

Guide pratique personnes âgées



APA | l'Allocation Personnalisée d'Autonomie

CLIC | Un réseau de professionnels au service des personnes âgées

L'AIDE À DOMICILE

L'ACCUEIL FAMILIAL

EHPAD | Les Etablissements d'Hébergement
pour Personnes Agées Dépendantes

 **N° Vert** 0 800 00 33 33



Gironde
LE DEPARTEMENT
gironde.fr



En France, la proportion de personnes âgées dans notre société croît sans relâche, donnant à notre pays de nouveaux défis, ainsi que de réelles opportunités. Près d'un quart des Français a plus de 60 ans. En tant que pouvoirs publics, nous avons la responsabilité d'assurer à nos aînés des conditions de vie agréables pour toute la vie, et un accompagnement adapté de tous les instants.

Le Département de la Gironde est pleinement mobilisé pour offrir tous les services et solutions nécessaires à destination des personnes âgées. Des aides prévues par la loi, mais aussi le choix volontaire de développer des politiques publiques pour accompagner toujours mieux nos aînés.

La recherche de l'autonomie et la lutte contre l'isolement sont pour le Département des sujets de premier ordre, des priorités. L'Allocation Personnalisée d'Autonomie, distribuée par le Département, fournit l'appui nécessaire pour qu'à domicile comme en établissement d'hébergement, les personnes âgées aient accès aux services qui leur sont devenus indispensables.

Les transports de proximité, les réseaux de professionnels, l'accueil familial, les établissements d'hébergement pour personnes âgées, nombreux sont les dispositifs prévus par le Département pour que chacun vive au mieux le grand âge.

Chaque jour, nos équipes du Conseil départemental font en sorte que vieillir soit source d'opportunités, de projets et d'épanouissement.

La juste prise en compte et l'accompagnement de nos aînés seront demain les conditions sine qua non d'une société équilibrée et harmonieuse. Tout nous pousse donc à développer les liens intergénérationnels, et à promouvoir des projets partagés entre les plus jeunes et les plus âgés. Voici comment nous renforcerons les valeurs républicaines qui nous sont chères, parmi lesquelles la fraternité.

Des défis et des opportunités, puisse ce guide apporter toutes les informations sur les aides et les projets du Département en faveur des personnes âgées.

Le Président du Conseil départemental de la Gironde
Conseiller du canton de Sud-Gironde

Jean-Luc GLEYZE

Sommaire

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)	p 4
Un réseau de professionnels au service des personnes âgées (CLIC)	p 8
L'aide à domicile	p 12
L'accueil familial	p 16
Les Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD)	p 19
Bien vieillir en prenant soin de soi	p 24

Un seul numéro pour répondre à toutes vos questions :

N°Vert 0 800 00 33 33

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE

Du lundi au jeudi de 9h à 17h30 et le vendredi de 9h à 17h

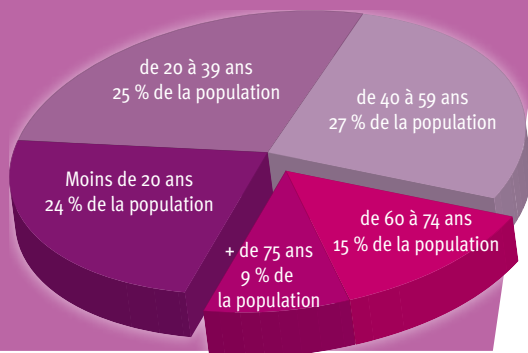
Un numéro pour vous écouter, vous conseiller, vous informer

Le numéro vert est un pôle d'accueil, d'écoute et d'information pour les personnes âgées, leurs familles mais aussi pour les professionnels, tuteurs, partenaires, etc. À ce numéro, vous pouvez également signaler tout cas de maltraitance dont vous seriez victime ou témoin.

QUELQUES CHIFFRES :

- Les personnes âgées de 60 ans et plus représentent **24 %** de la population en Gironde.
- **Plus de 5000** emplois consacrés aux personnes âgées en Gironde.

Répartition de la population Gironde par âge :



L'Allocation Personnalisée d'Autonomie

Pour se lever, s'habiller, préparer les repas..., les personnes âgées ont souvent besoin d'une aide, que leur famille ne peut pas toujours leur apporter. L'Allocation Personnalisée d'Autonomie permet de financer cette aide. Qui peut en bénéficier ? À quelles conditions ? Quelles démarches faut-il faire ? Quel est son montant ?... Réponses



Qu'est-ce que l'APA ?

Depuis 2002, cette allocation, versée par le Département, permet de financer tout ou partie des dépenses nécessaires pour améliorer la qualité de vie de la personne âgée en perte d'autonomie.



Qui a droit à l'APA ?

L'APA est un droit ouvert à toute personne de plus de 60 ans, résidant en France et ayant des difficultés pour assumer seule les actes essentiels du quotidien.

