodégénératives : il existe plusieurs Consultations Mémoire dans le département des Alpes Maritimes au sein de structures publiques (centres hospitaliers) ou privées (cliniques, cabinets de neurologie). En plus du suivi médical, certaines Consultations Mémoire proposent des prises en charge non médicamenteuses (en groupe ou individuelles) à destination des patients et peuvent également proposer aux familles des temps d'échange et d'information (en groupe ou individuels).

La Consultation Mémoire -labellisée- du Centre Hospitalier de Grasse dispose d'une équipe pluridisciplinaire incluant des médecins gériatres et des neuropsychologues qui travaillent en lien étroit avec les professionnels de santé du territoire, cités tout au long de ce document, afin d'accompagner au mieux les patients et leurs familles. Les personnes concernées par des problèmes de mémoire, de concentration, de langage (...) peuvent prendre rendez-vous directement ou être adressées par un professionnel (le médecin traitant par exemple).



## Le répit Grassois – Plateforme de répit

La Plateforme s'adresse aux aidants vivant avec un proche malade à domicile. Différentes activités gratuites sont proposées comme des groupes de soutien, des entretiens individuels, des séjours vacances, des petits déjeuners, etc. Cela permet aussi d'échanger avec des familles qui vivent des situations similaires. Le groupe est principalement animé par une psychologue. Les objectifs de la Plateforme de Répit sont l'accueil, l'écoute, le soutien, l'information, la formation, la création de lien social et le bien-être des aidants.

**Renseignements : Sandrine PAZZAGLIA au 06 81 51 47 52.**

## Le Café des Aidants

Le Café des Aidants a vocation à accueillir les aidants non professionnels une fois par mois, et est en libre accès (inscription non obligatoire). Ces groupes sont animés par des professionnels (souvent de formation sociale) pour apporter des informations diverses aux aidants (droits sociaux, responsabilité juridique, modalités d'aide à domicile, entrée en institution, etc.) et leur permettre d'échanger entre eux.

Animé par un psychologue et un travailleur social, il sera question à Grasse, une fois par mois, autour d'un café, de réunir des aidants autour d'un thème afin d'échanger conseils et expériences.

**Le Café des Aidants du Pays Grassois se tient le 1er jeudi de chaque mois au restaurant Bella Napoli - 14 boulevard du Jeu de Ballon – 06130 Grasse, de 15h00 à 17h00.**

**Plus de renseignements au 06 75 39 08 20 – Organisé par le groupe ORPEA avec le soutien de l'Association Française des aidants.**

## Le Rendez-vous des aidants

Les Rendez-vous des Aidants sont organisés chaque trimestre à la Résidence Pré du Lac à Châteauneuf. Ces rencontres permettent aux aidants familiaux et professionnels qui se sentent parfois isolés, de venir s'informer sur différentes thématiques. Les participants ont ensuite la possibilité de partager leurs interrogations et expériences autour d'un cocktail dînatoire.

**Programme et renseignements : [www.emera.fr/aidants06](http://www.emera.fr/aidants06)**

A partir des besoins et des attentes des aidants familiaux, l'APF a conçu un programme de sensibilisation-formation appelé à se décliner sur l'ensemble du territoire national.

Ces journées sont gratuites, pluri-thématiques, co-animées par un binôme formateur et pair-formateur.

**APF 06 - 3 avenue Antoine VERAN, 06100 NICE**

**Informations et inscription au 04 92 07 98 00 ou sur le blog**

**<http://dd06.blogs.apf.asso.fr>**

## IV

## ACTIVITES ET PRISES EN CHARGE POUR MON PROCHE

### Les thérapeutiques non médicamenteuses

Avec une moyenne de sept molécules différentes par jour, les personnes âgées sont les plus grosses consommatrices de médicaments. Pour essayer de réduire ces quantités et éviter les accidents, des établissements de santé mettent en place des alternatives aux traitements.

Et vous, avez-vous pensé aux alternatives pour votre aidé ?

#### ► **Activités à faire ensemble**

L'important est de proposer des activités à deux, à un moment calme où vous ne serez pas dérangés afin de profiter pleinement de cet instant avec votre proche. Les activités peuvent être très variées et permettre de solliciter les capacités préservées sans craindre de ne pas savoir faire : c'est la notion de plaisir qui prime et non les résultats !

Peu importe que cela ne soit pas réalisé à votre goût ou à ceux des autres, dites vous que le plus important c'est de partager un moment ensemble. Votre proche pourra aussi profiter d'un moment en toute autonomie avec satisfaction où il ne ressentira plus la pression sociale de « bien faire ».

Les activités centrées sur **les actes de la vie quotidienne** permettent de maintenir l'autonomie de votre proche, ses automatismes et renforce son sentiment d'utilité :

→ Confiez lui des tâches simples qui auront peu d'impact sur la journée si elles ne sont pas réalisées « correctement » : plier du linge, passer l'aspirateur, dégraisser la vaisselle avant de la passer en machine, etc.

Les activités sollicitant les **capacités cognitives et créatives**

→ Les mots fléchés, mêlés, les jeux de société, le jeu du baccalauréat, les mandalas (dessins originaux qui n'imposent pas de règles), la peinture, le bricolage : poncer une vieille chaise par exemple, etc. ;

→ Le jardinage : dans le jardin ou sur votre terrasse, c'est l'occasion de s'émerveiller de la nature, de faire appel aux sens et d'engager une activité qui détend ;

→ La cuisine : constituer une salade de fruit en répartissant les tâches : peler les pommes par exemple pendant que vous réalisez une tâche plus complexe ;

→ Écrire ensemble l'histoire de la famille, élaborer un album photo de famille : les souvenirs anciens sont plus prégnants, c'est un moyen agréable de faciliter la communication et de replonger dans les souvenirs agréables ;

Les activités sollicitant les **capacités motrices**

→ L'activité physique a un réel impact positif sur les personnes présentant des pathologies démentielles, il est important de prendre en compte leur rythme mais aussi leurs capacités : les promenades propices à la communication, la gym douce, la danse (chez vous ou dans un club) ;

Les activités **psychosociales ou de bien-être**

→ Le chant ou l'écoute musicale : vous serez surpris de constater que votre proche conserve en mémoire pendant très longtemps les paroles de certaines chansons : cette activité sollicite la mémoire procédurale et émotionnelle et elle apporte un réel moment dynamisant et de détente.

→ Les conversations autour d'un thème précis : les animaux, les voyages, l'école, etc. Vous pouvez vous aider de supports comme des photos, des sons etc.

