

**Information
Services
Retraités et personnes âgées**

**Titouroù
Servijoù
Retredidi ha tud oadet**



S O M M A I R E

A - Services d'aide à la personne

4 à 12

- 1 - Emploi d'une aide à domicile
- 2 - Garde à domicile
- 3 - Portage de repas à domicile
- 4 - Service de téléassistance
- 5 - Vacation de psychologue
- 6 - Transports publics

B - Services de répit ou de soutien pour les aidants

13 à 17

- 1 - Équipe spécialisée Alzheimer
- 2 - Accueil de jour
- 3 - Hébergement temporaire
- 4 - Soutien associatif

C - Santé

18 à 25

- 1 - Soins infirmiers à domicile
- 2 - Centre hospitalier de Carhaix
- 3 - Hospitalisation à domicile
- 4 - Remboursement des soins médicaux
- 5 - Espaces « ressources santé »
- 6 - Carte mobilité inclusion

D - Hébergement

26 à 29

- 1 - Structures d'hébergement
- 2 - Accueil familial

E - Logement

30 à 35

- 1 - Lotissement pour personnes âgées
- 2 - Aides au logement par la Caisse d'allocations familiales
- 3 - Fonds de solidarité logement (F.S.L.)
- 4 - Information sur le logement
- 5 - Aides à l'amélioration de l'habitat

F - Ressources

36 à 40

- 1 - Fonds d'actions sociales
- 2 - Allocation de solidarité des personnes âgées
- 3 - Majoration pour tierce personne
- 4 - Allocation personnalisée d'autonomie
- 5 - Aide sociale

G - Exonération et dégrèvements

41 à 43

- 1 - Contribution à l'audiovisuel public
- 2 - Impôts locaux

H - Loisirs

44 à 47

- 1 - Loisirs
- 2 - Espaces publics numériques

I - Accès aux droits

47 à 49

- 1 - C.D.A.S.
- 2 - Point d'accès aux droits

J - Structures d'information de proximité et sites internet spécialisés

50 à 52

- 1 - Structures d'information de proximité
- 2 - Sites internet spécialisés

K - Glossaire

53

1 – Emploi d'une aide à domicile

Une aide à domicile est une personne chargée de venir en aide aux personnes âgées pour les soulager dans les travaux courants que leur santé les empêche de faire.

Activités pouvant être réalisées :

Ménage, petites lessives, courses, etc...

Renseignements

Association ou entreprise d'aide à domicile sur le territoire
(Liste non exhaustive)

Association à Domicile en Milieu Rural du Poher (A.D.M.R.)

Boulevard Jean Moulin

BP 127 - 7 bis Boulevard Jean Moulin

29270 Carhaix

Tél : 02 98 93 23 46

Fax : 02 98 93 25 83

admrpoher@gmail.com

ZEN Séniors Services

11 avenue du Général De Gaulle

29270 Carhaix

Tél : 02 98 99 10 66

0 800 01 20 20

agnes.leguern@zen-seniors-services.fr

Junior Sénior

2 rue du Général Lambert

29270 Carhaix

Tél : 09 86 17 02 60

Elodie.lallauret@juniorsenior.bzh

CESU (emploi direct)

(Site internet : www.servicesalapersonne.gouv.fr)

Possibilité de financement, soit auprès :

- de votre caisse de retraite,
- de la mairie de votre domicile (aide sociale),
- du Conseil Départemental (A.P.A.).

Le saviez-vous ?

Sous certaines conditions, il est possible de bénéficier de l'exonération des cotisations patronales d'assurances sociales ainsi que d'une réduction ou d'un crédit d'impôt pour l'emploi d'une aide à domicile.

2 – Garde à domicile

Une garde à domicile assure une présence permanente ou temporaire de jour ou de nuit auprès de la personne âgée pour l'aider à accomplir les actes de la vie quotidienne et pour une surveillance adéquate.

Ce peut être une présence pour une heure, une journée, la nuit ou le week-end.

Renseignements

Association ou entreprise d'aide à domicile,

Caisse de retraite,

Mairie de votre domicile,

Centre local d'information et de coordination (C.L.I.C.)
du pays de Centre Ouest Bretagne.

Portable : 06 80 06 35 10

Possibilité de financement, soit :

- auprès du Conseil Départemental (A.P.A.),
- auprès de votre caisse de retraite,
- par un contrat de dépendance.

3 – Portage de repas à domicile

Ce service permet aux personnes âgées et aux personnes en situation de handicap, qui ne peuvent pas se déplacer et préparer leur repas pour diverses raisons (maladie, handicap, sortie d'hôpital etc...), de se voir livrer le repas de midi (pain et boissons non compris).

Renseignements

Syndicat Intercommunal d'Action Sociale et Culturelle (S.I.A.S.C.)

Mairie de Carhaix

Tél : 02 98 99 34 71

siasc@ville-carhaix.bzh

Champs d'action du portage de repas sur le territoire du S.I.A.S.C.

Possibilité de financement, soit :

- auprès du Conseil départemental (A.P.A.),
- auprès de votre caisse de retraite.

4 – Service de téléassistance

En de nombreuses circonstances de la vie quotidienne, les personnes âgées, malades ou handicapées qui vivent seules, ou non, ont besoin d'une aide immédiate et il leur est parfois difficile de composer un numéro de téléphone.

La téléassistance est reliée au téléphone. Elle permet, en cas de maladie, de chute, ou de crainte de l'agression de prévenir une centrale d'écoute 24H/24.

Renseignements

Syndicat Intercommunal d'Action Sociale et Culturelle (S.I.A.S.C.)

Mairie de Carhaix

Tél : 02 98 99 34 71

siasc@ville-carhaix.bzh

Sites internet

Possibilité de financement, soit :

- auprès du Conseil Départemental (A.P.A.),
- auprès de votre caisse de retraite.

Le saviez-vous ?

Vous pouvez bénéficier de réduction ou crédit d'impôt, suivant votre situation.