Elle est attribuée quel que soit le lieu de vie : à domicile (en famille ou chez un tiers rémunéré ou non) ou en établissement. Les personnes âgées vivant chez des accueillants familiaux peuvent aussi bénéficier d'un forfait APA, qui participe au paiement du salaire versé à l'accueillant.

L'APA à domicile

Elle est calculée en fonction :

- › des ressources de la personne
- › du degré de dépendance, évalué selon une grille appelée AGGIR (voir p.5)

Montant maximal des prestations de services au 1^{er} avril 2014 :

- › GIR 1 : 1 312,67 euros / mois
- › GIR 2 : 1 125,14 euros / mois
- › GIR 3 : 843,86 euros / mois
- › GIR 4 : 562,57 euros / mois

Versée pour une durée maximale de 5 ans, l'APA est renouvelable et révisable.

Qu'est ce que la grille AGGIR ?

Cette grille nationale est un outil pour évaluer, à l'aide d'un questionnaire, le degré de dépendance, physique et psychique, des demandeurs de l'APA. Elle définit 6 groupes : depuis le GIR 1 (personnes âgées les plus dépendantes) jusqu'au GIR 6 (celles qui ont gardé leur autonomie).

Selon la loi, l'APA concerne uniquement les 4 premiers groupes définis par la grille AGGIR. Les personnes âgées classées dans les groupes 5 et 6 peuvent néanmoins prétendre au versement des prestations d'aide ménagère servies par leur régime de retraite ou l'aide sociale départementale.



Qui définit le degré de dépendance ?

Pour évaluer le degré de dépendance de la personne âgée, l'un des 40 évaluateurs des équipes médico-sociales territorialisées du Département vient à son domicile. Un plan d'aide est ensuite élaboré en fonction des besoins et des souhaits de la personne. L'APA finance ce plan d'aide, en totalité ou en partie.

Quelles sont les conditions de ressources ?

Quelles que soient ses ressources, toute personne âgée dépendante peut prétendre à l'APA. Une participation financière ("ticket modérateur") est cependant demandée lorsque ses revenus dépassent un certain niveau. Cette participation ouvre droit à réduction d'impôt.

Quels services l'APA peut-elle financer ?

- › Des services d'aide à la personne (voir p. 12-13).
- › L'hébergement en accueil familial (voir p. 16-17).
- › Un accueil de jour (voir p. 19).
- › Un hébergement temporaire (voir p. 18).

L'APA en établissement

Lorsque la personne âgée vit dans un EHPAD (Établissement d'Hébergement pour Personnes âgées Dépendantes), l'APA contribue au financement du tarif dépendance. Elle est directement versée à l'établissement par le Département, mais il reste à la charge du bénéficiaire la part "dépendance GIR 5/6" appelée "ticket modérateur". (voir p. 20)

Quelles sont les démarches ?

Les dossiers de demande d'APA peuvent être retirés :

- dans les Centres Locaux d'Information et de Coordination (CLIC) (voir p.9) ;
- dans les Centres Communaux d'Action Sociale ou les mairies ;
- au Département, Service des actions pour l'autonomie, (Immeuble Solidarité à Bordeaux) ;
- dans les Pôles Territoriaux de Solidarité (PTS) dans les Maisons Départementales de la Solidarité et de l'Insertion (MDSI) (voir p. 10) ;
- sur le site du Département **gironde.fr/apa** ;
- pour les personnes vivant en EHPAD, auprès de la direction de l'établissement.

Une fois rempli, le dossier doit être envoyé au :

Département de la Gironde
Service des actions pour l'autonomie
Immeuble Solidarité
Esplanade Charles de Gaulle - CS 71223
33074 Bordeaux Cedex

À SAVOIR :

- Tout changement de situation doit être signalé sans délai (déménagement, entrée en maison de retraite, modification des ressources, décès...).
- Le non cumul : L'APA n'est pas cumulable avec la Prestation de Compensation du Handicap, la Majoration Tierce Personne, l'aide ménagère, l'Allocation Compensatrice pour Tierce Personne.
- La non récupération : L'APA n'est pas récupérable sur la succession.

Un secteur qui recrute

Il y a en Gironde environ 200 services d'aide aux personnes âgées dont 33 autorisés et labellisés par le Département. Pour assurer leurs missions, ils font appel à des professionnels qualifiés mais rencontrent parfois des difficultés de recrutement. Pour soutenir la professionnalisation de ces services, et permettre notamment l'intégration et l'insertion de nouveaux salariés, le Département a signé une convention avec la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA).