→ Les fêtes de famille, etc.

### ► Ateliers mémoire

En général il s'agit de séances d'une à deux heures réalisées en groupe, lors desquelles des exercices (de concentration, de langage, de mémoire, ...) sont proposés afin de mobiliser diverses fonctions cognitives. C'est aussi un moment de rencontres et d'échanges qui sont un moyen très agréable d'entretenir le cerveau !

→ organisés par le CCAS de Grasse :

◆ organisés à l'Office Municipal des Retraités de Grasse à l'attention des grassois et grassoises, 1 fois par semaine.

◆ organisés au CLIC une fois par semaine le mercredi après-midi.

→ proposés par la Consultation Mémoire de Grasse pour les personnes qui y sont suivies

→ dispensés tous les mercredis et vendredis de 15h à 16h à la résidence Pré du lac à Châteauneuf. **Renseignements et inscription: 04 92 60 34 34**

→ dispensés par le Foyer Amical Mouansois (ouvert aux habitants d'autres communes)

*Pour plus d'informations rapprochez-vous des structures concernées. Par ailleurs, cette liste n'étant pas exhaustive n'hésitez pas à vous renseigner auprès du CCAS de votre commune.*

### ▶ La kinésithérapie

Thérapie qui traite les muscles et les articulations par la pratique de mouvements adaptés au mal dont souffre le patient. Les séances peuvent se faire à domicile ou en cabinet, sur prescription médicale, avec une prise en charge de l'assurance maladie.

### ▶ L'ergothérapie

Spécialité paramédicale destinée aux personnes de tous âges souffrant de handicaps, notamment moteurs et psychomoteurs. Expert en réadaptation, ils apportent des solutions au handicap aussi bien dans la vie quotidienne que professionnelle ou scolaire, à l'aide de différents types de soins, de conseils et d'activités éducatives. Les séances se font en cabinet ou à domicile, sur prescription médicale avec un financement possible des mutuelles ou du Département.

### ▶ La psychomotricité

C'est une approche globale de la personne. Elle considère que les fonctions motrices et l'état psychique, affectif et relationnel sont en lien et ont des effets les uns sur les autres. Elle est l'expression corporelle de notre vie psychique, affective, intellectuelle et relationnelle, tant dans son fonctionnement que dans sa structure. Les séances se font en cabinet ou à domicile, sur prescription médicale avec un financement possible des mutuelles ou du Département.

### ▶ L'orthophonie

Thérapie paramédicale visant à traiter les différents troubles du langage parlé et écrit, pouvant notamment être liés à des atteintes des organes vocaux (larynx, cordes vocales) ou des lésions cérébrales. Les séances peuvent se faire à domicile ou en cabinet, sur prescription médicale, avec une prise en charge financière de l'assurance maladie.

**Les thérapies suivantes ne sont pas systématiquement effectuées par des professionnels de santé. Les professions de santé sont définies par le code de la santé publique.**

### ▶ L'ostéopathie

L'ostéopathie consiste, dans une compréhension globale du patient, à prévenir, diagnostiquer et traiter manuellement les dysfonctions de la mobilité des tissus du

corps humain, susceptibles d'en altérer l'état de santé. Les séances peuvent se faire à domicile ou en cabinet, avec un financement possible des mutuelles.

### ▶ **La sophrologie**

Le mot Sophrologie vient du grec : Sos signifie tranquille, serein. Phren signifie cerveau, conscience. Logos signifie étude, science. La Sophrologie est l'étude des techniques permettant d'obtenir la sérénité de l'esprit.

### ▶ **La musicothérapie**

Thérapie qui cherche à utiliser les propriétés de la musique et du sonore comme support afin de rétablir, maintenir ou améliorer les capacités sociales, mentales et physiques d'une personne.

### ▶ **La balnéothérapie**

La balnéothérapie est l'ensemble des soins, traitements et cures où des bains sont utilisés. Elle peut consister en des bains d'eau de mer (thalassothérapie) ou d'eau de source. La balnéothérapie peut être utilisée à des fins thérapeutiques, mais aussi pour la relaxation.

### ▶ **La Zoothérapie**

La zoothérapie est une thérapie qui utilise la proximité d'un animal domestique pour réduire le stress ou les conséquences d'un traitement médical ou des problèmes post-opératoires.

### ▶ **La pratique Snoezelen ou le travail sur la mémoire sensorielle**

Il s'agit d'un accompagnement sensoriel permettant d'apaiser les troubles du comportement suscités par l'angoisse. Cette méthode permet de reconstituer un cadre sécurisant et contenant, propice à se remémorer des souvenirs, retrouver la parole...

## L'Accueil de jour

L'accueil de jour s'adresse principalement aux personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, aux personnes âgées en perte d'autonomie.

### **L'accueil de jour permet aux personnes âgées :**

De bénéficier d'un suivi régulier et d'un accompagnement adapté par des professionnels, de renouer des liens, de sortir de chez elles. L'accueil dure en général une journée, de 9h à 16h et comprend le temps du repas de midi.

## **L'accueil de jour permet aux aidants :**

De pouvoir se libérer du temps durant la journée, une ou plusieurs fois par semaine. Il permet aussi, pour ceux qui le souhaitent de ne pas rester seuls avec leurs questions et de partager leurs inquiétudes avec des professionnels.

L'accueil de jour est destiné aux personnes vivant à domicile et permet de les accueillir le temps d'une journée jusqu'à plusieurs fois par semaine.

Les accueils de jour peuvent être accolés à des établissements d'accueil permanent ou être autonomes. La structure d'accueil de jour peut organiser le transport de ses participants. Si cela n'est pas le cas, un forfait transport est versé à la famille ou est déduit du tarif journalier (dans la limite du plafond du forfait journalier de frais de transport fixé annuellement). NB : Ne pas oublier d'en prévoir la possibilité dans le plan d'aides APA.

