

CCAS

centre communal d'action sociale de la ville d'arles
au service des **seniors**



Édito

Les seniors sont plus que jamais partie prenante de la société Arlésienne et de l'avenir d'Arles.

Avec le CCAS nous sommes déterminés à leur permettre de s'épanouir et de s'engager au cœur d'une ville résolument ouverte à leur influence.

Au terme de leur vie professionnelle, de nombreux Arlésiens souhaitent se lancer dans de nouveaux défis, se consacrer à leur famille, s'engager pour les autres ou simplement prendre un peu de temps pour eux-mêmes. C'est pour les aider à concrétiser ces aspirations que la Ville d'Arles et le Centre Communal d'Action Sociale s'engagent à les écouter, les orienter et les épauler dans la période importante qui s'ouvre à eux.

Ce guide permet à chacun de trouver des réponses aux questions qu'il se pose, et de découvrir de nombreuses perspectives d'activités et de partage. Il se révèle également très utile pour tous les Arlésiens soucieux de connaître les solutions les plus adaptées à l'accompagnement d'un proche en perte d'autonomie.

Favoriser l'épanouissement des seniors contribue à renforcer le lien entre toutes les générations, pour faire d'Arles une ville plus accueillante et solidaire.



Nicolas Koukas
Adjoint au Maire
Délégué aux politiques de l'emploi, solidarité
et développement humain - CCAS
Conseiller départemental

A handwritten signature in black ink that reads "Nicolas Koukas".



Hervé Schiavetti
Maire d'Arles
Président du CCAS

A handwritten signature in black ink that reads "H. Schiavetti".



Sylvia Lepesant
Adjointe au Maire
Déléguée à la politique
en faveur des seniors - CCAS

A handwritten signature in black ink that reads "S. Lepesant".

Une triple mission

Le Centre communal d'action sociale (CCAS) a pour mission d'aider et d'accompagner les populations les plus fragiles. Celle-ci s'exerce naturellement auprès des seniors. Elle se décline suivant plusieurs axes :

Accueillir, informer et orienter

Accueillir, informer et orienter ces personnes et leur entourage sur les aides et les prestations auxquelles elles peuvent prétendre : c'est l'objectif du Pôle info seniors 13.

Rompre leur isolement

Cela tout au long de l'année (en ville, dans les villages et les hameaux, dans les foyers-clubs), ou en les incitant à prendre des repas équilibrés et conviviaux dans les espaces de rencontres que sont les restaurants des foyers.

Permettre à ces personnes de demeurer chez elles

Ceci dans les meilleures conditions possibles, en leur proposant de nombreux services et prestations à domicile : soins infirmiers, portage de repas, aide aux tâches quotidiennes, petits travaux, téléassistance.



Le Pôle Info Seniors

Trois missions définies : Informer le public, animer le territoire, recenser les besoins.

Le pôle infos seniors est d'abord un lieu de proximité destiné à informer les personnes de plus de 60 ans, leur entourage et les professionnels sur :

- Les questions liées au vieillissement,
- L'ensemble des dispositifs qui existent : Pensions de retraite/Allocation de Solidarité aux Personnes Agées/Aide au logement/Caisses de retraite/Allocation Personnalisée d'Autonomie...
- Les différents aspects de la vie quotidienne pour un bien vieillir à domicile ou en établissement.

Il met à disposition une large documentation relative à l'offre sur le territoire de la Commune en terme de :

- **Maintien à domicile** : Aide A Domicile, service de Soins Infirmiers, portage de repas, télé assistance, petits travaux.

- **Établissements** : Ehpad, foyer Logements, service de Soins et de Rééducation.

- **santé (gériatrique)**, service hospitalier, hospitalisation, professionnels de santé libéraux

- **Vie quotidienne** : Habitat, transports, loisirs, sports adaptés ou destinés aux personnes de plus de 60 ans

Il organise des informations collectives sous forme de conférences, séminaires, groupes de paroles portant sur des thématiques liées au « bien vieillir ».