TÉMOIGNAGE

" Je suis bien chez moi "



Madeleine, 80 ans, vit à Saint-Symphorien. Opérée du cœur et d'un cancer, elle ne peut plus sortir ni accomplir seule les gestes simples du quotidien. « *J'ai eu 7 enfants, je suis usée* », dit-elle. Aussi, depuis 6 ans, un plan d'aide, financé par l'APA, lui permet de bénéficier des services de professionnels qui viennent lui apporter de l'aide pour sa toilette, ses repas, le ménage..., mais aussi une présence et une écoute. « *Je suis veuve, et mes enfants habitent loin. Si je n'avais personne pour m'aider, je serais obligée d'aller en maison de retraite, et je ne veux pas, je suis bien chez moi !* »

CHIFFRES 2015 :

- 33 800 bénéficiaires de l'APA en Gironde
- 21 400 vivent à domicile dont près de 400 en familles d'accueil
- 12 400 vivent en établissement
- Budget du Département pour l'APA : 137 000 000 euros

Un réseau de professionnels au service des personnes âgées : les CLIC



Pour répondre aux attentes et aux besoins d'aide des personnes âgées, le réseau des CLIC (Centres Locaux d'Information et de Coordination Gériatrique) assure, à travers tout le département, ses missions d'accueil, d'écoute, d'orientation et de coordination des professionnels médico-sociaux. C'est un service gratuit, financé par le Département et les collectivités territoriales de la Gironde. Le Département coordonne l'activité de ces CLIC.

À quoi servent les CLIC ?

Un CLIC est un service de proximité auprès duquel les personnes âgées et leurs familles peuvent trouver les réponses à leurs questions concernant :

- › les services d'aide et d'accompagnement à domicile,
- › le portage des repas,
- › les Établissements d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD),
- › l'accueil de jour,
- › l'hébergement temporaire,
- › les aides financières,
- › l'aménagement du logement,
- › les accueillants familiaux,
- › les mesures de protection juridique,
- › les loisirs, etc.

Les CLIC accueillent, informent, évaluent les besoins, assurent le suivi des plans d'aide établis selon les souhaits de chaque personne âgée, en concertation avec les professionnels du secteur.

Le n° vert

Pour être écouté, informé sur vos droits et les démarches à faire, orienté vers le CLIC de votre secteur..., appelez le n° vert départemental :

 **N°Vert** 0 800 00 33 33

Appel gratuit depuis un poste fixe.


Des professionnels pour vous aider au quotidien


L'équipe d'un CLIC coordonne, autour de la personne âgée, les différentes interventions d'assistantes sociales, de psychologues, de médecins gériatres, d'infirmiers, d'aides à domicile, de kinésithérapeutes, d'ergothérapeutes, etc.




Des missions complémentaires

Selon leur label, les CLIC assurent différentes missions :


 **Label 1** : accueil, écoute, information et orientation des particuliers et des professionnels. En Gironde, c'est le numéro vert qui assure cette mission.

 **Label 2** : aux missions du label 1, s'ajoute l'évaluation des besoins des personnes âgées dépendantes afin d'établir un plan d'aide et d'accompagnement tenant compte de leurs souhaits.

 **Label 3** : aux missions des labels 1 et 2, s'ajoutent la coordination des interventions des professionnels médico-sociaux et le suivi du plan d'aide et d'accompagnement.


Les 5 CLIC de Gironde

  **N°Vert** 0 800 00 33 33

 **CLIC de Bordeaux**
4, rue Claude Bonnier 33077 Bordeaux

 **CLIC Sud Gironde**
3, place Saint Michel 33192 La Réole

 **CLIC Rive droite**
9, avenue Carnot 33150 Cenon

 **CLIC Portes du Médoc**
419, avenue de Verdun 33700 Mérignac

De nouveaux CLIC sont prévus notamment pour le Bassin d'Arcachon, le Médoc, la CUB Sud Ouest, le Libournais et les Graves.

Tisser un réseau de solidarité



Au-delà de ses missions, chaque CLIC mène des actions pour tisser un réseau de solidarité, rompre l'isolement des personnes âgées et de leurs familles, et apporter des réponses aux difficultés rencontrées par les aidants familiaux et l'entourage : repli, épuisement... Exemple du CLIC Rive droite, implanté à Cenon :



« Nous organisons, entre autres, depuis 6 ans des rencontres entre des aidants de malades d'Alzheimer et de personnes âgées. Pour eux, c'est un précieux moment de répit, une porte de sortie. Accompagnés par un psychologue et une assistante sociale, ils partagent leurs difficultés, leurs expériences... Au fil du temps, ils se sentent mieux moralement, moins isolés. Nous

organisons aussi, pour des personnes âgées en perte d'estime de soi, des ateliers de socioesthétique (massages, recettes de cosmétique, soin du visage...) dont le but est de leur apporter du bien-être et de leur redonner confiance en elles, ce qui est essentiel pour retrouver une vie sociale. »

D'autres lieux de ressources : les Pôles Territoriaux de Solidarité (PTS) et les Maisons Départementales de la Solidarité et de l'Insertion (MDSI)

Services publics ouverts à tous, les 9 PTS et les 36 MDSI du département ont pour mission de répondre à tous les problèmes sociaux de leur territoire, quels que soient l'âge, la situation et la demande des personnes. Leurs équipes médico-sociales reçoivent le public à la MDSI ou dans des antennes de proximité (quartier, mairie...) sur rendez-vous, en permanences, en consultation, et peuvent aussi venir à domicile.



Du lundi au vendredi : 8h30 - 12h30, 13h30 - 17h15
(16h15 le vendredi).