5 – Permanence de psychologue

La permanence psychologique propose aux usagers des différentes communes du Territoire du Poher d'être à leur disposition pour répondre à leur demande, d'apporter un soutien psychologique, ponctuel ou sur une durée thérapeutique de quelques mois, d'évaluer les difficultés et d'orienter vers des professionnels spécialisés.

Renseignements

Maison de Services Au Public (M.S.A.P.)

Place de la Tour d'Auvergne

29270 Carhaix

Tél :02 98 99 09 39

Le saviez-vous ?

L'association Carhaix-Relais a mis en place, en partenariat avec la ville de Carhaix et le Syndicat Intercommunalité d'Action Sociale et Culturelle (S.I.A.S.C) des permanences de psychologue pour les communes adhérentes du Syndicat.

La consultation y est gratuite, confidentielle et vouée au secret professionnel pour les habitants du territoire du SIASC

=> sur rendez-vous à la MSAP.

Psychologues libéraux

Coordonnées dans l'annuaire

ou sur le site internet de l'Assurance Maladie : ameli.fr

Psychologues du Centre Médico-Psychologique (C.M.P./C.M.P.I.)

14 ter rue du Dr Menguy 29670 CARHAIX

Médecins consultants : Accueil du lundi au vendredi de 9 h à 17h

Consultations sur rendez-vous: 02.98.99.18.81

6 – Transports publics

Plusieurs types de transports sont mis en place, afin de faciliter le déplacement des personnes âgées et en situation de handicap. Il s'agit de Taxi Com, Hep Le Bus !, les V.S.L. et les ambulances.

A - → TaxiCom'

TaxiCom' est un service de transport à la demande accessible, organisé par Poher communauté, pour tous ses habitants. Il est assuré en partenariat avec des artisans taxis du territoire.

TaxiCom' vous prend à votre domicile et vous amène où vous le souhaitez sur le territoire de Poher communauté. Le règlement de TaxiCom' autorise les déplacements à Carhaix intramuros pour les personnes âgées de plus de 70 ans. Les déplacements sont autorisés dans les limites du territoire communautaire avec possibilité pour les usagers de se rendre au pôle administratif de Maël-Carhaix et vers les EHPAD de Maël-Carhaix, Trébrivan, Huelgoat, Gourin, Châtrauneuf-du-Faou et Plonévez-du-Faou. Il est accessible aux personnes à mobilité réduite.

- *TaxiCom' fonctionne sur réservation au **02 98 99 38 61** :*
 - *mardi matin de 8h30 à 13h,*
 - *mercredi après-midi de 13h30 à 18h30,*
 - *jeudi après-midi de 13h30 à 18h30,*
 - *samedi matin de 8h30 à 13h,*
 - *Aucun fonctionnement les jours fériés.*
- *Prix du Trajet : 2€*

→ Hep le Bus !

A Carhaix, « Hep le Bus ! » est un service de transport à la demande. Une navette est proposée toutes les heures. Les arrêts sont matérialisés sur des poteaux ou des abris-bus.

Le bus peut se dérouter, les 20 dernières minutes de chaque heure, à la demande sur la commune. L'utilisation de ce service implique l'acceptation du règlement intérieur « Hep le Bus ! » par le voyageur.

- *« Hep le Bus ! » fonctionne sans réservation, information au **0 820 029 270** :*
 - *tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h40,*
 - *Aucun fonctionnement les dimanches et jours fériés.*
- *Prix du Trajet : Gratuit*

Renseignements

Site internet de Poher communauté (TaxiCom' et Hep Le Bus !).

MSAP, place de la Tour d'Auvergne - 29270 Carhaix.

Point d'accueil (TaxiCom') : Transdev-CAT

9, place de la Gare

29270 Carhaix

→ Les ambulances et véhicule sanitaire léger (V.S.L.)

C'est votre médecin qui, s'il estime que votre situation le justifie, prescrit le mode de transport le mieux adapté à votre état de santé et à votre niveau d'autonomie dans le respect du référentiel de prescription des transports. (Décret n° 2011-258 du 10 mars 2011).

Le médecin prescrit un transport assis professionnalisé : taxi conventionné ou véhicule sanitaire léger (VSL), ou une ambulance, si vous ne pouvez pas vous déplacer seul et que votre état nécessite :

Taxi conventionné ou Véhicule Sanitaire Léger (V.S.L.)	Ambulance
- une aide technique (béquille, déambulateur...) pour vous déplacer, - l'aide d'une tierce personne pour vous déplacer ou pour des formalités à accomplir, - le respect des règles d'hygiène, - présente des risques d'effets secondaires pendant le transport.	- un brancardage ou un portage, - un transport en position allongée ou semi-assise, - une surveillance par une personne qualifiée ou l'administration d'oxygène, - un transport dans des conditions d'asepsie.

Pour plus de renseignements, voir sur le site : www.ameli.fr

Possibilité de financement :

- par l'Assurance Maladie à hauteur de 65 % sous conditions, selon le mode de transport et sur présentation d'une prescription médicale.

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1 – Équipe spécialisée Alzheimer (E.S.A.)

Sous la responsabilité d'une infirmière coordinatrice, une psychomotricienne et un(e) ergothérapeute, deux assistants en soins en gériatrie interviennent à votre domicile auprès d'un proche qui présente une maladie Alzheimer ou maladie apparentée.

Les soins de réhabilitation et d'accompagnement sont réalisés sur prescription médicale.

Les soins comportent 12 à 15 séances sur une période d'environ 3 mois.

Objectifs

Maintenir l'autonomie dans les actes de la vie quotidienne,
Conserver le lien social,
Favoriser le maintien à domicile,
Soutenir et écouter les personnes et les aidants.

Renseignements

Service de Soins Infirmiers à Domicile du Centre Hospitalier de Carhaix (S.S.I.A.D.)

Rue du Dr Menguy
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 20 90

Possibilité de financement :

Cette prestation de soin est financée en totalité par votre Assurance Maladie.

2 – Accueil de jour

L'accueil de jour s'adresse à des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés. Il consiste à accueillir pour une journée par semaine, voire une demi-journée, des personnes âgées vivant à leur domicile dans un lieu adapté.