Où s'adresser ?

CCAS : 04 90 18 46 80

Pôle Infos Seniors 13 : 04 90 49 47 84

Permanences téléphoniques :

- Tous les matins sauf le jeudi

Accueil sur rendez-vous :

- Lundi : Après midi
- Mardi : Toute la journée
- Mercredi : Après midi
- Vendredi : Après midi

Accueil sans rendez-vous :

- Mercredi matin/Vendredi matin

Des permanences les 2^e et 4^e vendredi du mois se tiennent à la mairie annexe de Salin de Giraud de 9h à 12h.

Des animations, des ateliers, des moments festifs...

Des animateurs proposent tout au long de l'année de nombreuses activités aux seniors.

Ces activités, qui se déroulent aussi bien dans les foyers-clubs du CCAS que dans les quartiers de la ville, les hameaux et les villages de la commune, sont menées en partenariat avec différentes associations et institutions (Maisons de quartier, centres sociaux, Entraide Solidarité 13, CARSAT...).

Le programme est disponible tous les mois dans les foyers, à la mairie et dans les mairies annexes.

Convivialité, bien-être et détente

Repas festifs, thés dansants, pique-nique, lotos mensuels... Ces animations traditionnelles sont pour les seniors des moments de convivialité et d'échanges.

Mais les activités proposées par le CCAS visent aussi au bien-être des personnes retraitées, en se préoccupant entre autres des problèmes de nutrition, d'équilibre psychomoteur, de sommeil, de mémoire : par exemple, des parcours de marche, ou encore, des ateliers de

gymnastique cérébrale. Des séjours de détente sont par ailleurs organisés, en partenariat avec l'Agence nationale des chèques vacances.

Transmettre, partager

Dans une logique de solidarité, les animations du CCAS ont aussi pour finalité la transmission et le partage des savoirs, notamment entre générations. Les seniors sont ainsi initiés à l'informatique, mais peuvent aussi être amenés à faire de la lecture aux enfants, participés à la vie de leur quartier et de la ville : découverte du théâtre et de l'opéra (ses coulisses, ses costumes, etc.), musées, fêtes des quartiers, fêtes des voisins, etc.



Où s'adresser ?

CCAS, Service Animation, 1 rue Verviers.
Tél. 04 90 52 21 80 (de 10h à 12h30)

À noter

Les animations sont accessibles à tous les seniors, gratuitement ou avec participation (par exemple, pour les repas dansants et les voyages). Elles font souvent l'objet d'une inscription préalable.

Foyers clubs et restaurants

Le CCAS gère quatre foyers dans les quartiers de Griffeuille, de Barriol, du Trébon et du centre-ville.

Situés en rez-de-chaussée, et disposant de parkings à proximité, ils sont facilement accessibles. Équipés de téléviseurs et de jeux de société, ils offrent également la possibilité de consulter des journaux quotidiens.

Des lieux d'échanges

En offrant un large éventail d'activités et d'ateliers, les foyers permettent de se retrouver, de parler.

Ce sont aussi des lieux d'échanges qui facilitent la création de nouveaux liens en dehors du milieu familial, à travers des lotos, des concours de coinche ou des goûters : tous les mois, un repas festif est d'ailleurs organisé dans chacun d'eux. Trois foyers proposent en outre un service de restauration, donnant ainsi l'occasion aux seniors de partager leur repas avec d'autres.

Une restauration à la carte en centre-ville à Morizot

Élaborés par une diététicienne, les repas sont proposés en un seul service à 12h aux foyers de Griffeuille et du Trébon, qui peuvent chacun accueillir jusqu'à 60 à 70 personnes. Ils sont servis de façon individuelle à l'assiette, avec le choix entre plusieurs menus, entre 11h30 et 13h30 au foyer du centre ville (80 couverts).

Le tarif d'un repas est calculé en fonction des revenus.

Où s'adresser ?

Foyer Morizot, Boulevard es Lices, Arles.