Pour connaître les PTS et MDSI de votre secteur,
appelez

le n° vert :

 **N°Vert** **0 800 00 33 33**

ou cliquez sur gironde.fr/mdsi

Maladie d'alzheimer

Les MAIA, Maisons pour l'Autonomie et l'Intégration des malades Alzheimer

Dans le cadre du plan Alzheimer, le Département de la Gironde compte désormais cinq MAIA, dont trois adossées aux CLIC Portes du Médoc, Bordeaux et Sud Gironde (voir coordonnées des CLIC p 9), une sur le territoire de la Haute Gironde, portée par l'AMSAD (Association de Maintien et de Soins A Domicile), et une sur le territoire du Médoc, portée par l'AAPAM (Association d'Aide Aux Personnes Agées du Médoc).

Objectif : développer un réseau de professionnels pour améliorer la prise en charge des malades et l'accompagnement de leurs aidants, renforcer l'information et optimiser l'organisation du système de prise en charge des personnes qui souffrent de cette maladie.

Pour en savoir plus : **05 56 95 80 11**

Soutenir les familles de malades Alzheimer

En France on dénombre à ce jour près de 860 000 malades, un chiffre qui ne cesse d'augmenter. Près des deux tiers vivent chez eux grâce à leur famille. Mais cela nécessite une présence constante, ce qui a des conséquences très lourdes sur les aidants.

Pour éviter les risques d'épuisement et d'isolement des aidant familiaux et les soutenir dans leurs efforts, l'association France Alzheimer Gironde propose des formations et tient des permanences sur différents lieux du territoire.

Contact :

France Alzheimer Gironde
52, rue des Treuils 33082 Bordeaux Cedex
Présidente Bernadette Freyssignac
tél. 05 56 40 13 13 / www.francealzheimer-gironde.org

QUELQUES CHIFFRES :

- Le n° vert départemental reçoit en moyenne **6 500 appels** par mois, **70 %** des appels concernent l'APA.
- Près de **45 agents du Département dont 7 médecins** se rendent au domicile des personnes âgées pour évaluer leurs situations dans le cadre des demandes d'APA.
- Plus de **850 professionnels travaillent dans les 9 PTS et 36 MDSI de Gironde.**

L'aide à domicile

Le Département s'efforce de permettre aux personnes âgées qui le souhaitent de vivre le plus longtemps possible dans leur cadre de vie habituel. Aussi, de nombreux services, autorisés par le Département, peuvent vous aider dans votre vie quotidienne.



L'aide à domicile, pour qui ?

- › Les personnes âgées dépendantes
- › Les personnes handicapées

L'aide à domicile, pour quoi ?



Vous avez besoin de vous faire accompagner dans les actes essentiels de la vie quotidienne (aide à la toilette, habillage, alimentation, etc.), dans les tâches ménagères, les démarches administratives, ou encore bénéficier d'une présence sécurisante...

Les services d'aide à domicile assurent des prestations de services ménagers et d'aide à la personne pour les activités ordinaires et les actes essentiels de la vie quotidienne, en dehors des actes de soins réalisés sur prescription médicale, qui relèvent des services de soins infirmiers à domicile (SSIAD) ou des infirmiers libéraux.

Selon le degré de dépendance, une aide continue, 7 jours sur 7, peut être mise en place.

Les modes d'intervention des Services d'Aide à Domicile (SAD)

L'aide à domicile peut être assurée selon 3 modes d'intervention :

- › **Le service prestataire** : le service d'aide à domicile est l'employeur de la personne qui intervient à votre domicile.
- › **Le service mandataire** : le service d'aide à domicile vous met en relation avec un intervenant à domicile et s'occupe pour vous des formalités administratives (salaires, déclarations sociales...). Mais vous êtes l'employeur légal de l'intervenant.
- › **Le gré à gré** : vous pouvez aussi employer directement une personne qui interviendra à votre domicile et gérer vous-même toutes les formalités liées à son emploi.



Un label départemental qui garantit la qualité



Le Département a développé un réseau d'aide et d'accompagnement à domicile sur l'ensemble du département, constitué de professionnels qualifiés.

Le label "Service d'aide à domicile", identifiable par le logo ci-dessus, permet aux personnes âgées et à leurs familles de reconnaître facilement les services autorisés par le Département. Pour l'obtenir, les structures doivent s'engager à assurer des prestations de qualité en terme de professionnalisation du personnel intervenant à votre domicile, et avec une prise en charge dans la durée. Ces services labellisés font l'objet d'une attention toute particulière du Département qui les tarifie et les contrôle régulièrement.

Des professionnels qualifiés

Pour travailler auprès des personnes âgées, les structures d'aide à domicile (associations, Centres Communaux d'Action Sociale) font appel à des professionnels qualifiés. Le plus souvent des femmes, ces auxiliaires de vie sociale, assistantes de vie et aides médico-psychologiques interviennent pour les actes essentiels du quotidien et font le lien avec la famille et les autres intervenants (médecin, infirmiers...). Leur savoir-faire et leur savoir-être garantissent la qualité de leur travail dans le respect des personnes dont elles s'occupent.

