




*Bien vieillir*  
**à Deuil-La Barre**



**Ê**tre senior, c'est profiter d'une nouvelle tranche de vie et découvrir d'autres horizons.

Cependant, certains doivent aussi faire face à des situations parfois difficiles, marquées par la solitude, les soucis de santé ou les inquiétudes face à l'avenir.

C'est notamment pour répondre à la diversité de ces situations que ce petit livret a été élaboré.

N'hésitez pas à faire appel aux organismes qui y sont mentionnés, pour bénéficier de services personnalisés ou partager des moments de rencontre et de convivialité.

Loisirs, déplacements, santé, vie à domicile ou en établissement spécialisé, aides, droits... Ce guide senior a été conçu pour faciliter votre quotidien et vous accompagner dans vos démarches.

Je vous en souhaite une lecture agréable et utile.

**Muriel Scolan**

Maire de Deuil-La Barre

Vice-présidente du Conseil départemental du Val d'Oise





# ÉDITORIAL













# SOMMAIRE



## Être bien informé(e)

-  Où s'adresser ?
-  Connaître les aides financières




## Bien vieillir chez soi

-  Bénéficiaire d'une aide à domicile
-  Bénéficiaire de soins à domicile
-  Bénéficiaire d'un portage de repas à domicile
-  Se sentir en sécurité chez soi





## Se déplacer

-  L'Octo'Bus
-  La PAM 95

## Vivre bien entouré(e)

-  Les loisirs du service Seniors/Handicap
-  Les associations
-  Lieux d'hébergements pour les personnes âgées

## Se protéger

-  Prévention canicule
-  Tutelle/curatelle
-  Signalement
-  Accompagnement de la personne





# ÊTRE BIEN INFORMÉ(E)

## **Où s'adresser ?**

### • **Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)**

Le CCAS est un service regroupant les actions sociales et le service Seniors et Handicap. Il accueille toute la semaine de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h (sauf le mardi après-midi) les personnes pour des demandes de RSA, de logement social ou les personnes âgées et /ou handicapées afin de les aider dans leurs diverses démarches.

> **Mairie Annexe de Deuil-La Barre / 38, rue Charles de Gaulle  
01 34 28 66 36**

### • **Les services sociaux départementaux**

Ces services sont chargés de mettre en place les actions sociales du Conseil départemental et ont pour mission de recevoir toutes les personnes rencontrant une difficulté sociale.

> **5, Place Mendès France à Montmorency / 01 34 33 56 00**

## **Connaître les aides financières**

### • **L'Allocation Personnalisée d'Autonomie à domicile (APA)**

✓ Les dossiers sont à retirer au CCAS ou au Conseil départemental du Val d'Oise. L'allocation est versée par le Conseil départemental aux organismes intervenant au domicile des personnes en perte d'autonomie (référence à la grille AGGIR) et bénéficiant d'une aide pour réaliser les actes de la vie quotidienne.

✓ D'autres dépenses peuvent être prises en compte tels que la téléassistance, le portage de repas à domicile.

## • L'Allocation de Solidarité aux Personnes Âgées (ASPA)

- ✓ Avoir plus de 65 ans
  - ✓ Des ressources inférieures à 800€/mois
  - ✓ Être retraité(e) du régime général français  
(avoir travaillé en France et avoir assez cotisé pour la retraite)
  - ✓ Résider sur le territoire français au moins 6 mois par an
  - ✓ Posséder un titre de séjour d'au moins 10 ans
- Le dossier peut être envoyé par le demandeur.

## • L'Allocation de Solidarité aux Personnes Âgées (SASPA) (Allocation de Solidarité aux Personnes Âgées, Caisse des Dépôts = Minimum Vieillesse)

- ✓ Avoir plus de 65 ans, des ressources inférieures à 800€/mois
  - ✓ Ne pas être retraité(e) du régime général français  
(ne jamais avoir travaillé en France)
  - ✓ Résider sur le territoire français au moins 6 mois par an
  - ✓ Posséder un titre de séjour d'au moins 10 ans
- Le dossier doit être impérativement envoyé par le CCAS.