Objectifs

Préserver, voire restaurer l'autonomie des patients,
Permettre la poursuite de leur vie à domicile dans les meilleures conditions possibles, tant pour eux que pour les aidants.

Différents ateliers, animés par des assistants de soin en gérontologie spécialement formés, sont menés auprès des personnes accueillies : stimulation cognitive, activités psychomotrices et artistiques, travaux manuels, rencontres, sorties etc...

Il est nécessaire de s'inscrire pour avoir accès à ces services.

Site : <https://maji03.wixsite.com/maji>

Renseignements

Auprès de la coordinatrice de la Maison d'Accueil de Jour Itinérant (M.A.J.I.)

Portable : 06 77 95 75 94

maji@orange.fr

Syndicat Intercommunal d'Action Sociale et Culturelle (S.I.A.S.C.)

Mairie de Carhaix

Tél : 02 98 99 34 71

siasc@ville-carhaix.bzh

Possibilité de financement :

- par l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (A.P.A.)

3 – Hébergement temporaire

Cette structure accueille des personnes âgées valides dont les familles ont besoin d'un soutien temporaire :

Après une hospitalisation,

Pendant l'hiver en raison de l'inconfort du logement,

Pendant la restauration du logement,

Pendant les absences momentanées de la famille.

Renseignements

Résidence autonomie de la Salette (pour les personnes valides)

Rue Anatole Le Braz

29270 Carhaix

Tél : 02 98 93 32 60

Établissement d'Hébergement Pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) de Pervisien

29270 Carhaix

Tél : 02 98 99 31 40

Attention : Il faut réserver une place en avance.

Possibilité de financement, soit :

- auprès du Conseil Départemental,
- auprès de votre caisse de retraite,
- par un contrat de dépendance.

4 – Soutien Associatif

Des associations présentes sur le territoire proposent une présence, une écoute pour les personnes âgées, malades ou pas et leur famille.

Renseignements

Associations présentes sur le territoire de Poher Communauté

(Liste non exhaustive)

Association Yaouank Atao

Propose un soutien aux animations dans les EHPAD de Keravel et Persivien
(Demander après des animatrices des EHPAD)

Association Degemer Mad

Propose des animations à la résidence autonome de la Salette
(Demander auprès de la résidence autonome de la Salette)

Association de bénévoles en soins palliatifs (A.S.P. Armorique)

Association Droit de mourir dans la dignité (A.D.M.D.)

Autres Associations

(Liste non exhaustive)

Association France Alzheimer

Association Parkinson

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1 – Soins infirmiers à domicile

Possibilité de soins infirmiers à domicile dispensés par les infirmiers libéraux sur prescription médicale. Ils sont librement choisis par le patient ou la famille.

Peuvent bénéficier de ces services :

- Les personnes âgées de 60 ans et plus, malades ou dépendantes,
- Les personnes âgées de moins de 60 ans handicapée par une maladie invalidante ou présentant un vieillissement prématuré.

C'est le médecin traitant, librement choisi par la personne âgée, qui précise le protocole d'intervention et dirige sous sa responsabilité le traitement prescrit.

Objectifs

Permettre d'éviter ou de retarder l'admission en institution,
 Prévenir ou retarder la dégradation de l'état de santé lié au grand âge,
 Faciliter le retour à domicile après une hospitalisation à l'issue de la phase aiguë de la maladie,
 Dispenser, sur prescription médicale, les soins infirmiers et d'hygiène générale,
 Apporter une aide pour accomplir les actes essentiels de la vie quotidienne.

Renseignements

Service de Soins Infirmiers à Domicile (S.S.I.A.D)
 Centre hospitalier de Carhaix
 29270 Carhaix -
 Tél : 02 98 99 20 90

Infirmiers libéraux
 Annuaire ou
 Site internet : www.ameli.fr

Possibilité de financement :

- par l'Assurance Maladie

2 – Centre hospitalier de Carhaix

L'activité de soins de l'hôpital de Carhaix (médecine chirurgie, gynécologie-obstétrique) s'articule autour d'un plateau technique (bloc opératoire, imagerie médicale) et de 479 lits et places, dont 262 lits d'hébergement répartis sur deux établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) : les résidences de Persivien et Keravel.

L'hôpital de Carhaix dispose d'une unité de proximité d'accueil, de traitement et d'orientation des urgences (U.P.A.T.O.U.) et d'un service d'urgence mobile d'urgence et de réanimation (S.M.U.R.).

Renseignements

Centre Hospitalier – Site de Carhaix

14 bis rue du Dr Menguy
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 20 20

Le saviez-vous ?

Le centre hospitalier de Carhaix organise des consultations « mémoire », à destination des personnes âgées de 70 ans et plus, atteinte de troubles de la mémoire, pour évaluer la nature et l'origine des troubles.

Les consultations se font sur rendez-vous au **02.98.99.23.24** et sont prises en charge par l'Assurance Maladie.

La filière gériatrique

Le service gériatrique de l'hôpital a mis en place un numéro unique permettant aux médecins traitants de dialoguer avec un gériatre, pour une meilleure orientation des personnes. Celui-ci est réservé aux médecins traitants, médecins spécialisés des E.H.P.A.D. et aux médecins des autres hôpitaux.
Renseignements auprès de votre médecin traitant

3 – Hospitalisation à domicile (H.A.D.)

C'est un service d'hospitalisation, permettant d'assurer au domicile du patient des soins médicaux, paramédicaux complexe 24H/24, 7j/7, avec une prise en charge psychosociale adaptée à chaque situation.

Ce dispositif prend en charge les patients de tout âge, atteints de pathologie grave, évolutives et/ou instables.

Le saviez-vous ?

L'H.A.D. des Pays de Morlaix est un établissement de santé au même titre que les autres établissements avec hébergement.

Les étapes de la prise en charge :

Prescription par tout médecin (hospitalier ou libéral),

Prise en charge du patient après le recueil de son consentement et la validation par le médecin coordonnateur de l'H.A.D.,

Suivi du patient par le médecin traitant en lien avec l'équipe de coordination de l'H.A.D. .