## **Accueil de jour en EHPAD**

### **LES AQUARELLES**

467 av E.Bertrand,  
06370 MOUANS-SARTOUX - 04 92 92 81 15  
10 places

### **VICTORIA- EMERA**

755 ch des Gourettes - 06370 MOUANS-SARTOUX - 04 92 99 98 00  
6 places

### **LE MAS DES MIMOSAS**

2344 route de la Fenerie,  
06580 PÉGOMAS - 04 92 97 71 10  
16 places

### **LES JARDINS DE FANTON**

1336 avenue de Grasse  
06580 PÉGOMAS - 04 92 60 96 18  
10 places (spécialisé Parkinson)

### **SAINT MARTIN**

267 route de la Roquette  
06250 MOUGINS - 04 92 28 80 90  
6 places

## **Accueil de jour indépendant**

### **LE RÉPIT GRASSOIS**

54 Chemin des Poissonniers  
06130 GRASSE - 04 93 40 82 84  
12 places

## **GSF NOISIEZ**

55 allée Charles Victor Naudin

06410 BIOT

04 97 21 69 30

30 places

## **L'office municipal des retraités de Grasse- OMRG**

L'office municipal des retraités de Grasse propose quotidiennement aux retraités grassois des loisirs et des activités créatives, artistiques, sportives et culturelles, ainsi que des voyages et des excursions. Cotisation annuelle.

**Allée des bains, 06130 GRASSE.**

**Tél : 04 93 36 33 20 du lundi au jeudi de 13h30 à 16h et le vendredi de 13h30 à 15h45.**

## **Les Ateliers Carpe Diem**

Les Ateliers Carpe Diem ont pour vocation de favoriser l'autonomie des seniors à domicile à travers des activités créatives, sociales et stimulantes. Ce programme est proposé aux personnes de plus de 60 ans souhaitant retrouver un lien social. Ainsi chaque jeudi les résidences EMERA accueillent les seniors de 10h à 12h pour stimuler l'autonomie cognitive, physique, et intellectuelle des participants à travers des activités telles que : ateliers mémoire, gymnastique douce, bien-être.

**Programme et renseignements : [www.emera.fr/carpediem06/](http://www.emera.fr/carpediem06/)**

## **Rester ensemble**

Il existe des répit sans séparation :

### **► Séjour Vacances Répit Alzheimer :**

Des séjours pour les familles, animés par une équipe de bénévoles offrant une rupture bénéfique avec le quotidien. L'Association France Alzheimer et maladies apparentées organise depuis près de 30 ans des Séjours Vacances adaptés, véritables « parenthèses » dans le quotidien des personnes malades et des aidants.

Plus d'une dizaine de destinations sont proposées. Chaque séjour est encadré par des bénévoles qui mettent toute leur expérience à votre service pour faire de ces

quelques jours de repos un vrai moment de détente et de partage.

**Renseignements auprès de France Alzheimer : [www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)  
Ou au 0800 97 20 97**

► **Des séjours proposés par les plateformes de Répit :**

Des séjours de 3 jours et 2 nuits sont organisés et encadrés par des professionnels, chaque année en juin, pour le couple aidant/aidé.

**Renseignements auprès de Mme PAZZAGLIA de la plateforme de répit : 04 93 40 82 84**

*Pour plus d'informations, vous pouvez vous rapprocher du psychologue de votre accueil de jour ou de France Alzheimer.*

# V

## LES RESSOURCES À DOMICILE

### Le Portage de repas à domicile

Livraisons des repas pour le midi, avec éventuellement un complément pour le soir. Les menus sont adaptés au régime alimentaire de la personne et chacun peut en bénéficier à condition :

- de vivre dans une commune desservie par un service de portage des repas,
- d'être dans une situation qui justifie la livraison des repas.

Le Département peut participer aux frais de ce service sous certaines conditions de ressources.

**Pour tout renseignement, adressez-vous au Centre Communal d'Action Sociale, à votre mairie ou au gestionnaire du service de portage des repas de votre commune.**

#### **Quelles adresses ?**

Portage de repas habilités, organisés par des CCAS ou par l'agglomération du Pays de Grasse :



### **CCAS de Grasse**

42 boulevard Victor Hugo

06130 GRASSE

Tél : 04 97 05 56 69 Tél 2: 04 97 05 56 50

*Zone d'intervention : GRASSE*

### **Communauté d'Agglomération du Pays de Grasse**

12 Place du général de Gaulle

06530 SAINT-CÉZAIRE-SUR-SIAGNE

Tél : 04 93 40 55 40

Fax : 04 93 60 81 80

*Zone d'intervention : CABRIS, LE TIGNET,  
SPERACEDES, PEYMEINADE, ST CEZAIRE  
SUR SIAGNE, ST VALLIER DE THIEY*

### **CCAS de Mouans-Sartoux**

Avenue Marcel Journet

06370 MOUANS-SARTOUX

Tél : 04 92 92 47 22

*Zone d'intervention : MOUANS-SARTOUX*

### **Mairie de Bar sur Loup.**

2 Place de la Tour,

06620 LE BAR-SUR-LOUP

Tél : 04 92 60 35 73

**Portage de repas via des entreprises privées : Renseignements auprès de votre mairie de résidence, votre CCAS, sur internet.**

## **Les professionnels de santé**

Parmi eux, vous retrouvez les médecins généralistes, les médecins spécialistes, les pharmaciens, ainsi que les auxiliaires médicaux tels que les infirmiers, masseurs-kinésithérapeutes, orthophonistes, ambulanciers, etc.

Tous jouent un rôle clé dans la prise en charge des personnes à domicile. N'hésitez pas à leur demander des conseils et renseignements.

L'infirmier libéral dispense des soins divers, notamment des soins aidant le maintien à domicile des personnes âgées comme les soins d'hygiène. Il peut se déplacer au domicile des patients pour prodiguer ces soins.

L'infirmier libéral travaille en relation étroite avec les autres professionnels de santé notamment le médecin traitant et avec les intervenants du secteur social et médico-social.

Le pharmacien d'officine, à travers ses conseils et ses connaissances agit également sur l'amélioration du maintien à domicile en répondant aux attentes du malade et de son entourage.

Au domicile comme à l'hôpital, les professionnels de santé travaillent ensemble pour permettre la meilleure prise en charge de leurs patients.

**Pour trouver un professionnel de santé libéral, consultez le site de l'assurance maladie [annuaire.sante.ameli.fr](http://annuaire.sante.ameli.fr)**

## SSIAD : Les Services de Soins Infirmiers à Domicile

Le service assure, sur prescription médicale, aux personnes âgées malades ou dépendantes, à partir de 60 ans, les soins infirmiers et de nursing, le concours nécessaire à l'accomplissement des actes essentiels de la vie ainsi qu'éventuellement d'autres soins relevant des auxiliaires médicaux.