## La CNAV Bien vieillir chez soi

(CNAV = prise en charge de l'aide à domicile par la caisse de retraite)

- ✓ En cas de refus de la demande d'APA
- ✓ Personne indépendante
- ✓ Personne âgée retraité(e) du régime général français

Le dossier peut être envoyé par le demandeur.

Pour l'aide à domicile, l'adaptation du logement est demandée auprès de la caisse de retraite.



 **CONTACTEZ la  
CNAV au 39 60**

## L'aide sociale à l'hébergement

Cette aide, accordée par le Conseil départemental, est réservée aux personnes résidant en établissement conventionné par l'aide sociale et dont les ressources ne sont pas suffisantes pour faire face aux frais d'hébergement. Cette aide est soumise à l'obligation alimentaire et est récupérable sur la succession ou la donation.



**L'obligation alimentaire** : comme le prévoit le principe de solidarité familiale, inscrit dans le Code Civil, les personnes tenues à l'obligation alimentaire (enfants, gendre, belle-fille) sont sollicités à hauteur de leur capacité contributive selon le barème du Conseil départemental du Val d'Oise.

### **L'allocation logement**

C'est une aide accordée par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF) pour le paiement du loyer dans un logement autonome ou dans un établissement selon ses revenus. **Les demandes se font sur le site [www.caf.fr](http://www.caf.fr).**

*Permanence de la CAF : lundi matin de 9h à 12h sur rendez-vous. ([caf.fr](http://caf.fr))*

> **Mairie Annexe de Deuil-La Barre / 38, rue Charles de Gaulle**

> **CAF du Val d'Oise / Quartier de la Préfecture / 2, place de la Pergola / 95018 Cergy-Pontoise Cedex**

### **• L'aide à la complémentaire santé ou l'aide au paiement d'une complémentaire santé**

Cette aide, soumise aux revenus, permet l'aide au paiement d'un contrat de complémentaire santé (mutuelle) afin d'être mieux remboursé(e) dans ses dépenses de santé. **Le dossier est imprimable sur [info-acs.fr](http://info-acs.fr)**

> **Caisse Primaire Assurance Maladie de Deuil-La Barre (CPAM)  
Rue Eugène Lamarre / 0811 365 364**

### **La carte Mobilité Inclusion (CMI)**

La CMI remplace les anciennes cartes priorité, stationnement, invalidité. Il y a 3 priorités différentes : la CMI Stationnement (remplace progressivement l'ancienne carte de stationnement), la CMI Priorité (remplace progressivement l'ancienne carte de priorité), la CMI Invalidité (remplace progressivement l'ancienne carte d'invalidité). Elles donnent les mêmes avantages que les anciennes cartes, elles sont attribuées sous les mêmes conditions que les anciennes, comme auparavant, il est possible de demander des CMI différentes. Cette nouvelle carte est davantage sécurisée. Sa durée de validité est de 1 à 20 ans ou à titre définitif.

**Faites votre demande de CMI auprès de la Maison départementales des personnes handicapées (MDPH).**

> **MDPH / 2, avenue du Parc / 95000 Cergy / 01 34 25 16 50**

Pour aller plus loin : **[www.deuillabarre.fr](http://www.deuillabarre.fr)**





# BIEN VIEILLIR CHEZ SOI



## Bénéficiaire d'une aide à domicile

Les organismes d'aide à domicile vous aident au quotidien afin d'assurer vos tâches courantes. Bénéficiez d'une prise en charge selon votre situation (APA, caisse retraite, mutuelle...). Renseignement au CCAS ou auprès des organismes.