La durée de séjour est préalablement déterminée et peut être révisée selon l'évolution de l'état de santé du patient.

Renseignements

Hospitalisation à domicile

7 RUE SEBASTIEN LE BALP

29270 CARHAIX

Tél : 02 98 99 17 00

Possibilité de financement :

L'H.A.D. est financée intégralement par l'assurance maladie.

4 – Remboursement des soins médicaux

Afin de percevoir le remboursement de vos soins médicaux, vous devez être couvert par l'assurance maladie, comme durant votre vie active.

L'exonération du ticket modérateur (partie qui reste à votre charge), peut être obtenue dans certains cas.

Par ex : les médicaments remboursés à 100 % sont les médicaments irremplaçables pour les Affections de Longue Durée (ALD), inscrit sur la « liste des médicaments remboursables aux assurés sociaux ».

Il existe plusieurs dispositifs qui favorisent le remboursement des soins médicaux : les mutuelles ou les complémentaires santé, la complémentaire santé solidaire.

→ Les mutuelles ou complémentaires santé

Une mutuelle ou complémentaire santé, peut prendre en charge tout ou partie du ticket modérateur si le contrat que vous avez souscrit le prévoit.

Vous pouvez toujours vous affilier à une mutuelle, même après votre cessation d'activité.

L'adhérent à une mutuelle verse une cotisation à cette dernière.

→ Complémentaire santé solidaire

Vous disposez de faibles ressources, vous pouvez bénéficier de la CSS qui permet d'accéder à des soins de qualité et de ne payer vos frais médicaux

www.complémentaire-santé-solidaire.gouv.fr

Elle vous donne droit pendant 1 an, à une aide financière pour payer votre contrat de complémentaire santé.

Une aide est accordée à chaque membre de votre famille. Le montant accordé varie en fonction de l'âge du bénéficiaire.

Le saviez-vous ?

Ce dispositif, permet également de bénéficier d'une dispense totale d'avance aux frais, lors d'une visite chez le médecin.

Afin de réduire le montant restant à votre charge sur le prix du contrat, des aides supplémentaires peuvent être accordées par les caisses d'assurance maladie, de l'ordre de 350 € à 550 €, selon votre âge.

Par ailleurs, l'A.C.S. permet d'accorder des réductions sur votre facture de gaz et d'électricité.

Renseignements

Sites internet :

www.ameli.fr

www.cmu.fr

Mutuelle Sociale Agricole (M.S.A.)

Sur rendez-vous uniquement au 02 98 85 79 79

CPAM de Brest - Demande de rendez-vous au 36 46

Permanence à la Maison de Services au Public (M.S.A.P)

Place de la Tour d'Auvergne

29270 Carhaix

Accueil de 8 H 30 à 10 H, sans rendez-vous

Le saviez-vous ?

Depuis le 1/01/2017, la CMU de base est remplacée par la protection universelle maladie (PUMa). Toute personne qui travaille ou réside en France de manière stable et régulière a droit à la prise en charge de ses frais de santé, selon sa situation.

5 – Espaces « ressources santé »

Ouverture de deux espaces « ressources santé » dans les locaux du Point Information Jeunesse (P.I.J) :

• Le Relais Infodoc

C'est un lieu d'accueil de proximité : le relais propose un accès gratuit à des documents permettant d'appuyer la mise en œuvre de projets locaux en promotion de la santé (Brochures grand public, outils pédagogiques ...).

Sa mission est de notamment promouvoir l'éducation pour la santé au plus près du territoire Pays Centre Ouest Bretagne.

Il s'adresse à tout professionnel institutionnel, bénévole d'association mettant en œuvre des projets d'éducation et de promotion de la santé.

• Le Point Info-santé

C'est un lieu d'accueil de proximité pour le grand public.

Il a pour objectif de permettre au grand public d'accéder plus facilement aux informations relatives à sa santé.

C'est un espace de consultation dédié aux supports relatifs à la santé (brochures, plaquettes ...).

Le point info-santé est ouvert gratuitement à tous et accessible pendant les horaires d'ouverture du PIJ de Carhaix.

Renseignements :

Culture Loisirs Animation Jeunesse (C.L.A.J.)

Maison de la Jeunesse

23 rue des martyrs

BP 141

29833 CARHAIX-PLOUGUER CEDEX

Tél : 02 98 93 18 77 – courriel : claj.claj@free.fr

Site : www.clajpoher.fr

6 – Carte mobilité inclusion (CMI)

La carte mobilité inclusion (CMI) a pour but de faciliter la vie quotidienne des personnes en situation de handicap et de perte d'autonomie. Elle est accordée sous conditions et permet de bénéficier de certains droits notamment dans les transports.

Elle remplace progressivement depuis le 1er janvier 2017 les cartes d'invalidité, de priorité et de stationnement. La CMI n'est pas délivrée aux invalides de guerre qui conservent le bénéfice de la carte de stationnement.

Cette carte comporte une ou plusieurs mentions en fonction de vos besoins et de votre situation.

• Mention "invalidité"

Cette mention permet notamment d'obtenir une priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, les espaces et salles d'attente ainsi que dans les établissements et les manifestations accueillant du public.

Ce droit de priorité concerne aussi la personne qui vous accompagne dans vos déplacements.

La CMI permet également de bénéficier, notamment :

de divers avantages fiscaux, pour vous-même (par exemple, bénéfice, sous conditions, d'une demi-part supplémentaire pour le calcul de l'impôt sur le revenu) ou vos proches (par exemple, vous êtes considéré comme étant à charge du contribuable qui vous accueille sous son toit),

de différents avantages commerciaux accordés, sous certaines conditions, par exemple dans les transports (RATP, SNCF, Air France).

• Mention "priorité pour personnes handicapées"

Cette mention permet d'obtenir une priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, dans les espaces et salles d'attente ainsi que dans les établissements et les manifestations accueillant du public.

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1 – Structures d'hébergement

Selon la situation et l'état de santé de la personne âgée, des dispositifs permettent de l'accueillir : la résidence autonomie (foyer-logement) et les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes.