### **SSIAD COSI**

2 rue Calendal  
06560 VALBONNE  
Tél : 04 97 21 82 76

### **SSIAD Arnault TZANCK**

Avenue commandant Cahuzac  
06700 ST LAURENT DU VAR  
Tél : 04 92 27 31 11

### **SSIAD L'Age d'Or**

16 avenue Marcel Journet  
06370 MOUANS-SARTOUX  
Tél: 04 93 75 73 40

### **SSIAD CCAS de Grasse**

Villa Guérin 42Bd Victor HUGO  
06130 GRASSE  
Tél : 04 97 05 56 56

### **SSIAD DOMUSVI**

Clinique du Palais 25 avenue Chiris  
06130 GRASSE  
Tél : 04 97 05 56 57

## ESA : Equipe Spécialisée Alzheimer

Équipes de professionnels formés aux soins d'accompagnement et de réhabilitation (ergothérapeutes, psychomotriciens, assistants de soins en gérontologie) qui interviennent à domicile, afin de favoriser le maintien et la stimulation des capacités restantes, l'adaptation de l'environnement, l'apprentissage de stratégies de compensation, et l'amélioration de la relation patient-aidant.

Les soins de réhabilitation et d'accompagnement ont lieu à domicile, **sur prescription médicale**, 12 à 15 séances sur une durée maximale de 3 mois, à hauteur de 1h par semaine, renouvelable tous les ans.

### **ESA CCAS de Grasse**

Villa Guérin 42Bd Victor HUGO  
06130 GRASSE  
Tél : 04 97 05 56 57

### **ESA EMA COSI**

13 avenue Maurice Jeanpierre  
06110 LE CANNET  
Tél : 04 93 46 31 34

### **ESA Siagne et Loup**

UNISAD Tzanck Avenue du commandant Cahuzac  
CS10067  
06702 Saint-Laurent-du-Var  
Tél : 04 92 27 37 11

## Amélioration et adaptation du logement

### ► **Téléassistance**

Petit émetteur relié téléphoniquement, 24 h sur 24, à un service d'aide à distance. En cas de problème, une simple pression du doigt sur le médaillon permet d'être rapidement en contact avec la centrale d'aide pour vous porter secours. Une allocation forfaitaire, d'un montant de 20 euros (valeur au 1er avril 2011) pour le financement d'une téléassistance à domicile est mise en œuvre par le Département des Alpes-Maritimes sous condition de ressources.

***Renseignements auprès des MSD, CCAS et CLIC et point infos : 04 97 18 73 32***

### ► **Téléassistance avancée**

Proposée dans le cadre du plan d'aide APA, ce dispositif comprend un ensemble de capteurs connectés avec un dispositif de téléassistance permettant le déclenchement automatique d'une alerte :

- un transmetteur connecté aux capteurs et la plateforme de téléassistance,
  - un système de détection de chute sous la forme d'un bracelet montre,
  - des capteurs de fumée, monoxyde de carbone, etc.
  - et un système d'éclairage automatique sur le trajet de la chambre aux sanitaires.
- La prestation est incluse dans le plan d'aide APA sous plafond du montant attribué. Le montant de la prestation est de 34.8 €/ mois. Le paiement se fait directement au prestataire. La participation mensuelle éventuelle du bénéficiaire (ticket modérateur) est comprise dans le montant du plan d'aide.

### ► Aides techniques du 1er mois

Dans le cadre de l'APA, le plan d'aide peut participer au financement d'aides techniques (barre d'appui, rehausseur WC, siège de bain...) Il s'agit de consacrer le premier mois une partie forfaitaire de 400€ maximum sous plafond du montant du plan d'aide pour l'acquisition d'aides techniques. Priorité à la prévention des chutes et instruments ergonomiques pour préserver l'autonomie.

### ► Bracelet de géolocalisation pour sécuriser les déplacements

Le bracelet (qui est en fait une montre multifonction avec système de téléphonie mobile) permet de localiser la personne avec précision, car il intègre un système de géolocalisation GPS-assisté d'une fonction GSM et d'un système de déclenchement d'alerte automatique.

**Renseignements et modalités d'obtention sur le site du Département 06, dans la rubrique Senior - vous aider [www.departement06.fr](http://www.departement06.fr)**

**Ou auprès de votre mairie, CCAS du lieu de résidence ou du CLIC sur Grasse.**

### ► Aides à l'amélioration de l'habitat

Si le logement vous paraît inadapté, non sécurisé, des solutions existent pour l'améliorer, le rendre plus sécurisant et plus adapté. Des aides existent et vous pouvez peut-être en bénéficier (Les aides des caisses de retraites, aides des collectivités territoriales, les aides fiscales).

**Propriétaires ou locataires, renseignez-vous auprès de votre caisse de retraite, mairie de la commune du domicile, du CCAS ou du département 06 en appelant le numéro Allo senior 0 800 74 06 06.**

L'ANAH Agence Nationale de l'Habitat accorde des aides financières selon les revenus.

**Pour obtenir les coordonnées du point rénovation info service près de chez vous, appelez le 0820 15 15 15 (0,05 € /min) ou faire une recherche sur le site de l'ANAH.** Pour trouver les coordonnées d'un prestataire, contactez le point rénovation info service près de chez vous.

Les personnes retraitées qui souhaitent faire des travaux dans leur résidence principale se trouvant dans les Alpes-Maritimes et dont les travaux n'ont pas débuté peuvent trouver des renseignements, conseils et accompagnements dans les démarches d'amélioration de l'habitat en contactant «**SOLIH 06**» au **04 93 80 76 26.**

*Renseignez-vous sur les démarches avant de commencer les travaux.*

## Les accueillants familiaux

Les familles qui accueillent des personnes âgées et/ou des adultes handicapés ont dû préalablement obtenir un agrément du Conseil Départemental.

Intégrée à la vie de famille, la personne accueillie peut ainsi maintenir un réseau relationnel et une certaine insertion sociale.

Chaque famille accueille en général une ou trois personnes. Un contrat est signé entre la famille d'accueil et la personne et précise les droits et obligations des deux parties. Le contrat établi peut être à titre payant ou au titre de l'aide sociale.

La famille d'accueil est employée par la personne qui lui assure une rémunération au travers d'un contrat de travail.

*Retrouvez la liste des accueillants familiaux auprès de votre mairie,  
CCAS ou CLIC.*

## Les bénévoles

Des associations sont spécialisées dans l'intervention de bénévoles, au domicile des personnes âgées isolées ou se déplaçant difficilement.

Ces visites peuvent être uniquement des visites de convivialité, ou peuvent également avoir un objet particulier comme le portage de livres pour les personnes se déplaçant difficilement.