Comment trouver une aide à domicile ?

Composez le n° vert départemental : 

ou contactez le CLIC de votre secteur (voir p. 9).

Vous pouvez aussi vous adresser directement à un service autorisé.

INITIATIVE

Deux générations sous le même toit

« *Chambre meublée contre moments de convivialité le soir et présence sécurisante la nuit.* » Voilà ce que proposent les petites annonces du site de l'association "Vivre avec". Le principe : mettre en relation des étudiants avec des personnes âgées souffrant de solitude. Les candidats sont soigneusement sélectionnés, les engagements formalisés par contrat, et l'association assure un suivi régulier. Témoignage de Laure, 20 ans, étudiante en école d'infirmière, qui a cohabité avec Paule, âgée de 103 ans. « *Je suis très contente de ces 6 mois avec Paule. Elle m'a appris à voir autrement les personnes âgées. Cette cohabitation a été très enrichissante, et je continuerai à lui rendre visite de temps en temps.* »

« **Vivre avec** » : 44, cours Pasteur 33000 Bordeaux - Tél. 05 57 95 66 02 ou 06 50 72 48 99 - logement-solidaire.org



QUELQUES CHIFFRES :

- **32 structures d'aide à domicile** sont à ce jour autorisées par le Département, elles effectuent plus de 4 millions d'heures de travail chez les particuliers chaque année.
- Les professionnels de l'aide et des soins à domicile sont à plus de **95 % des femmes**, dont la moyenne d'âge est de 41 ans.



L'accueil familial



Entre la vie en collectivité dans un établissement et la vie chez soi, il existe une autre possibilité pour les personnes âgées qui ne peuvent plus rester à leur domicile : l'accueil familial. Le Département poursuit aujourd'hui ses efforts pour développer cette formule d'accueil.

Qui peut être accueilli ?

Toute personne âgée de plus de 60 ans peut être accueillie chez un particulier agréé en contrepartie d'une rémunération pour services rendus, d'un loyer et d'une indemnité pour frais d'entretien.

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie, dont peut bénéficier la personne accueillie, participe au salaire versé à l'accueillant.

Les frais d'hébergement peuvent être financés, en partie, par une allocation logement versée par la Caisse d'Allocations Familiales.

Les adultes handicapés peuvent également bénéficier de cette formule originale sous certaines conditions (contacter le Bureau de l'accueil familial qui vous guidera dans vos démarches : 05 56 99 34 07).

Les avantages de la vie au domicile d'un accueillant familial :

- › Pouvoir choisir un lieu de vie à proximité de son environnement habituel.
- › Avoir une chambre individuelle aménagée selon sa convenance.
- › Partager une vie familiale.
- › Vivre dans un cadre sécurisant.
- › Bénéficier d'une aide personnalisée 24/24 heures.
- › Pouvoir recevoir sa famille et ses amis en toute intimité.



Qui peut accueillir ?

Vous pouvez devenir accueillant familial si vous souhaitez offrir à des personnes âgées ou à des personnes handicapées un cadre de vie sécurisant et chaleureux, tout en exerçant un vrai métier à votre domicile.

Conditions :

- › être agréé par le Département vous autorisant l'accueil d'une à trois personnes
- › disposer un lieu de vie adapté.

Il n'est pas nécessaire d'avoir une qualification dans l'aide à domicile ou la gérontologie, mais cela peut être un plus. Qualités indispensables : patience, écoute, capacité de dialogue, tolérance, discrétion et respect de la personne.

Comment devenir accueillant ?

Régulièrement le Bureau de l'Accueil Familial organise des réunions d'information pour les personnes intéressées par ce métier.

Pour devenir accueillant, il faut :

- › demander par écrit l'agrément au Président du Conseil départemental de la Gironde,
- › constituer un dossier pour l'évaluation de vos conditions matérielles d'accueil,
- › se rendre disponible pour des évaluations sociales et des entretiens psychologiques.

L'instruction du dossier se fait dans un délai de 4 mois.

Un suivi social et médico-social est assuré par des professionnels du Département qui s'assureront régulièrement du bon déroulement de l'accueil.

Une formation initiale et continue est obligatoire. Elle est organisée par le Département.

Pour chaque accueil, un contrat de gré à gré est signé entre l'accueillant et l'accueilli ou son représentant légal.

Comment trouver une famille d'accueil ?

Pour obtenir la liste des familles d'accueil en Gironde, contactez le Bureau de l'Accueil Familial : 05 56 99 33 33 poste 31.87 ou 34.07 ou :

QUELQUES CHIFFRES :

▶ N°Vert 0 800 00 33 33

- En Gironde :** il existe **227 accueillants** familiaux pour **443 places**
- **151** sont agréés pour accueillir des personnes âgées (capacité de **313 places**)
 - **44** sont agréés pour accueillir des personnes handicapées (**capacité de 52 places**)
 - **32 ont un agrément mixte** (PA/PH) (**capacité de 78 places**)
 - En 2015, le Département a consacré **36 000 €** à la formation des accueillants familiaux.
 - Budget total pour l'accueil familial : **685 000 €**

Les EHPAD, un accueil adapté aux besoins de chacun

Depuis 2001, la plupart des maisons de retraite de Gironde ont changé de nom : elles sont devenues des « Établissements d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes » ou, pour les plus petites, des « Petites Unités de Vie* ».