<b>NOM</b>	<b>MISSIONS</b>	<b>CONTACTS</b>
<b>MAISON &amp; SERVICES</b>	Ménage, repassages chez les particuliers actifs	<b>M. Dembri</b> 01 39 84 08 98 Deuil-La Barre
<b>ÉQUIPE FAMILIALE</b>	Aides aux personnes âgées et handicapées	<b>Mme Motie</b> 01 39 83 02 25 Deuil-La Barre
<b>PETIT-FILS</b>	Aide à domicile et aide administrative	<b>M. Le Chatelier</b> 01 84 28 03 00 Deuil-La Barre
<b>S'ÉPANOUIR</b>	Aides aux personnes âgées et handicapées	<b>Mme. Moriau</b> 09 81 19 67 32 Deuil-La Barre
<b>CROIX ROUGE FRANÇAISE</b>	Aides aux personnes âgées et handicapées	<b>Mme Irdor</b> 01 39 34 94 04 Montmorency
<b>SOPHIE SERVICES</b>	Ménage, aide à la personne handicapée et âgée	<b>Mme Tanguy</b> 01 34 05 89 96 Deuil-La Barre
<b>AMI SERVICES</b>	Aides à la personne	<b>Mme Thierry</b> 01 39 59 22 33 Eaubonne
<b>OMNICA</b>	Aides pour personnes âgées et handicapées	<b>M. Queffeliand</b> 01 34 05 88 02 Deuil-La Barre
<b>RE-SOURCE</b> (HÔPITAL MONTMORENCY)	Aides pour personnes âgées, handicapées et en fin de vie	<b>Mme Cayet</b> 01 30 17 12 23 Montmorency
<b>SENIOR PLUS</b>	Service à la personne	<b>M. Gbaguibi</b> 01 34 05 04 44 Soisy-Sous-Montmorency

## **Bénéficiaire de soins à domicile**

L'Association pour le Développement des Services de Soins à Domicile (ADSSID) intervient sur prescription médicale auprès des personnes âgées de 60 ans et plus afin de leur permettre de rester à domicile. Elle permet de prendre en charge la dépendance des personnes, de retarder ou de prévenir l'hospitalisation ou un placement. Elle prodigue les soins à domicile d'hygiène et médicaux sur prescription médicale.

> 55, avenue de Paris / 95230 Soisy-Sous-Montmorency / 01 34 10 06 77



## **Bénéficiaire d'un portage de repas à domicile**

Le service de portage de repas à domicile s'adresse à toute personne ayant perdu temporairement (ou n'ayant plus la volonté) la capacité de cuisiner ses repas. Ils sont livrables tous les jours et son coût varie en fonction des revenus, entre 5€ et 7€04.

## **Bénéficiaire d'un accès au restaurant des résidences pour personnes âgées**

Les restaurants des RPA sont ouverts aux personnes de plus de 65 ans qui le souhaitent. Le prix d'un repas varie entre 2€24 et 5€92 suivant les ressources.