→ La résidence autonomie de la Salette (foyer logement)

C'est un dispositif d'hébergement entre le domicile de la personne âgée et l'EHPAD. Ce logement accueille des personnes âgées majoritairement autonomes qui ne peuvent plus ou n'ont plus l'envie de vivre chez elles.

La résidence autonomie accueille des personnes âgées de 60 ans et plus, valides, vivant seules ou en couple dans des logements (T1 Bis, T2), équipés d'un coin cuisine et leur permet de bénéficier de services collectifs (restaurant, veilleur de nuit, système d'alarme, secrétariat administratif).

Les personnes âgées de moins de 60 ans peuvent, sous conditions, y être accueillies.

La résidence autonomie dépend du Centre Intercommunal d'Action Sociale (C.I.A.S.) de Poher communauté et est habilitée à l'Aide Sociale.

→ Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes

Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (E.H.P.A.D.) de Keravel et Persvien accueillent les personnes âgées de 60 ans et plus dont l'état de santé nécessite un environnement adapté et une surveillance médicale au quotidien.

Ils dépendent du Centre Hospitalier de Carhaix et sont habilités à l'Aide Sociale.

Renseignements

Résidence autonomie de La Salette

32 rue Anatole Le Braz
29270 Carhaix
Tél : 02 98 93 32 60

Centre hospitalier de Carhaix

Tél : 02 98 99 20 20

EHPAD de Keravel

Tél : 02 98 99 24 70

EHPAD de Persivien

Tél : 02 98 99 31 40

Possibilité de financement, soit :

- Les aides au logement,
- l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (A.P.A),
- votre caisse de retraite,
- le Conseil Départemental (aide sociale),
- le contrat de dépendance.

Le saviez-vous ?

En EHPAD, une réduction fiscale est possible pour les résidents imposables.

2 – L'accueil familial

Cette formule d'hébergement permet de répondre d'une part aux demandes d'hébergement formulées temporairement ou de manière durable par les personnes âgées vivant bien souvent seules et d'autre part aux propositions des familles qui sont disposées à accueillir une ou deux personnes âgées. C'est une alternative à l'hébergement en établissement.

Ce type d'hébergement est soumis au contrôle et au suivi de la Direction de la Prévention et de l'Action Sociale.

Renseignements

Centre hospitalier de Quimper

Tél : 02 98 52 66 06

Centre Local d'Information et de Coordination (C.L.I.C) du pays de Centre Ouest Bretagne

Bâtiment administratif - Centre hospitalier de Carhaix

Portable : 06 80 06 35 10

Possibilité de financement, soit :

- l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (A.P.A.),
- Les aides au logement.

NOTES

[illegible]

1 – Lotissement pour personnes âgées ou habitat regroupé

Elle vient en complément des solutions plus classiques comme la maison de retraite.

Les logements sont conçus pour les personnes âgées qui ne souhaitent plus vivre chez elles mais qui souhaitent continuer à vivre dans l'environnement géographique qu'elles connaissent

Ces lotissements répondent aux besoins du vieillissement de par :

Leur situation en ville-centre,

Des logements conçus pour des personnes avec des difficultés de mobilité,

Des loyers abordables,

Des services complémentaires facilités (livraison de repas...).

Renseignements auprès de

Mairie de votre domicile,

Les bailleurs sociaux,

Centre Local d'Information et de Coordination (C.L.I.C)

Maison de Services au Public (M.S.A.P.)

2 – Aides au logement

La Caisse d'Allocations Familiales peut vous aider à payer votre loyer, en vous versant une des trois aides au logement suivantes (par ordre de priorité) :

- l'Aide Personnalisée au Logement (A.P.L),
- l'Allocation de Logement Familiale (A.L.F.),
- l'Allocation de Logement Sociale (A.L.S.).

Attention : Ces aides ne sont pas cumulables.

Renseignements

Caisse d'Allocations Familiales (C.A.F.)

1 rue Portzmoguer

29200 Brest

Tél : 32 30

Site internet : www.caf.fr

Permanences à la Maison de Services au Public (M.S.A.P.)

Place de la Tour d'Auvergne

29270 Carhaix

Tél : 02 98 99 09 39

3 – Fonds de Solidarité Logement (F.S.L.)

Le fonds de solidarité logement est un dispositif géré par le département en partenariat avec des co-financeurs.

Il s'adresse au foyer éprouvant des difficultés particulières pour accéder et se maintenir dans un logement décent et indépendant.

Le F.S.L. peut aider à régler le dépôt de garantie, le 1^{er} mois de loyer, certains frais d'installation et de déménagement etc...

Renseignements

Centre Départemental d'Action Sociale (C.D.A.S)

14 bis rue du Dr Menguy
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 31 50

Centre Communal d'Action Sociale (C.C.A.S.)

(Pour les habitants de Carhaix)

Mairie
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 34 70

4 – Information sur le logement

L'association Départementale d'Information sur le Logement (A.D.I.L.) vous informe sur toutes les questions concernant le logement, que ce soit sur :

Les relations propriétaires-locataires, copropriété,

Les contrats de location,

La fiscalité immobilière et les impôts locaux,

Les financements de l'accession à la propriété et à l'amélioration de l'habitat.

Renseignements

Maison de Services au Public (M.S.A.P.)

Permanence de l'A.D.I.L.

Place de la Tour d'Auvergne

29270 Carhaix

Permanence le 1^{er} et le 3^{ème} mercredi du mois

De 14 H à 15 H

Sur rendez-vous au 02 98 46 37 38

Établir une étude de financement prévisionnelle à une opération d'accession à la propriété

A.D.I.L.

14 boulevard Gambetta

29200 Brest

Tél : 02 98 46 37 38

A.D.I.L.

4 bis Jean Jaurès

29000 Quimper

Tél : 02 98 53 23 24

5 – Aides à l'amélioration de l'habitat

Ces aides permettent une prise en charge d'une partie des frais occasionnés par la remise en état d'un logement ancien, ou pour l'amélioration du confort.

Exemple de travaux subventionnés :

Installation de salle d'eau, toilettes, réfection des peintures, installation ou réparation du chauffage, pose de mains courantes, de barres d'appui etc.