Tél. 04 90 49 93 94

Du lundi au vendredi, de 8h30 à 16h15.

À noter :

Les foyers-clubs ouvrent normalement leurs portes de 11h à 18h, mais l'horaire de fermeture peut varier selon les activités.

Griffeuille, Foyer Barailler

rue Henri W. Chabert - Tél. 04 90 96 37 31

Barriol, Foyer Billot

28 rue Cascina - Tél. 04 90 96 55 72

Le Trébon, Foyer Belmondo

1 rue Verviers - Tél. 04 90 96 77 08

Centre-ville, Foyer Morizot

Boulevard des Lices - Tél. 04 90 49 93 94



Aide et maintien à domicile

Faire en sorte que les personnes âgées puissent demeurer chez elles dans de bonnes conditions.

Quelles que soient leurs difficultés physiques, sociales ou psychologiques, permettre d'éviter l'hospitalisation ou l'admission en institution médicalisée ; tels sont les principaux objectifs des services et prestations à domicile du CCAS.

Les soins infirmiers à domicile

Comptant des infirmières et des aides soignantes diplômées d'état, le service de soins infirmiers à domicile (SSIAD) est opérationnel 7 jours sur 7 et toute l'année.

Il s'adresse aux personnes de 60 ans et plus, momentanément ou durablement en perte d'autonomie, suite à une maladie ou une diminution de leurs capacités physiques. Ses délais d'intervention sont fonction des places disponibles.

Prévenir, accompagner...

Les missions de ce service sont multiples. Il s'agit en effet de prévenir l'installation progressive de la dépendance, en amenant la personne à participer et à conserver un certain degré d'autonomie. Mais les soins dispensés visent aussi à éviter l'hospitalisation, à en raccourcir la durée ou à faciliter le retour au domicile après un séjour à l'hôpital. Enfin,

l'objectif est de retarder l'admission dans un établissement d'hébergement médicalisé.

Des soins variés

Délivrés après visite de l'infirmière coordinatrice qui évalue les besoins, et pris en charge à 100% par la sécurité sociale, les soins comprennent aussi bien des mesures d'hygiène et de bien être (toilette, habillage, aide à la marche, etc.) que des gestes plus techniques (pansements, injections, etc.).

Où s'adresser ?

SSIAD, 3-9 boulevard Victor-Hugo.

Tél. 04 90 43 89 64 (répondeur téléphonique).

Du lundi au vendredi, de 8h30 à 16h30 (sur rendez-vous).

L'aide à domicile

Placé sous la responsabilité d'une infirmière diplômée d'état, le service polyvalent d'aide à domicile (SPAD) s'attache à apporter un soutien moral et matériel aux personnes âgées isolées ou handicapées demeurant chez elles, à travers différentes prestations : aide à domicile, portage des repas, petits travaux, téléassistance. Ces prestations font partie d'un plan d'aides, dont l'adéquation aux besoins est réévaluée chaque année lors d'un entretien avec un travailleur social du service.

L'aide personnalisée

Sept jours sur sept, des auxiliaires de vie interviennent sur demande à domicile, selon un planning déterminé à l'avance. Leur mission consiste à accompagner la personne âgée dans les actes de sa vie quotidienne :

aide à la toilette et à l'habillement, préparation des repas, entretien du linge, ménage, courses, démarches administratives, visites chez le médecin, rapports avec la famille, etc.

Avec, au-delà de l'aide apportée, le maintien d'un lien social avec l'extérieur...

Ces interventions peuvent être prises en charge par la Caisse d'assurance retraite ou le Conseil Général, suivant le degré de perte d'autonomie de la personne âgée.

Le portage de repas

Du lundi au samedi ainsi que le dimanche, des repas complets et équilibrés peuvent être apportés à domicile.

Conçus par une diététicienne au sein de l'établissement public administratif de restauration collective de la ville (à table !), et répondant à d'éventuelles prescriptions médicales (menus sans sel ou hachés), ces repas sont transportés par les camions frigorifiques du service.