* Attention ces structures n'ont pas les mêmes modalités de médicalisation.



L'EHPAD, établissement médicalisé, accueille à partir de 60 ans des personnes présentant une perte d'autonomie qui rend la réalisation des actes du quotidien et le maintien à domicile difficiles, voire impossibles.

S'appuyant sur un projet de vie et de soins, l'EHPAD offre un accompagnement adapté et individualisé au plus près des besoins, des goûts et des habitudes de vie, assurant l'hébergement et les soins nécessaires au bien-être des personnes accueillies.

Deux catégories d'établissements

- › **Les EHPAD habilités** : les résidents (sous réserve de conditions de ressources et en application des dispositions prévues par le Règlement Départemental d'Aide Sociale) peuvent bénéficier de l'aide sociale à l'hébergement versée par le Département.
- › **Les EHPAD non habilités** : les résidents ne peuvent bénéficier de l'aide sociale à l'hébergement. En Gironde, cette possibilité peut néanmoins être offerte après un séjour continu de 3 ans.

Les différents types d'accueil

Tous les EHPAD offrent un accueil permanent, mais il existe d'autres possibilités :

- › **L'hébergement temporaire** : il s'agit de séjours pour une période déterminée et de courte durée, dans le cadre d'une sortie d'hospitalisation avant un retour programmé à domicile, ou pour permettre une adaptation progressive à l'entrée en institution. Il permet encore d'offrir une solution de répit aux aidants familiaux.

› **L'accueil de jour** : cette formule permet d'accueillir toute l'année des personnes âgées qui ne peuvent ou ne souhaitent pas rester seules chez elles dans la journée, tout en pouvant rentrer chez elles le soir. Elle offre ainsi aux familles des moments de répit lorsque l'état de santé de la personne âgée nécessite une attention constante.

L'accueil Alzheimer

Dans le cadre d'un accompagnement adapté, certains EHPAD proposent des accueils permanents, temporaires ou de jour spécifiquement dédiés aux personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer ou de pathologies apparentées.

L'engagement d'un accompagnement de qualité

Pour obtenir le label d'«EHPAD», les établissements doivent signer une convention avec le Département et l'Agence Régionale de Santé dans laquelle ils s'engagent à assurer la qualité de la prise en charge proposée, en recrutant uniquement du personnel qualifié et pluridisciplinaire : encadrement médical, restauration équilibrée et variée, cadre de vie confortable, sécurisant, adapté à la perte d'autonomie, animations...

Aussi on y trouve l'intervention de médecins, d'infirmières, d'aides-soignantes, de psychologues, d'ergothérapeutes, d'animateurs, de kinésithérapeutes, ainsi que de professionnels extérieurs tels que des coiffeurs, des esthéticiennes...

Dans les établissements bénéficiant d'unités réservées à des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, le personnel est spécifiquement formé. Il a une connaissance développée de la personne et de son parcours, la volonté d'aider sans faire à la place, et une capacité à organiser l'accompagnement de façon pluridisciplinaire.

Le coût et les aides financières

› Le tarif hébergement

Il est payé par le résident. Si ce dernier a de faibles ressources, il peut bénéficier de l'aide sociale départementale (voir plus loin), à condition d'être hébergé dans un établissement habilité à cet effet.

Dans les établissements non habilités à l'aide sociale, le prix est librement fixé à la signature du contrat de séjour qui doit être obligatoirement passé entre la personne âgée et l'établissement d'accueil.

Les prix varient ensuite chaque année dans la limite d'un pourcentage fixé par arrêté ministériel.

Dans tout établissement, le résident peut demander à bénéficier des allocations logement (APL, ALS).

› Le tarif “dépendance”

Les frais liés à la dépendance sont pris en charge par l'APA en établissement qui est versée par le Département. Quel que soit le degré de dépendance (autrement dit le GIR - voir p.4), seul “le ticket modérateur” équivalant au tarif des GIR 5-6 est à la charge de la personne, à l'exception des bénéficiaires de l'aide sociale.

Les documents obligatoirement remis par l'établissement au moment de l'admission :

- › le contrat de séjour,
- › le règlement de fonctionnement,
- › le livret d'accueil.

En cas de désaccord ou de litige sur le respect de vos droits, vous pouvez solliciter l'intervention d'une personne qualifiée en contactant le N° VERT départemental :

 **N°Vert** 0 800 00 33 33

Comment choisir son EHPAD ?

Des professionnels sont à votre service pour vous aider : le Département tient à votre disposition la liste des établissements autorisés pouvant vous accueillir en Gironde. Contactez le 05 56 99 33 33 - poste 37-63.