> Renseignements et inscriptions au CCAS/ 01 34 28 66 36

## **Se sentir en sécurité chez soi**

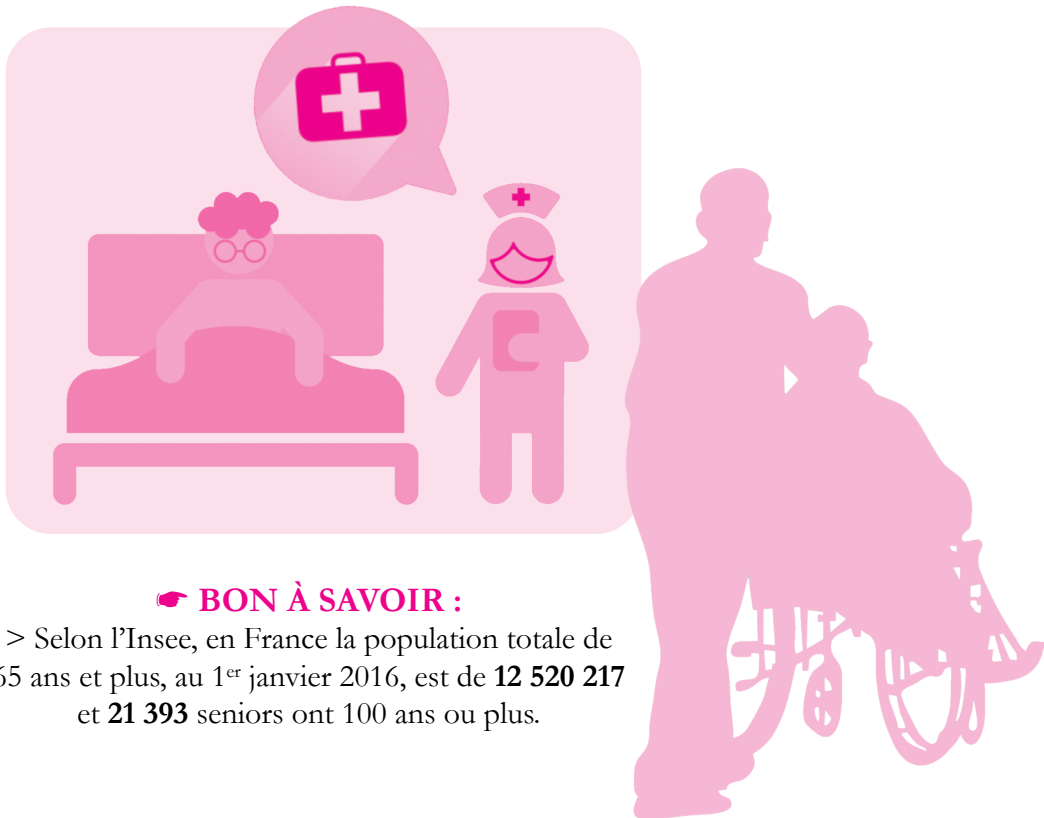
La téléassistance permet de se sentir en sécurité tout en restant au domicile même en cas de chute ou de malaise. Elle se compose d'un petit boîtier déclencheur que vous portez sur vous et relié à votre téléphone. En cas de besoin, vous pouvez facilement déclencher un signal vers votre centre d'appel en appuyant sur votre boîtier. Le professionnel qui reçoit l'appel vous contacte et/ ou prévient un relais du voisinage (proche, famille, voisin...). Si nécessaire, il déclenche les secours.

> **Renseignement à l'accueil du CCAS**

## **Filière gériatrique**

Le réseau Joséphine a pour objectif de réaliser une évaluation clinique et d'orienter la personne âgée de manière adaptée.

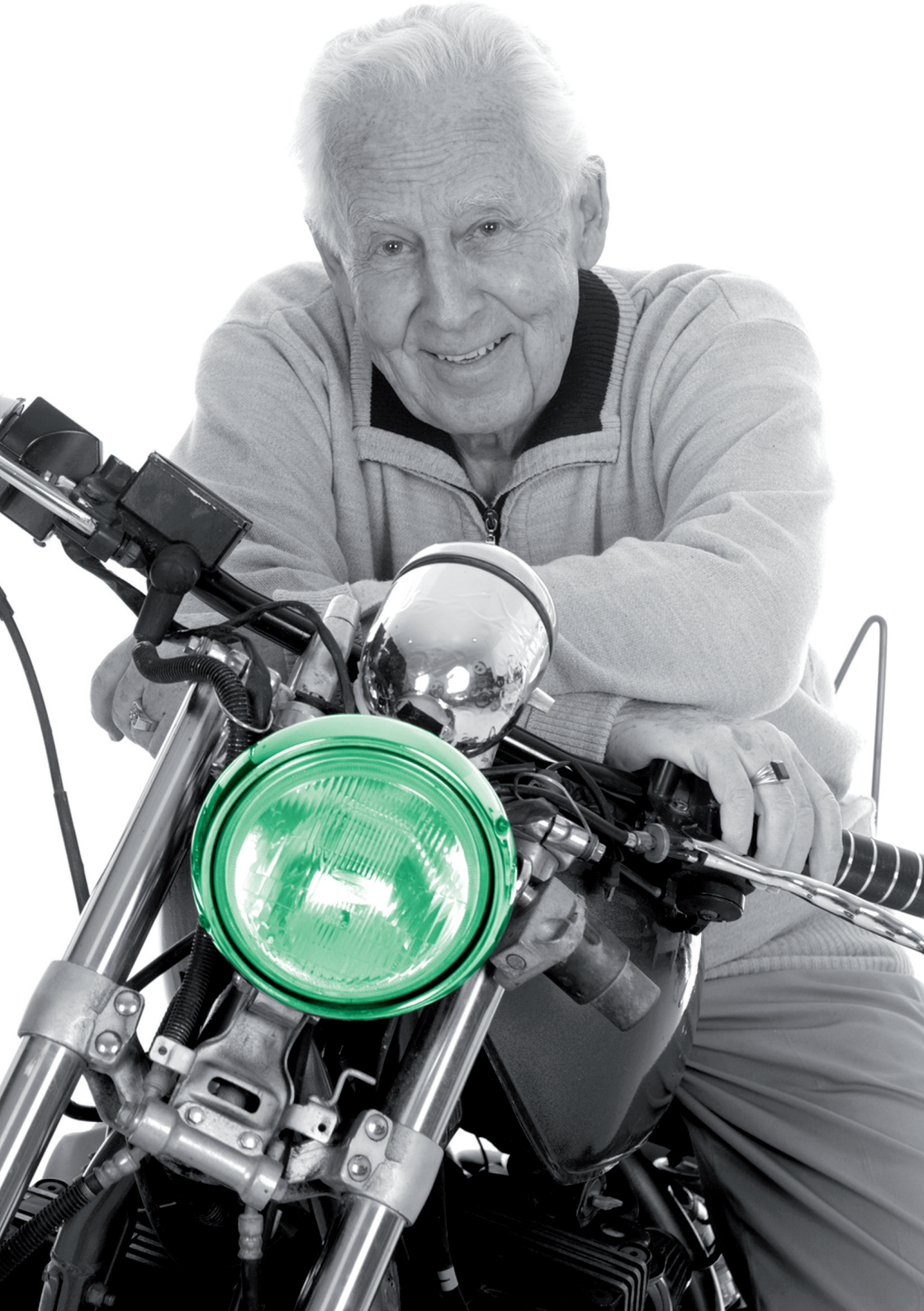
> **55, avenue de Paris / 95230 Soisy-Sous-Montmorency / 01 34 15 09 62**