Voici quelques exemples d'associations faisant intervenir des bénévoles :

### ► La société Saint Vincent de Paul

Les bénévoles de la société Saint Vincent de Paul réalisent des visites à domicile, en maison de retraite ou à l'hôpital.

**04 93 85 14 72 ou [ssvp06.net@gmail.com](mailto:ssvp06.net@gmail.com)**

### ► Association Jalmau (Jusqu'à la mort accompagner la vie)

Les bénévoles de l'association Jalmau exercent leur accompagnement auprès des personnes gravement malades ou en fin de vie, auprès des personnes âgées fragilisées, dans les institutions, les hôpitaux, les maisons de retraite et à domicile.

**Maison des Associations- 16, rue de l'Ancien Palais de Justice - 06130 GRASSE**  
**[jalmau.pays-grassois@laposte.net](mailto:jalmau.pays-grassois@laposte.net)**

### ► Association France Parkinson comité 06- Cannes

Réunir toutes les personnes atteintes de la maladie de Parkinson afin qu'elles ne s'isolent pas. Maladie neurodégénérative entraînant des troubles de la marche, de la voix, perte de la dextérité, raideur... tout cela entraînant le retrait de la vie

sociale de la personne atteinte.

**Contact : Mme SULTAN Suzanne**

**Téléphone : 04 92 18 05 57 ou [suzanne.sultan@orange.fr](mailto:suzanne.sultan@orange.fr)**

## L'emploi d'une personne à domicile

Missions des services d'aide à domicile ou intervenants indépendants :

- ▶ Accompagner et aider dans les actes essentiels de la vie quotidienne : aide pour réaliser la toilette, s'habiller, s'alimenter, etc.
- ▶ Accompagner et aider dans les tâches de la vie quotidienne : Réalisation des commissions, élaboration des repas, entretien du linge, tâches ménagères générales : entretien des sols, sanitaires, etc. ;
- ▶ Accompagner et aider dans les activités de la vie sociale et relationnelle : sorties, loisirs, démarches administratives, etc.
- ▶ Présence et accompagnement d'une personne pendant l'absence de l'aidant.

*Renseignements auprès des CCAS, Mairies, CLIC et certains services d'aides et d'accompagnement à domicile.*

### ▶ Les services d'aides et d'accompagnement à domicile

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile en mode prestataire sont autorisés par le Département, et financés sur la base d'un tarif horaire départemental. Ils ont le statut de service médico-social et doivent remplir les obligations réglementaires strictes et rendre des comptes régulièrement au conseil départemental. Ce dernier contrôle notamment la qualité des prestations rendues par ces services.

Les interventions des services d'aide à domicile ont pour objectif de favoriser ou maintenir l'autonomie des personnes âgées et leur permettre de continuer à vivre chez elles le plus longtemps possible.

Les services peuvent être prestataire (les intervenants à domicile sont salariés du service d'aide à domicile) ou mandataire (l'intervenant à domicile est votre salarié mais le service à domicile vous épaulé dans les tâches administratives).

*Renseignements auprès des Mairies, CCAS et CLIC.*

### ▶ Les intervenants indépendants

Si vous employez directement un intervenant à domicile sans l'intermédiaire d'un service, vous devenez particulier employeur. Dans ce cas, vous n'êtes accompagné par aucun service d'aide à domicile. En qualité d'employeur, vous devez respecter

certaines obligations, connaître les textes applicables et les démarches à effectuer. Renseignements auprès des mairies, CCAS et sur les sites internet FEPEM, le portail officiel du particulier employeur et du salarié : [net-particulier.fr](http://net-particulier.fr), site de la fédération du service aux particuliers.

L'auxiliaire de vie sociale exerce un métier de la filière sociale et non de la filière soignante. La profession est réglementée et les missions strictement encadrées. Aucun acte médical ou paramédical ne peut être exécuté par l'auxiliaire de vie. Elle épaulé et assiste les personnes âgées pour permettre leur maintien à domicile, contribuer à la préservation, à la restauration et à la stimulation de leur autonomie et à maintenir leur insertion sociale. L'auxiliaire de vie doit prioritairement «aider à faire», elle ne réalisera les tâches à la place de la personne aidée que si celle-ci est dans l'incapacité complète de les effectuer.



## Résidences Services

Les résidences services sont conçues pour des personnes âgées autonomes seules ou en couple qui ne peuvent plus ou ne veulent plus vivre à leur domicile classique.

La vie dans une résidence services permet de :

- ▶ continuer à vivre de manière indépendante ;
- ▶ bénéficier d'un environnement plus sécurisé (conciergerie, gardiennage, domotique)
- ▶ utiliser des services collectifs (restauration, ménage, animations)

### **Les Jardins d'Arcadie**

1 Boulevard Georges Clemenceau,  
06130 GRASSE - 04 92 60 90 90

### **Résidence Seniors Emerys Anne**

83 chemin des Poissonniers,  
06130 GRASSE - 04 92 42 45 00

### **Résidence Seniors Emerys Albert**

835 Chemin des Gourettes,  
06370 MOUANS-SARTOUX - 04 92 92 54 00

### **La Bastide des Vignes**

14 Chemin de Canteperdrix,  
06130 GRASSE - 04 93 77 52 09

### **Les villages d'or**

31 Chemin de la Chapelle Saint-Antoine,  
06130 GRASSE - 04 93 40 81 59

### **Les Terrasses de Fanton**

1336, route de Grasse,  
06580 PEGOMAS - 04 92 60 96 18

### **Résidence COGEDIM - Fleur D'Azur**

142 avenue de Grasse,  
06580 PEGOMAS - 04 93 09 58 00



Les résidences autonomie (anciennement foyers logement) sont conçues pour accueillir dans un logement des personnes âgées majoritairement autonomes qui ne peuvent plus ou n'ont plus l'envie de vivre chez elles (à cause d'une baisse de revenus, de difficultés d'accès aux commerces, d'un sentiment d'isolement...).

Les résidences autonomie accueillent les personnes seules ou les couples de plus de 60 ans et qui ont un niveau de perte d'autonomie évalué en GIR 5 ou 6.

**Se renseigner sur les structures du département 06 - hors territoire grassois sur le site [www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)**

## Établissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes

Les EHPAD sont des maisons de retraite médicalisées qui proposent un accueil en chambre. Ils s'adressent à des personnes âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien. Ces personnes peuvent être partiellement ou totalement dépendantes de l'aide de quelqu'un dans les actes de la vie quotidienne pour des raisons physiques ou mentales.