Pour vous aider dans vos recherches d'une maison de retraite : le site internet du **Coderpa** de Gironde (Comité Départemental des Retraités et Personnes Âgées) vous permet de vous inscrire sur une liste unique d'établissements agréés. Lorsqu'une place sera disponible, vous serez contacté.

Coderpa : 142, avenue René Cassagne 33150 Cenon
Tél. 05 56 86 84 11 - coderpa33.e-monsite.com

QUELQUES CHIFFRES :

- En 2015, il y a **194 établissements** et **13 870 places d'hébergement** permanent, temporaire ou en accueil de jour.
- **75 établissements**, recevant environ **7 700 personnes**, sont habilités à recevoir des personnes au titre de l'aide sociale.

Le logement-foyer, comme chez soi dans une résidence adaptée

Répartis dans tout le département, une centaine de logements-foyers (appelés aussi RPA, Résidences pour Personnes Âgées) proposent en Gironde plus de 4 400 appartements (du studio au deux-pièces) que les résidents peuvent aménager avec leurs propres meubles.

Ces établissements médico-sociaux sont destinés aux personnes âgées valides (GIR 5 ou 6, voir p. 4) n'ayant pas besoin d'une surveillance médicale continue. Ils offrent des services collectifs : restauration, infirmerie, blanchisserie, salon de coiffure, animations (fêtes, lotos, sorties, activités manuelles, ateliers de musique, théâtre...).

L'hébergement est à la charge des résidents, considérés comme locataires, qui peuvent cependant bénéficier de l'allocation logement ou de l'aide personnalisée au logement.



Bien vieillir en prenant soin de soi

Pour bien vieillir, quelques clés essentielles : conserver des activités physiques et intellectuelles, veiller à son équilibre alimentaire, bien s'hydrater, préserver la qualité de son sommeil, respecter les prescriptions de médicaments, et surtout ne pas rester isolé.



Prévenir la maladie d'Alzheimer

Les spécialistes l'affirment : adopter une alimentation équilibrée et ne pas fumer réduit de 50 % les risques de développer la maladie d'Alzheimer. On peut aussi prévenir la maladie en maintenant ses facultés cérébrales. Comment ? Par la lecture, les jeux de mémoire, les mots croisés, les jeux de cartes et toute activité créative..., mais pas seulement. Jardiner, marcher, nager, bricoler..., toute activité physique permet aussi d'exercer le cerveau puisqu'il est le centre de la coordination des mouvements. Entretenir des liens sociaux reste tout aussi important.

Pratiquer un sport adapté



Randonnée pédestre, gymnastique douce, natation, relaxation, yoga..., ce sont quelques-unes des activités sportives, adaptées à vos capacités physiques, que vous pouvez pratiquer dans le cadre des 21 opérations « Temps libre multisports » organisées par le Département, en partenariat avec des associations ou des collectivités. Toutes sont encadrées par des professionnels expérimentés et diplômés.

Pour vous renseigner : **05 56 99 33 87**
ou sport.gironde.fr pratiquer un sport à la retraite

Faciliter vos déplacements

Le réseau de cars TransGironde géré par le Département est ouvert à tous. Toutefois, pour aider les personnes qui ont des difficultés pour se déplacer, notamment les personnes âgées, le Département a mis en place un dispositif adapté :

- Le transport de proximité



Un rendez-vous médical, un train à prendre, des courses au supermarché... Pour les zones non desservies par le réseau TransGironde, le Département de la Gironde en partenariat avec 17 Communautés de Communes (CDC) volontaires, organise un transport de proximité qui complète le réseau de lignes régulières TransGironde. Des petits véhicules vous transportent pour des trajets courts et occasionnels : sur tout le territoire de votre CDC, et vers les lignes régulières TransGironde ou la gare TER la plus proche, et en dehors de la CDC, vers des destinations ciblées spécifiques à chaque CDC (ex : hôpitaux, cliniques, médecins spécialistes, PTS ou MDSI, centres commerciaux, marchés, ...).

Pour qui ?

TransGironde Proximité est réservé aux personnes âgées de plus de 75 ans, aux personnes à mobilité réduite ou en perte d'autonomie, ainsi qu'aux titulaires des minima sociaux ou en insertion professionnelle, domiciliées dans l'une des CDC participantes.

Toutefois certaines CDC ont décidé d'ouvrir le service au tout public.

Comment s'inscrire et réserver ?

Demandez un dossier d'inscription TransGironde Proximité à votre mairie ou directement auprès de la CDC dont vous dépendez. Si votre demande est acceptée, il vous suffira ensuite simplement de téléphoner pour réserver votre transport au plus tard la veille de votre déplacement avant 18h.

Une fois réservé, le véhicule passe vous chercher à domicile à l'heure convenue (plus ou moins 15 minutes), et vous dépose à destination ou vous connecte à un réseau de transport public vous permettant d'atteindre votre destination. Il revient vous chercher sur le lieu initial de dépôt à l'heure convenue (plus ou moins 15 minutes), et vous raccompagne chez vous.