### **BON À SAVOIR :**

> Selon l'Insee, en France la population totale de 65 ans et plus, au 1<sup>er</sup> janvier 2016, est de **12 520 217** et **21 393** seniors ont 100 ans ou plus.





# SE DÉPLACER

## **L'Octo'Bus**

L'Octo'Bus est un véhicule adapté conduit par un agent de la Ville. Il circule du lundi au vendredi de 9h à 17h pour les déplacements sur Deuil-La Barre, chez les médecins et hôpitaux à proximité. Il conduit aussi les personnes âgées qui le souhaitent pour faire leurs courses à Montmagny chaque vendredi matin, à Saint-Brice-Sous-Forêt, le 2<sup>e</sup> mardi du mois et à Soisy-Sous-Montmorency le dernier mardi du mois.

> **Octo'Bus** : réservation à l'accueil du CCAS / 01 34 28 66 36

## **Le réseau Pour Aider à la Mobilité pam<sup>95</sup>**

Un dispositif mis en place par le STIF (Syndicat des Transport d'Île-de-France), la Région Île-de-France et les collectivités locales. Il apporte aux personnes à mobilité réduite, dans chaque département francilien, un service public de transport collectif à la demande et de porte à porte. Chaque département établit son mode de fonctionnement : règlement de service, conditions d'accès, tarifs.

• **Pam 95 est un service de transport** destiné à toute personne :

- ✓ Titulaire d'une carte d'invalidité mentionnant un taux supérieur ou égal à 80%
- ✓ Ou titulaire d'une carte de stationnement pour les invalides de guerre qui est délivrée par le Ministère de la Défense
- ✓ Ou titulaire de la carte « Priorité pour personne handicapée » combinée à la carte de stationnement délivrée par la Préfecture
- ✓ Ou bénéficiaire de l'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie), GIR 1 à 4
- ✓ Et résidant dans le Val d'Oise

> **Transport tous les jours de 6h à minuit (sauf le 1<sup>er</sup> mai)**

0810 111 095 ou 01 77 02 20 20 / de 7h à 20h / [contact@pam95.info](mailto:contact@pam95.info)







# VIVRE BIEN ENTOURÉ(E)

## **Les loisirs**

Le service Seniors/Handicap met en place chaque année des activités, hors vacances scolaires et jours fériés, pour les seniors âgés de 60 ans et plus.