Sur le territoire Grassois il existe de nombreuses structures publiques, associatives ou privées. Ci-contre vous trouverez la liste des EHPAD du territoire Grassois :

LA BASTIDE DU MOULIN - DOMUSVI	Auribeau	04 97 01 15 00
LES ORANGERS	Bar/Loup	04 93 40 68 00
DIAMANTINE - ORPEA	Châteauneuf	04 93 42 41 40
LE PRE DU LAC - EMERA	Châteauneuf	04 92 60 34 34
LA MAISON DE FANNIE - DOLCEA	Grasse	04 92 60 61 00
LE CLOS DES VIGNES - DOMUSVI	Grasse	04 92 60 68 00
LE PETIT PARIS	Grasse	04 93 09 50 56
LES JARDINS DE GRASSE - ORPEA	Grasse	04 93 36 09 38
LES ORCHIDEES - MEDIFAR	Grasse	04 93 40 54 64
ORSAC - MONTFLEURI	Grasse	04 93 40 38 38
PALAIS BELVEDERE - MEDIFAR	Grasse	04 93 40 58 58
RESIDENCE SOPHIE - EMERA	Grasse	04 92 42 45 00
LES MIMOSAS - ORPEA	Grasse	04 92 60 30 90
ANDRE LOUIS BIENVENU	Mouans-Sartoux	04 93 12 93 40
LES AQUARELLES	Mouans-Sartoux	04 92 92 81 15
VICTORIA - EMERA	Mouans-Sartoux	04 92 99 98 00
MAISON JEAN DEHON	Mougins	04 92 92 49 49
LES TROIS S	Mougins	04 97 16 67 00
SAINT MARTIN	Mougins	04 92 28 80 90
LA RIVIERA - KORIAN	Mougins	04 92 92 29 28
LE PARC DE MOUGINS	Mougins	04 93 48 71 48

LA BASTIDE DE PEGOMAS	Pégomas	04 97 01 16 40
LE MAS DES MIMOSAS	Pégomas	04 92 97 71 10
LES JARDINS DE FANTON	Pégomas	04 92 60 96 18
LES JASMINES DE CABROL - DOMUSVI	Pégomas	04 97 01 18 18

## Hébergements temporaires en EHPAD

L'hébergement temporaire donne la possibilité aux personnes en difficulté de vie d'être accueillies de plusieurs jours à plusieurs semaines, le week-end ou encore la nuit (ce que ne permet pas l'accueil de jour). L'hébergement temporaire permet à l'aidant d'organiser des périodes de répit (week-end, vacances) ou des périodes de transition entre deux prises en charge (comme l'hospitalisation). Il peut être une solution face à une situation d'urgence.

Le public accueilli :

- ▶ Les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.
- ▶ Les personnes âgées en perte d'autonomie physique.
- ▶ De manière plus marginale, les personnes âgées autonomes isolées.

Ci-contre la liste des hébergements temporaires Alzheimer du territoire grassois.

### AURIBEAU

La Bastide du Moulin 04 97 01 15 00

### GRASSE

Résidence Sophie 04 92 42 45 00

Le Clos des Vignes 04 92 60 68 00

La Maison de Fannie 04 92 60 61 00

### PEGOMAS

Les Jardins de Fanton 04 92 60 96 18

Le Mas des Mimosas 04 92 97 71 10

Les jasmins de Cabrol 04 97 01 18 18

### MOUGINS

Résidence Saint Martin 04 92 28 80 90

***N'hésitez pas à contacter les EHPAD près de chez vous qui pourraient disposer de lits d'accueil temporaire. Liste des EHPAD du territoire grassois page 25.***

Le Foyer Restaurant de la Rotonde géré par le CCAS de Grasse est dédié aux retraités de Grasse et de ses hameaux. Il propose un repas équilibré, élaboré sur place et partagé en toute convivialité.

Il est ouvert du lundi au dimanche pour le repas de midi (hors jours fériés et dimanches des mois de juillet et août).

### **CCAS de Grasse**

Foyer-restaurant

«La Rotonde»

Cours Honoré Cresp

06130 GRASSE

Tél : 04 93 36 09 73



La loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement reconnaît la place et le rôle des aidants proches en créant le droit au répit pour leur permettre de se reposer ou de se dégager du temps et de bénéficier d'une aide financière ponctuelle.

## Le congé du proche aidant

Le congé du proche aidant permet, sous certaines conditions, de cesser son activité salariée afin de s'occuper d'une personne handicapée ou faisant l'objet d'une perte d'autonomie d'une particulière gravité. Ce congé est accessible sous conditions (ancienneté, lien familial ou étroit avec la personne aidée, résidence en France de la personne aidée) et pour une durée limitée. Il est non indemnisé.

*Retrouvez les conditions d'attribution et les démarches à suivre sur [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) et auprès de votre employeur.*

## Le congé de solidarité familiale

Le congé de solidarité familiale est ouvert aux membres de la famille et aux personnes de confiance qui souhaitent assister un proche en fin de vie et doivent pour cela s'absenter de leur travail. Ce congé est d'une durée de 3 mois, renouvelable une fois. Il peut être pris de trois façons :

- ▶ en continu,
- ▶ de façon fractionnée,
- ▶ sous forme de temps partiel avec l'accord de l'employeur.

**Une allocation journalière d'accompagnement peut-être versée par la CPAM sous certaines conditions. Retrouvez toutes les modalités et montants sur [ameli.fr](http://ameli.fr) ou au 36 46.**

## Réduction ou crédit d'impôt dans le cadre d'une aide à domicile

La personne âgée ou le descendant (dans ce cas, l'ascendant doit remplir les conditions d'obtention de l'APA) qui finance les services d'une aide à domicile.

- ▶ Par un salarié dont vous êtes l'employeur direct
- ▶ Ou par une association, une entreprise ou un organisme déclaré dans le cadre de services à la personne.

Entretien de la maison et travaux ménagers, petits travaux de jardinage, prestations de petit bricolage - il est possible de bénéficier d'un crédit d'impôt ou d'une réduction d'impôt de 50 % des dépenses supportées dans l'année dans la limite de plafonds.

**Tous les renseignements sur : [Impot.gouv.fr](http://Impot.gouv.fr)**

## Déduction fiscale dans le cadre d'un séjour en EHPAD

Les personnes domiciliées fiscalement en France, peuvent bénéficier d'une réduction d'impôt lors d'un accueil dans l'un des établissements suivants :

- ▶ Établissement ou service assurant l'hébergement des personnes âgées dépendantes
- ▶ Section de soins de longue durée d'un établissement de santé (qu'il soit situé en France ou dans un autre État membre de l'Espace économique européen).