Attention : Il ne faut pas commencer les travaux avant les accords de subventions.

Renseignements

Solidaires pour l'habitat (SOLIHA)

Maison de Services au Public
Place de la Tour d'Auvergne
29270 Carhaix
Tél : 02 98 95 67 37

Agence Locale de Maîtrise de l'Energie de Centre Ouest Bretagne (ALECOB)

Maison de Services au Public
Place de la Tour d'Auvergne
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 27 80

Possibilité de financement, soit par :

- les subventions de l'ANAH (Agence Nationale pour l'Amélioration de l'Habitat),
- les caisses de retraite,
- l'Allocation Personnalisée d'Autonomie.

NOTES

1 – Le fonds d'action sociale

Le fonds d'action sociale est une aide exceptionnelle, permettant de financer des prestations particulières de façon ponctuelle.

Par exemple :

Aide au chauffage, frais d'obsèques, hébergement temporaire, téléassistance etc...

La majorité des caisses de retraite possède un fond d'action sociale.

Renseignements auprès de

Caisses de retraite

Centre d'information, Conseil et Accueil des Salariés (C.I.C.A.S.)

36 boulevard Dupleix

29000 Quimper

Tél : 0 820 20 01 89

Permanence sur rendez-vous le 3e mardi du mois

Maison de Services au Public

2 – Allocation de solidarité aux personnes âgées (A.S.P.A.)

L'allocation de solidarité aux personnes âgées est une aide qui permet d'assurer un minimum de ressources. Son montant dépend de vos ressources et de votre situation familiale (que vous soyez seul(e) ou en couple).

Elle remplace le minimum vieillesse depuis 2006.

Les conditions d'accès :

Etre âgé de 65 ans (ou moins en cas d'inaptitude au travail reconnue),
Résider de manière stable et régulière en France,
Ne pas dépasser un plafond de revenus.

Renseignements et dossier/imprimés à retirer

Mairie de votre domicile

Site Internet :

www.service-public.fr

De la Caisse Nationale d'assurance vieillesse

De la M.S.A.

Centre Départemental d'Action Sociale (C.D.A.S.)

14 Bis Rue du Dr Menguy,

29270 Carhaix-Plouguer

Tél : 02.98.99.31.50.

3 – Majoration pour tierce personne

La majoration pour tierce personne, permet à son bénéficiaire, de percevoir une majoration de sa pension d'invalidité ou de sa rente liée à un accident de travail ou une maladie professionnelle (AT-MP).

Elle est prévue sous condition d'assistance d'une tierce personne.

Son montant est revalorisé annuellement.

Les conditions d'accès :

L'invalidité empêche d'exercer une activité professionnelle,

L'invalidité oblige à avoir recours à l'assistance d'une tierce personne pour effectuer les actes ordinaires de la vie quotidienne.

Renseignements

Caisses de retraite

4 – Allocation personnalisée d'autonomie (A.P.A.)

L'allocation personnalisée d'autonomie est une aide versée par le Conseil Départemental, dont le montant est calculé en fonction de votre degré d'autonomie et de vos ressources.

A domicile : Elle finance un plan d'aide à domicile élaboré avec vous, qui définit les différents services et aides favorisant le maintien à domicile.

En établissement : Elle finance les dépenses liées à la prise en charge à la dépendance. Le dossier est élaboré par l'établissement.

Les conditions d'accès :

Etre âgé de 60 ans au moins,

Etre rattaché à l'un des groupes 1 à 4 de la grille AGGIR (autonomie gériatrique),

Avoir une résidence stable et régulière en France.

A noter : Le versement de l'A.P.A. ne donne pas lieu à une récupération sur succession ou donation (dans l'état actuel des textes en vigueur).

Renseignements et imprimés auprès de

Mairie de votre domicile

Centre Départemental d'Action Sociale (C.D.A.S.)

14 bis rue du Dr Menguy

29270 Carhaix

DTAS des Pays de Morlaix et Centre Ouest Bretagne

Service APA et coordination gériatrique

21 rue Poulfanc

29600 Morlaix

Site Internet

www.service-public.fr

www.finistere.fr

5 – Aide sociale

L'aide sociale est accordée aux personnes les plus démunies.

Elle n'intervient qu'en dernier recours, à défaut d'autres possibilités (ressources personnelles, créances alimentaires) et à la suite des régimes obligatoires (assurances de la Sécurité Sociale) ou facultatifs (mutuelle).

Participation de l'aide sociale :

A l'aide à domicile,

Aux frais d'hébergement en établissement.

Le niveau des ressources du demandeur est apprécié par la Commission d'Admission à l'aide sociale soit :

Par rapport à un plafond de ressources à ne pas dépasser,

Par comparaison au coût d'une dépense (prix de journée d'hôpital).

Attention : Suivant la nature de l'aide demandée, il peut y avoir récupération sur la succession du bénéficiaire et obligation alimentaire des ascendants et/ou descendants (selon le code de l'action sociale).

Renseignements

Mairie de votre domicile

[illegible]

1 – Contribution à l'audiovisuel public

La contribution à l'audiovisuel public est la nouvelle appellation de la redevance audiovisuelle.

Vous devez la payer si vous êtes imposable à la taxe d'habitation et si vous détenez un téléviseur ou un dispositif de réception permettant la réception de la télévision au 1^{er} janvier de l'année d'imposition.

Certaines personnes peuvent bénéficier d'une exonération.

La demande d'exonération se trouve au verso de l'avis d'échéance. Il convient de la renvoyer avec les pièces justificatives exigées.

Si vous n'êtes pas exonéré de votre taxe d'habitation mais bénéficiez uniquement d'un plafonnement, vous êtes tout de même redevable de la contribution à l'audiovisuel. Vous devez ainsi payer la contribution à l'audiovisuel même si après application du plafonnement vous êtes totalement dégrevé de votre taxe d'habitation.

Renseignements

Centre régional de la redevance
35046 Rennes Cedex

L'exonération est la dispense que la Loi ou le créancier accorde à son débiteur de fournir la prestation qui était due. C'est une renonciation au droit d'exiger l'exécution des obligations dont le créancier était le bénéficiaire.