## **Aquagym**

Les lundis de 11h45 à 12h30, les mercredis de 12h à 12h45 et les jeudis de 8h05 à 8h50.

> **Centre Nautique Intercommunal « Aquadium »**  
5, rue Henri Dunant / 95160 Montmorency

## **Les ateliers « Mémoire »**

Pour stimuler, entretenir et développer les mécanismes de mémorisation.

✓ Les lundis de 9h30 à 10h30 ou de 10h45 à 11h45, les mercredis de 9h à 10h15 ou de 10h30 à 11h45.

## **Gym douce**

✓ Les lundis de 10h à 11h et de 11h à 12h, les mardis de 13h30 à 14h30 et de 14h30 à 15h30.

✓ Un 2<sup>e</sup> cours est proposé le vendredi matin aux personnes déjà inscrites les lundis ou les mardis.


> **Salle Omnisports**

## **Les ateliers « Équilibre »**

Santé et prévention des chutes.

✓ Les jeudis de 10h45 à 12h

> **Salle Omnisports**

 **Les inscriptions des activités** sont prises auprès du service Seniors /Handicap sur place. Il propose régulièrement des **sorties** ainsi qu'**un séjour** en juin.

> **Info : 01 34 28 65 58**

## **Les ateliers « multimédia »**

> **C2i / Inscription : 01 30 10 00 50**

## **Thé dansant**

Le service Festivités propose plusieurs fois par an un thé dansant ouvert à tous.

## **Colis et goûter de fin d'année**

Pour les fêtes de fin d'année, la municipalité offre soit un colis soit un goûter à partir de 66 ans.

## **La Semaine Bleue**

**La Semaine Bleue, c'est 365 jours pour agir et 7 jours pour le dire !**

Ces 7 jours annuels constituent un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des associations. Cet événement est l'occasion pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés, d'organiser tout au long de la semaine des animations qui permettent de créer des liens entre générations.

> **Info : 01 34 28 65 58**

## > **Les associations**

### • **Le Club du relais**


À partir de 55 ans. Conférences, sorties, voyages, randonnées, balades à thème, chorale et théâtre.

> **71, rue Georges Dessailly / Deuil-La Barre / 06 82 26 18 42**  
**josianemorin@orange.fr**

### • **Comité des anciens**

Jeux, sorties, voyages, bourses aux vêtements et jouets, brocante...

> **22, rue Charles de Gaulle Deuil-La Barre / clgodard@sfr.fr**

 **Pour les autres activités, vous référez au guide « accès assos » disponible en mairie ou sur [deuillabarre.fr](http://deuillabarre.fr).**

# LIEUX D'HÉBERGEMENT

## POUR LES PERSONNES ÂGÉES



### ***Arpavie Résidence autonomie « La Sablonnière » (association résidences et foyers)***

Directeur : Mathieu Fonquerne

> 25, avenue Mathieu Chazotte / Deuil-La Barre / 01 30 10 12 00  
lasablonniereresponsable@arefo.com



### ***Arpavie Résidence autonomie « Victor Collet » (association résidences et foyers)***

Directrice : Vathvillar Sok

> 38/40, rue du Moutier / Deuil-La Barre / 01 39 84 43 00  
victorcolletresponsable@arefo.com

☛ **Des Cafés Seniors** sont organisés, une fois par mois, les vendredis de 15h à 17h en alternance à **Victor Collet** et à **la Sablonnière**.



☛ **BON À SAVOIR :**

> Selon l'insee,

**488 623**

est le nombre de **RÉSIDENTS** vivant en **MAISON DE RETRAITE**.





# SE PROTÉGER

## **Prévention canicule**

Chaque année, la municipalité est particulièrement attentive aux risques encourus par les personnes âgées lors de fortes chaleurs. Avec l'aide du CCAS, la Ville met en place un dispositif de prévention canicule afin de conseiller et venir en aide aux personnes fragiles. En outre, toute personne âgée de plus de 65 ans ou en situation de handicap peut s'inscrire sur le registre nominatif du CCAS, en contactant le service. En cas de déclenchement par le préfet du niveau 3 d'alerte aux fortes chaleurs, vous serez systématiquement contacté(e) et tenu informé(e) par l'équipe du CCAS.