**Les dépenses concernées sont celles liées à la dépendance (dans les actes de la vie quotidienne) et à l'hébergement (accueil hôtelier, restauration, entretien et animation de la vie sociale de l'établissement).** La réduction d'impôt s'applique aux dépenses effectives et diminuées du montant des aides liées à la dépendance et à l'hébergement.

Par exemple, allocation personnalisée pour l'autonomie (APA), aide sociale du Département, etc.

## Déduction fiscale dans le cadre d'une pension alimentaire fixée à un ascendant

Les pensions alimentaires versées à un parent ascendant (parent, grands-parents et arrière grands-parents) qui a besoin de votre aide peuvent être déduites de vos revenus selon certaines conditions. La pension alimentaire doit remplir les 3 conditions suivantes :

- ▶ Elle est destinée à un ascendant envers lequel vous avez une obligation alimentaire.
- ▶ Elle se limite à couvrir les besoins essentiels de votre parent (nourriture, logement, santé...).
- ▶ Elle est proportionnée à vos ressources, compte-tenu de vos charges.

Vous ne pouvez pas déduire de pension alimentaire si vous bénéficiez de la réduction d'impôt pour emploi d'un salarié au domicile de votre ascendant.

## Déduction fiscale dans le cadre de l'accueil d'une personne âgée à domicile

Il peut être déduit des revenus, sous certaines conditions, une somme représentative des avantages en nature consenties à certaines personnes de plus de 75 ans qui vivent au domicile d'un aidant.

## CESU : Le Chèque Emploi Service Universel

Le CESU déclaratif, permet de déclarer la rémunération d'un salarié à domicile. Le CESU préfinancé, délivré par votre employeur privé ou public et/ou votre comité d'entreprise ou par un financeur de prestations sociales (Conseil Départemental, mutuelle...), permet de payer un organisme de services à la personne ou un salarié à domicile. Il a une valeur prédéfinie et doit être utilisé dans les délais indiqués. CESU déclaratif et CESU préfinancé se combinent ensemble et peuvent être utilisés par un particulier employeur dans le cadre de l'emploi direct.

**Retrouvez toutes les informations sur le site [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)**

## Les aides financières des caisses et retraites complémentaires

Les caisses de retraite de base (Assurance retraite, MSA, Sécurité Sociale des Indépendants) et complémentaire (AGIRC, ARRCO) peuvent contribuer à financer certains services :

- ▶ les services d'aide à domicile,
- ▶ les services complémentaires (portage de repas, accompagnement au transport...),
- ▶ les travaux pour adapter le logement à l'avancée en âge,
- ▶ l'aide à domicile temporaire, pour les retours d'hospitalisation ou en cas d'urgence,
- ▶ l'accueil de jour ou l'accueil temporaire
- ▶ des séjours thérapeutiques encadrés par des professionnels : vacances aidant/aidé.

Ces aides sont attribuées sous conditions de ressources. Pour en bénéficier, la personne âgée doit être évaluée comme peu dépendante (GIR 5 ou 6) et ses revenus ne doivent pas dépasser un certain plafond. L'aide financière accordée est généralement plafonnée. En cas de revenus inférieurs à l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa) une aide-ménagère peut-être financée au titre de l'aide sociale légale. L'Aspa, connue sous le nom de minimum vieillesse, est une prestation mensuelle accordée sous conditions de ressources dont les plafonds sont :

- ▶ Personne seule sans ressources : 833.20 € par mois.
- ▶ Deux personnes sans ressources : 1 293.54 € par mois

***Pour en savoir plus : Contactez votre caisse de retraite. Autres renseignements auprès des CCAS et mairies.***

## Mutuelles / Complémentaires santé

Les complémentaires santé peuvent aider ponctuellement leurs adhérents dans le cadre de leur politique d'action sociale, par exemple pour aider un adhérent confronté à une situation de perte d'autonomie à faire face à des dépenses. Les complémentaires santé peuvent aussi accorder des heures d'aide à domicile lors d'un retour à domicile après une hospitalisation.

***Renseignez-vous auprès de votre complémentaire santé.***

## L'ARDH : L'Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation

Après une période d'hospitalisation, il est fréquent que les personnes en perte d'autonomie aient besoin d'aides et de soutiens à domicile. L'ARDH est une

prestation qui est servie, sous certaines conditions, par certaines caisses de retraite (Assurance retraite, MSA, Sécurité Sociale des Indépendants...) afin de favoriser le retour à domicile dans les 3 mois qui suivent la sortie. Cette demande doit être impérativement faite lors de votre séjour à l'hôpital ou en clinique.

***Rapprochez-vous du service social de l'établissement, ou, à défaut, directement auprès de votre caisse de retraite principale.***

## Les aides financières du Conseil Départemental

### ► Pour les personnes âgées :

#### **L'APA, Allocation Personnalisée d'Autonomie**

**À domicile ou en EHPAD, toute personne âgée de 60 ans ou plus et qui est en perte d'autonomie (Gir1-4) et attestant d'une résidence stable en France peut prétendre à l'APA.**

Financé par le Département 06, le plan d'aide varie en fonction du degré de dépendance de la personne. Ce degré est évalué par l'équipe APA (médico-sociale) à domicile et le médecin coordonnateur en EHPAD.

#### **L'APA à domicile permet de financer :**

- des prestations d'aide à domicile,
- du matériel (installation de la téléassistance, téléassistance avancée départementale, barres d'appui, pack domotique...),
- des fournitures pour l'hygiène (protections...),
- du portage de repas,
- un accueil temporaire, à la journée ou avec hébergement,
- des dépenses de transport sur le haut-pays,
- les services rendus par un accueillant familial.

#### **L'APA en établissement permet de financer le forfait dépendance dans le cadre d'un accueil en EHPAD.**

Aucune condition de ressources n'est exigée. Toutefois, une participation pourra être demandée sur la base des revenus du demandeur.

***Renseignements et dossiers APA disponibles auprès des CCAS, mairies et antennes Caisse Régionale de l'Assurance Maladie, services sociaux hospitaliers ou des cliniques, Maison de Solidarité du Département, ou sur le site du département 06.***

### **Le Droit au répit**

Les personnes concernées par le droit au répit sont les proches aidants :

- de personnes bénéficiaires de l'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie),
- assurant une présence ou une aide indispensable à la vie à domicile de leur proche,
- qui ne peuvent être remplacés pour assurer cette aide par une personne de l'entourage.