Un dégrèvement désigne une décharge d'impôt accordée à un contribuable par le fisc soit pour des raisons légales, soit par bienveillance. Le dégrèvement d'impôt peut être total ou partiel. Il peut être décidé d'office par l'administration fiscale ou faire suite à un recours gracieux.

2 – Impôts Locaux

→ La taxe d'habitation

La taxe d'habitation s'applique, qu'il s'agisse de votre habitation principale ou secondaire, aux locaux suivants :

Logement meublé,
Dépendances du logement (parking privatif, garage, etc.) mêmes non meublées et non attenantes)

→ La taxe foncière

La taxe foncière concerne les propriétaires de logements. Les locataires n'ont donc pas à la payer

Possibilité d'exonérations.

Renseignements

Centre des finances publiques

10 boulevard Jean Moulin
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 31 70

Site Internet

www.service-public.fr

NOTES

[illegible]

1 – Loisirs

Nom	Activités possibles ou principe de fonctionnement	Renseignements
Club du 3^{ème} âge	Jeux de boules, jeux de cartes, promenades, moments de convivialité, sorties etc...	Mairie de votre domicile (Pour jour et lieu de réunion du club)
Seniors en vacances (Permet le départ en vacances de personnes en situation de fragilité économique en proposant des séjours tous compris (hors transport à un tarif préférentiel))	Activités suivant le lieu des vacances Elles ont pour vocation de : - créer du lien social, - rompre la solitude, l'isolement, - offrir du bien-être	Agence Nationale des Chèque Vacances (A.N.C.V) Centre de relations clients 36 boulevard Henri Bergson 95200 Sarcelles cedex Tél : 0825 84 43 44 Site internet Ancv.fr Financé par l'A.N.C.V.
Vacances		Possibilité de financement auprès de : Sécurité Sociale + caisses de retraite

Nom	Activités possibles ou principe de fonctionnement	Renseignements
Carte séniors (Dès 60 ans)	réduction des prix des billets S.N.C.F.	Gare de Carhaix Tél : 02 98 93 00 01
Calendrier des fêtes et des manifestations		Office du tourisme Rue Brizeux 29270 Carhaix Tél : 02 98 93 04 42 www.carhaixpohertourisme.bzh
Portage de livres à domicile (Pour les carhaisiens uniquement)	Prêt de livre à domicile, si vous ne pouvez pas venir à la bibliothèque en raison de votre état de santé ou de votre handicap	Bibliothèque municipale Carhaix Tél : 02 98 93 37 34
Pass' loisirs Résident de Poher Communauté	Réduction de tarif pour : Plijadour, Cinéma le Grand bleu, le labyrinthe végétal, Karaez Adrenaline, etc.	Office du Tourisme Rue Brizeux Tél : 02 98 93 04 42 www.carhaixpohertourisme.bzh
Guides des sports et loisirs	Regroupe les coordonnées des clubs sportifs, des associations et les équipements de loisirs	Office des sports Boulevard de la République 29270 Carhaix Tél : 02 98 93 14 40 Maison de la jeunesse 23 rue des martyrs 29270 Carhaix Tél : 02 98 93 32 30 www.clajpoher.fr
Université du temps libre	Conférences, sorties culturelles, voyages etc...	Office du tourisme Rue Brizeux Tél : 02 98 93 04 42 www.carhaixpohertourisme.bzh

2 – Espaces publics numériques

Ces espaces mettent à disposition de l'ensemble de la population 14 postes informatiques répartis sur l'ensemble du territoire de Poher Communauté, dont voici les dispositions :

Locaux du C.L.A.J. de Carhaix (8 postes)	Bibliothèque du Moustoir (2 postes)
Mardi au Vendredi de 9H à 12H et de 13h30 à 18h Samedi 9H à 12h Vacances scolaires Du lundi au vendredi	Mercredi 14H à 17H Samedi de 14H à 16H
Point cyber de la médiathèque De Poullaouen (3 postes)	Médiathèque de Saint Hernin (1 poste)
Mercredi de 10H à 12H Vendredi de 16H30 à 18H30 Samedi de 10H à 12H	Mardi et vendredi de 17H à 19H

Divers ateliers y sont mis en place tel que l'initiation à l'informatique (découverte de l'ordinateur, traitement de texte etc...), des cours de perfectionnement, des ateliers thématiques (C.V., photos, etc...)

Renseignements

Mairie

Culture Loisirs Animation Jeunesse du Poher (C.L.A.J.)

23 rue des martyrs – BP 141
29833 Carhaix cedex
Tél : 02 98 93 18 77

Le saviez-vous ?

La médiathèque de Carhaix offre à accès WIFI au public.

Un accès internet est également possible à la mairie de Motreff de 9H à 12H et de 14H à 17H (sauf mercredi après-midi).

NOTES

[illegible]

1 – Centre Départemental d'Action Sociale (C.D.A.S.)

Le Centre Départemental d'Action Sociale propose un accueil administratif et/ou social à l'utilisateur en fonction de sa demande.

L'accueil administratif spécialisé offre un premier accueil ponctuel aux usagers non connus des services pour l'instruction des dossiers administratifs.

L'accueil social des usagers est assuré par une assistante sociale d'astreinte lorsque la demande est considérée comme urgente.

Renseignements :

Centre Départemental d'Action Sociale (C.D.A.S.)

14 bis rue du Dr Menguy
29270 CARHAIX
Tél : 02 98 99 31 50

2 – Point d'Accès au Droit (P.A.D.)

Ce sont des permanences gratuites de Notaire, d'Huissier et d'Avocat pour les habitants de Poher communauté éligibles à l'aide juridictionnelle totale ou partielle.

Renseignements et prise de rendez-vous auprès de :

Maison de Services Au Public (M.S.A.P.)

Place de la Tour d'Auvergne
29270 Carhaix
Tél : 02 98 99 09 39

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1 – Structures d'information de proximité

Centre Communal d'Action Sociale (C.C.A.S.)