## **Tutelle et curatelle ?**

Lorsqu'une personne n'est plus en capacité de gérer sa situation, il est possible de bénéficier d'une mesure de protection juridique (tutelle, curatelle...).

> **La mesure de sauvegarde de justice** est une mesure provisoire. Elle peut être mise en place dans les situations d'urgence qui nécessitent la protection d'une personne rapidement, et dans l'attente d'une autre décision.

> **La mesure de curatelle** est une mesure d'assistance et de conseil. Cette mesure peut être suspendue si la situation de la personne s'améliore ou être transformée en tutelle si elle s'aggrave.

> **La mesure de tutelle** est une mesure de représentation.

La personne désignée agit à la place du majeur pour les actes de gestion, d'administration et de disposition.

> **Le mandat de protection future** permet à une personne de désigner à l'avance la ou les personnes qu'elle souhaite voir être chargées de veiller sur sa personne et /ou sur tout ou une partie de son patrimoine pour le jour où elle ne sera plus en état physique ou mental de le faire seule. La personne peut demander elle-même le mandat pour autrui par les parents qui souhaitent organiser à l'avance la défense des intérêts de leur enfant. **Le tuteur ou curateur peut être un membre de l'entourage ou un organisme tutélaire désigné par le juge.**

Pour toutes informations complémentaires :

## **Tribunal d'instance de Montmorency**

1, Place Pierre Mendès France / 95160 Montmorency

01 39 34 60 00 / [www.justice.gouv.fr](http://www.justice.gouv.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi : de 8h30 à 12h30  
et de 13h30 à 16h30

## **Tribunal de grande instance de Pontoise - Cité judiciaire**

3, rue Victor Hugo - BP 50220 / 95302 Cergy Pontoise Cedex

01 72 58 70 00 / [www.ca-versailles.justice.fr](http://www.ca-versailles.justice.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30

## **Signalement**

La maltraitance des personnes âgées consiste en un acte unique ou répété, ou en l'absence d'intervention appropriée, dans le cadre d'une relation censée être une relation de confiance, qui entraîne des blessures ou une détresse morale pour la personne âgée qui en est victime. Ce type de violence constitue une violation des droits de l'homme et recouvre les violences physiques, sexuelles, psychologiques ou morales, les violences matérielles et financières, l'abandon, la négligence, l'atteinte grave à la dignité ainsi que le manque de respect. De nombreuses stratégies ont été mises en œuvre pour prévenir la maltraitance des personnes âgées, lutter contre celle-ci et en atténuer les conséquences.

> **Composez le 39 77**

## **Accompagnement à la personne**

La Police municipale vous propose de prendre rendez-vous pour vous accompagner lors de vos retraits d'argent aux distributeurs automatiques de billets. Un agent identifié par sa tenue et un véhicule de service, viendra vous chercher chez vous le jour convenu et vous raccompagnera une fois votre retrait effectué à la porte de votre domicile.

Contactez la Police Municipale afin de fixer un rendez-vous.

> **Police municipale / 01 34 28 65 61 / du lundi au vendredi de 9h à 17h / 9, avenue Schaeffer / [Policemunicipale@deuillabarre.fr](mailto:Policemunicipale@deuillabarre.fr)**



# **Notes :**

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



## > Numéros utiles :

### ☞ Mairie de Deuil-La Barre :

• 01 34 28 65 00

36/38, rue Charles de Gaulle

### ☞ Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) et service Seniors/Handicap :

• 01 34 28 66 36

36, rue Charles de Gaulle / Mairie annexe

### ☞ Épicerie Solidaire :

• 01 34 16 69 71

15, rue des Mortefeontaines

## > Numéros d'urgence :

### ☞ Police Municipale :

• 01 34 28 65 61

9, avenue Schaeffer

### ☞ Police Nationale/Commissariat de Deuil-La Barre :

• 01 34 28 62 80

9, rue du Château

### ☞ Police Secours : 17

### ☞ Pompiers : 18

### ☞ SAMU : 15