#### **Quand le droit au répit peut-il être activé ?**

Le droit au répit peut être activé quand le plafond du plan d'aide APA de la personne aidée est atteint.

## **Financement dans la limite de 500 € par an :**

- ▶ l'accueil de la personne aidée dans un accueil de jour ou de nuit,
- ▶ un hébergement temporaire en établissement ou en accueil familial,
- ▶ un relais à domicile.

Les bénéficiaires de l'APA acquittant une participation financière sur leur plan d'aide acquitteront une participation sur le droit au répit dans les mêmes conditions.

## **L'Aide financière ponctuelle**

En cas d'hospitalisation du proche aidant qui ne peut être remplacé et dont la présence est indispensable à la vie à domicile, une aide ponctuelle peut être accordée. Les personnes concernées par l'aide financière ponctuelle sont les proches aidants :

- ▶ de personnes bénéficiaires de l'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie), assurant une présence ou une aide indispensable à la vie à domicile de leur proche,
- ▶ qui ne peuvent être remplacés pour assurer cette aide par une personne de l'entourage.

### **Cette aide peut servir à financer :**

- ▶ un hébergement temporaire de la personne aidée,
- ▶ un relais à domicile.

***Demande à faire au Président du Conseil Départemental dès que possible et au plus tard 1 mois avant une hospitalisation programmée. Le montant peut atteindre 992 euros, à hauteur des frais engagés.***

Adresse :

Conseil Départemental des Alpes-Maritimes - Délégation Autonomie et Handicap  
Services des politiques de l'Autonomie  
Section APA  
BP 3007 06201 Nice CEDEX 3

## **▶ Pour les personnes handicapées, les aides de la Maison Départementale des Personnes Handicapées :**

### **La PCH : Prestation de Compensation du Handicap**

À domicile ou en EHPAD, toute personne âgée de moins de 75 ans et dont le handicap est survenu avant 60 ans, et attestant d'une résidence stable en France peut prétendre à la PCH. Cette aide financière permet la prise en charge de certaines dépenses liées au handicap. C'est une aide personnalisée, modulable en fonction des besoins.

L'accès à la PCH n'est pas soumis à une condition de ressources. Cependant, une participation peut-être laissée à votre charge en fonction de votre niveau de ressources.

Document CERFA n°13788\*01 à déposer à la MDPH.

***Renseignements auprès de la MDPH***



## Les cartes qui facilitent le déplacement

La carte européenne de stationnement, la carte d'invalidité et la carte de priorité pour personnes handicapées sont trois cartes qui permettent à leurs détenteurs de faciliter leurs déplacements. À compter du 1er janvier 2017, les cartes d'invalidité, de priorité ou de stationnement sont progressivement remplacées par la CMI (carte mobilité inclusion).

*Retrouvez toutes les informations auprès de la MDPH.*

*Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) - Alpes-Maritimes  
27 boulevard Paul-Montel - Nice Leader - Bâtiment Ariane  
06200 Nice et au 08 05 56 05 80 (Numéro vert : appel et service gratuits depuis  
un fixe ou un mobile.)*

## Les sites internet, numéros et autres interlocuteurs utiles

<http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr>

[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

[www.aidants.fr](http://www.aidants.fr)

[www.departement06.fr](http://www.departement06.fr) ou Allo Senior 06 au 0 800 74 06 06 du lundi au samedi de 8h30 à 20h. Numéro gratuit depuis un poste fixe.

[www.francealzheimers.org](http://www.francealzheimers.org)

[www.france-dft.org](http://www.france-dft.org)

[www.franceparkinson.fr](http://www.franceparkinson.fr)

[www.lamaisondelasep.fr](http://www.lamaisondelasep.fr)

[www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)

[www.CNAV.fr](http://www.CNAV.fr)

[www.paca.ars.sante.fr](http://www.paca.ars.sante.fr)

[www.fepem.fr](http://www.fepem.fr)

[www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

Fondation nationale de gérontologie : FNG

IRDES: Publications

Pour vous faire accompagner dans vos démarches, les assistantes sociales sont à votre écoute : vous les retrouverez en mairie, CCAS, CLIC, MSD, hôpitaux ou cliniques, association France Alzheimer, etc.

# GLOSSAIRE

ANAH : Agence Nationale de l'Habitat  
APA : Allocation Personnalisée d'Autonomie  
ARDH : Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation  
CARSAT : Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail  
CCAS : Centre Communal d'Action Sociale  
CESU : Chèque Emploi Service Universel  
CLIC : Centre Local d'Information et de Coordination  
CPAM : Caisse Primaire d'Assurance Maladie  
EHPAD : Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes  
ESA : Equipe Spécialisée Alzheimer  
FEPEM : FÉdération des Particuliers EMPloyeurs  
MDPH : Maison Départementale des Personnes Handicapées  
MSA : Mutualité Sociale Agricole  
MSD : Maison des Solidarités Départementales  
PCH : Prestation de Compensation du Handicap  
SAAD : Service Aides et Accompagnement à Domicile  
SSIAD : Service de Soins Infirmiers à Domicile

# Communes

Le territoire de la MAIA Grasse et Pays Grassois comprend les communes suivantes : Aiglun, Amirat, Andon, Auribeau-sur-Siagne, Le Bar-sur-Loup, Briançonnet, Cabris, Caille, Caussols, Châteauneuf-Grasse, Cipières, Collongues, Courmes, Escragnolles, Gars, Gourdon, Grasse, Gréolières, Le Mas, Mouans-Sartoux, Saint-Vallier-de-Thiery, Les Mujouls, Pégomas, Peymeinade, La Roquette-sur-Siagne, Le Rouret, Saint-Auban, Saint-Cézaire-sur-Siagne, Sallagriffon, Séranon, Spéracèdes, Le Tignet, Tourrettes-sur-Loup et Valderoure.



**Vous avez mis en place une solution de répit ? Vous avez des projets pour le répit des aidants ? Faites-vous connaître ! N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse email suivante : [d.martinet@ch-grasse.fr](mailto:d.martinet@ch-grasse.fr)**



**Communauté d'agglomération  
du Pays de Grasse**  
57, Avenue Pierre Sépard  
BP 91015 - 06130 GRASSE  
Tel. : 04.97.05.22.00  
Fax : 04.92.42.06.35  
[www.paysdegrasse.fr](http://www.paysdegrasse.fr)