Mairie de Carhaix-Plouguer

Du lundi au vendredi

De 8H à 12H et de 13H30 à 17H

Tél : 02 98 99 34 70

Centre Départemental d'Action Sociale (C.D.A.S.)

Rue du Dr Menguy – 29270 Carhaix

Permanences des assistantes sociales

Sur rendez-vous au 02 98 99 31 50

Centre hospitalier

Rue du Dr Menguy – 29270 Carhaix

Tél : 02 98 99 20 20

Centre Local d'Information et de Coordination (C.L.I.C.) du pays COB

Centre hospitalier de Carhaix

Rue du Docteur Menguy

29270 Carhaix

Tél. 06 80 06 35 10

Caisse Primaire d'Assurance Maladie (C.P.A.M.)

Maison de Services Au Public

Place de la Tour d'Auvergne

29270 Carhaix

Tél : 0 811 70 36 46

Maison des Services aux Publics (M.S.A.P.)

Maison de Services Au Public

Place de la Tour d'Auvergne

29270 Carhaix

Tél : 02 98 99 09 39

Syndicat Intercommunal d'Action Sociale Culturelle (S.I.A.S.C.)

Mairie de Carhaix

Tél : 02 98 99 34 71

2 – Sites internet spécialisés

Sites du Pays COB / MAIA :

Lieu d'information sur les ressources, les aides, les droits et les soins sur le site COB 22/29

www.bien-veillir-centre-ouest-bretagne.com

Sites des collectivités territoriales :

- Conseil départemental du Finistère

www.finistere.fr

- Ville de Carhaix

www.ville-carhaix.bzh

- Poher communauté

www.poher.bzh

Sites nationaux :

- Pour bien vieillir

www.pourbienvieillir.fr

- Portail national d'information pour l'autonomie des personnes âgées et l'accompagnement de leurs proches

www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr

- Fiches pratiques pour connaître vos droits et effectuer diverses démarches : famille, social, santé, justice, logement etc...

www.service-public.fr

- Informations, simulations sur les droits des citoyens et orientation vers les formulaires et démarches adéquates

www.mes-aides.gouv.fr

- Mes droits sociaux

www.mesdroitssociaux.gouv.fr

- Accès aux Services Publics

www.franceconnect.gouv.fr

Protection sociale :

- C.A.F. : www.caf.fr

- CMU : cmu.fr

- Assurance maladie : www.ameli.fr

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A.A.H. :	Allocation pour Adulte Handicapé
A.C.S. :	Aide au paiement d'une Complémentaire Santé
A.D.I.L. :	Association Départementale d'Information sur le Logement
A.D.M.R. :	Association d'Aide en Milieu Rural
A.G.G.I.R. :	Autonomie Gérontologique Groupe Iso-Ressources
A.L.E.C.O.B :	Agence Locale de Maîtrise de l'Energie de Centre Ouest Bretagne
A.L.D. :	Affection de Longue Durée
A.L.F. :	Allocation de Logement Familiale
A.L.S. :	Allocation de Logement Social
A.N.C.V. :	Agence Nationale des Chèques Vacances
A.N.A.H. :	Agence Nationale pour l'Amélioration de l'Habitat
A.P.A. :	Allocation Personnalisée d'Autonomie
A.P.L. :	Allocation Personnalisée au Logement
A.S.P.A. :	Allocation de Solidarité aux Personnes Agées
A.S.I. :	Allocation Supplémentaire d'Invalidité
A.T.-M.P. :	Accident du Travail – Maladie Professionnelle
C.A.R.S.A.T. :	Caisse d'Assurance Retraite et de Santé au Travail
C.C.A.S. :	Centre Communal d'Action Sociale
C.D.A.S. :	Centre Départemental d'Action Sociale
C.E.S.U. :	Chèque Emploi Service Universel
C.H.R.U. :	Centre Hospitalier Régional Universitaire
C.I.A.S. :	Centre Intercommunal d'Action Sociale
C.I.C.A.S. :	Centre d'Information, Conseil et Accueil des Salariés
C.I.E. :	Comité Intercommunal d'Entraide
C.L.A.J. :	Culture Loisirs Animation Jeunesse
C.L.I.C. :	Centre Local d'Information et de Coordination
C.M.I. :	Carte Mobilité Inclusion
C.M.U.-C. :	Couverture Maladie Universelle Complémentaire
C.P.A.M. :	Caisse Primaire d'Assurance Maladie
E.H.P.A.D. :	Établissement d'hébergement pour Personnes Agées Dépendantes
E.S.A. :	Équipe Spécialisée Alzheimer
F.S.L. :	Fond Solidarité Logement
H.A.D. :	Hospitalisation à Domicile
I.S.F. :	Impôt de Solidarité sur la Fortune
M.A.J.I. :	Maison d'Accueil de Jour Itinérant
M.A.I.A. :	Méthode d'action pour l'intégration des services d'aide et de soin dans le champ de l'autonomie
M.S.A.P. :	Maison de Services au Public
M.D.P.H. :	Maison Départementale des Personnes Handicapées
M.S.A. :	Mutualité Sociale Agricole
R.A.T.P. :	Régie Autonome des Transports Parisiens
S.I.A.S.C. :	Syndicat Intercommunal d'Action Sociale et Culturelle
S.N.C.F. :	Société Nationale des Chemins de Fer
SOLIHA :	Solidaire pour l'Habitat
S.S.I.A.D :	Service de Soins Infirmiers à Domicile
V.S.L. :	Véhicule Sanitaire Léger

Livret
Informations Services
Retraités et personnes âgées



Si vous avez des remarques ou des suggestions concernant le contenu de ce livret, des services qui n'apparaissent pas ou des actions qu'il conviendrait de mettre en œuvre en direction des personnes âgées ou retraités, vous pouvez nous faire retour de cette page à l'adresse suivante :

Mairie de Carhaix
Centre Communal d'Action Sociale
Hôtel de Ville - B.P. 258
29837 Carhaix Cedex
Tél. 02 98 99 33 33

Remarques et suggestions :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Réalisation : Centre Communal d'Action Sociale de Carhaix