Conditionnés en barquettes pour être réchauffés au four micro-ondes, ils correspondent à une journée alimentaire. L'agent qui les distribue n'assure pas seulement une

prestation de portage : sa visite s'inscrit dans une démarche d'écoute et d'échanges, et permet un véritable suivi individualisé.

À noter

Le tarif du repas est calculé en fonction des revenus.

Les petits travaux et dépannages

Un agent du service peut se rendre chez les personnes âgées pour un dépannage ponctuel concernant des problèmes mineurs. Par exemple, pour déboucher un lavabo, remplacer une ampoule, installer une étagère.

À noter

Chaque intervention est facturée au minimum pour une heure.

La téléassistance

Le dispositif Quiétude 13, mis en place par convention avec le Conseil général, permet aux personnes âgées d'obtenir de l'aide ou des secours dans les plus brefs délais en cas d'accident, de malaise ou de situation d'insécurité. Très simple d'utilisation, il ne requiert qu'une ligne téléphonique. Ce dispositif s'appuie en effet sur un central de réception des appels, opérationnel 24h/24 et 7 jours/7,

et sur un transmetteur qui, raccordé au secteur et à une prise de téléphone, est doté d'une télécommande.

Portée en bracelet, en pendentif ou en broche, cette commande permet à la personne âgée d'être mise en contact avec un opérateur de Mondial Assistance par simple pression sur un bouton.

Capable d'écouter, de rassurer et de réconforter, l'opérateur a pour rôle d'évaluer la situation et de faire intervenir en cas de besoin un voisin, un membre de la famille, le médecin ou les services d'urgence (pompiers, SAMU, gendarmerie).

Où s'adresser ?

CCAS : 04 90 18 80 ou
Service polyvalent d'aide à domicile (SPAD) - CCAS,
2 rue Aristide-Briand.

Tél. 04 90 18 46 92

Le matin.

À noter

L'abonnement à ce service est facturé suivant les revenus.

À noter

Une convention lie le CCAS à la Maison départementales des personnes handicapées (MDPH) et à l'association Inter Parcours du Pays d'Arles, pour accueillir et informer sur leurs droits les personnes en situation de handicap résidant sur la commune d'Arles. Elles sont également accompagnées dans leurs démarches administratives.

Des permanences administratives sont assurées au **CCAS, 2 rue Aristide Briand**, les lundis et mercredis de 9h30 à 16h30, et **des permanences sociales** les vendredis de 9h à 12h30.

L'association Inter Parcours du Pays d'Arles tient également des permanences selon un calendrier défini chaque mois. **Tél. 04 90 18 46 80**

Une plateforme de soutien aux aidants a été mise en place avec le concours de l'association A3, pour apporter répit et conseils aux proches de personnes âgées de plus de 60 ans en situation de perte d'autonomie.

Les aidants y trouveront une écoute, avec notamment des groupes de parole, des conseils et de l'aide dans les démarches administratives, des moments de répit (avec des sorties à la journée ou sur un week-end), des conférences...

Des permanences sont assurées au **CCAS, 2 rue Aristide Briand**, le jeudi de 9h à 17h, **mais aussi au Centre hospitalier** le lundi de 9h à 16h, **et à la maison de retraite Jeanne Calment** les mardis et vendredis de 9h à 16h.

Pour en savoir plus, contacter l'association A3 :

Tél. 07 77 28 85 65

a3arlescamargue@hotmail.fr

Site internet : www.association-a3.com

Notes



CCAS
2 rue Aristide-Briand - 13200 Arles
Tél. 04 90 18 35 83
www.ville-arles.fr



DÉPARTEMENT
**BOUCHES
DU RHÔNE**



ARLES
PATRIMOINE MONDIAL DE L'HUMANITÉ



ville d'Arles



santé
famille
retraite
services



Carsat Retraite
& Santé
au travail



Entraide Solidarité 13
Loisirs - Culture - Animations