Service ouvert du lundi au samedi (sauf exception), sur des plages horaires qui peuvent aller de 6h30 à 20h selon votre CDC.

Tarifs :

2,60 euros le trajet - 4,20 euros l'aller/retour - 6,20 euros le trajet hors CDC

Renseignements :

- sur transgironde.fr / onglet « se déplacer » / « transport de proximité »
- ou en appelant le :

NUMERO UNIQUE
pour tout savoir sur le réseau **TransGironde**
0974 500 033*
* Tarif d'un appel local
du lundi au samedi de 7h30 à 19h30

• Tarifs réduits sur le réseau TransGironde

Pour les + de 60 ans

Les personnes de plus de 60 ans bénéficient d'une réduction de 20% sur toutes les lignes du réseau TransGironde soit 2,10 € l'aller simple (au lieu de 2,60 € en tarif plein).

Et avec un abonnement ou une carte 10 voyages, c'est encore moins cher...

Le tarif social Horizon

La carte HORIZON permet aux Girondins les plus défavorisés, de voyager sur l'ensemble des lignes régulières du réseau TransGironde pour 0,30 € le trajet.

Les personnes âgées percevant des ressources inférieures à 70% du SMIC net, ainsi que celles attributaires des « minima sociaux » tels que l'assurance veuvage, le minimum vieillesse ou l'allocation de solidarité aux personnes âgées,... peuvent bénéficier de ce tarif préférentiel.

Comment s'inscrire ?

Dossier à retirer :

- au Centre Communal d'Action Sociale de votre commune
- auprès du Pôle Territorial de Solidarité ou de la Maison Départementale de la Solidarité et de l'Insertion la plus proche de chez vous (liste sur gironde.fr)
- à l'accueil Transports du Département (immeuble Gironde à Bordeaux Mériadeck)
- ou en le téléchargeant sur le site transgironde.fr.

À SAVOIR :

Une bibliothèque sonore

La lecture était une de vos passions, mais vous ne pouvez plus lire...

Le GIAA Aquitaine, association soutenue par le Département de la Gironde, vous propose sa bibliothèque sonore : plus de 5000 livres enregistrés pour goûter à nouveau au plaisir de la lecture, dont beaucoup de nouveautés.

Adhésion : 50 € par an, ensuite expédition et renvoi par la poste entièrement gratuits.

GIAA Aquitaine

14, rue de La Réole 33800 Bordeaux

Tél. 05 56 31 48 48

Permanence du lundi au jeudi de 9h à 17h30.

giaa.org/-Aquitaine-.html



INITIATIVE

Stimuler la curiosité des personnes âgées

Pour faciliter la participation des personnes âgées à la vie culturelle, le Département de la Gironde lance un appel à projets appelé "L'un est l'autre" qui s'adresse d'une part aux EHPAD du département habilités à recevoir des bénéficiaires de l'aide sociale, et d'autre part aux associations œuvrant dans le champ culturel et situées en Gironde. Tout type de pratiques culturelles peut être mis en œuvre : art plastique, photo, écriture, vidéo, patrimoine...

Objectifs : stimuler la curiosité des personnes âgées, valoriser leurs savoirs et leur créativité, maintenir leurs liens sociaux, les inciter à participer à la vie culturelle locale. Les projets présentés devront être co-construits par les différents partenaires.

Plus d'infos sur gironde.fr/culturepourtous
Tél. 05 56 99 33 33 - poste 54 46 ou 31 75

À SAVOIR :

Pour lire même avec une mauvaise vue

Le site « cultureaccessible.gironde.fr » mis en place par le Département de la Gironde avec la contribution de ses partenaires, permet aux personnes en situation de handicap visuel et moteur, de pouvoir consulter de nombreuses informations culturelles locales.

Agenda culturel, accessibilité détaillée des salles selon le type de handicap, mais aussi transports, ... de nombreuses informations pratiques y sont regroupées.

Pour suivre toute l'actualité de votre Département

Retrouvez le magazine GIRONDE :



Nouveau : dorénavant vous pouvez obtenir une version parlée du magazine sur gironde.fr/mag

rendez-vous sur gironde.fr



[www.facebook.com/
Département de la Gironde](http://www.facebook.com/Département.de.la.Gironde)



@Gironde

CONTACTS UTILES :

Département de la Gironde

Direction chargée des actions en faveur des personnes âgées
et des personnes handicapées

Esplanade Charles-de-Gaulle

CS 71223

33074 Bordeaux Cedex

05 56 99 33 33

dgas-dapah@gironde.fr

Maison Départementale pour les Personnes Handicapées

Immeuble Le Phénix,

264, boulevard Godard 33000 Bordeaux

05 56 99 69 00

mdph-accueil@gironde.fr

Plus d'informations :

 **N°Vert** **0 800 00 33 33**

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE

Du lundi au jeudi de 9h à 17h30 et le vendredi de 9h à 17h

ou sur gironde.fr/personnesagees

