



**Mieux  
informer  
nos AÎNÉS**

# **GUIDE D'INFORMATION POUR LES AÎNÉS ET LEURS PROCHES AIDANTS**

**Recueil des solutions de répit  
et aides existantes**



**Édition 2020**

## AVANT-PROPOS

Accompagner un proche en perte d'autonomie n'est pas toujours facile et il n'est pas simple de se repérer parmi l'ensemble des services et dispositifs existants.

Ce guide d'information à destination des aînés et de leurs proches aidants présente l'ensemble des solutions de répit et aides existantes sur le territoire du Cher.

### **Qu'est-ce qu'un proche aidant ?**

Le proche aidant et l'aidant familial sont reconnus par la loi dans le code de l'action sociale et des familles: « Art. L. 113-1-3. – Est considéré comme proche aidant d'une personne âgée son conjoint, le partenaire avec qui elle a conclu un pacte civil de solidarité ou son concubin, un parent ou un allié, définis comme aidants familiaux, ou une personne résidant avec elle ou entretenant avec elle des liens étroits et stables, qui lui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne. »

# SOMMAIRE

- **Où s'informer?** ..... Pages 5 à 8
  - S'informer sur vos droits aux points d'information locaux
  - Pour des besoins spécifiques
  - Les principaux sites Web dédiés aux aidants
- **Dispositifs de prévention** ..... Pages 9 à 10
  - Le repérage de la fragilité
  - Les ateliers de prévention
  - Le service prévention de la CPAM
  - La consultation mémoire
  - Connaissez-vous la carte d'urgence de l'aidant ?
- **Favoriser le lien social** ..... Pages 11 à 12
  - Les associations des aînés
  - Les séjours de vacances aidants-aidés
  - Le transport à la demande
- **Soutien à l'aidant** ..... Pages 13 à 16
  - Échanger avec d'autres personnes
  - Se former et s'informer
  - Le droit au répit
  - Les congés familiaux dédiés aux aidants
  - La protection des majeurs
- **Soutien à domicile** ..... Pages 17 à 21
  - Les services d'aide et d'accompagnement à domicile
  - Les services de soins à domicile
  - Les aides à l'adaptation de l'habitat et aides techniques
  - Les aides financières
- **Accueil et hébergement** ..... Pages 23 à 25
  - L'accueil de jour
  - L'hôpital de jour gériatrique
  - L'hébergement temporaire
  - L'accueil familial social
  - Les établissements non médicalisés
  - Les établissements médicalisés
- **Index et table des sigles** ..... Page 26
- **Liste des Maisons départementales d'action sociale** ..... Page 27



### S'informer sur vos droits aux points d'information locaux

↪ Les **Centres communaux d'action sociale (CCAS)** ou **Centres inter-communaux d'action sociale (CIAS)** sont des points d'information de proximité dédiés aux familles, aux personnes âgées et aux personnes en situation de handicap.

La mairie peut vous renseigner sur la structure la plus proche de chez vous.

↪ Dédiés aux personnes âgées, les **Centres locaux d'information et de coordination gérontologique (CLIC)** ont une mission d'accueil de proximité, d'écoute, d'information, de conseil et de soutien aux personnes âgées et à leurs familles.

Pour plus d'information, prenez contact avec :

- le CLIC Berruyer au CCAS de Bourges : 02 48 23 25 33
- le CLIC Info senior Cher Sud à Lignières : 02 48 60 12 81.

↪ Le **Conseil départemental** a en charge différentes compétences sociales et notamment le versement de l'APA (Allocation personnalisée d'autonomie), différents types d'aide sociale (à l'hébergement, au ménage et au repas), l'autorisation et le contrôle des services d'aide à domicile, des résidences-autonomie (ex-logements-foyers) et des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes. C'est aussi le Conseil départemental qui délivre l'agrément aux accueillants familiaux pour personnes âgées et handicapées et qui gère le droit au répit pour les aidants.

Retrouvez des informations sur les actions sociales du Conseil départemental en faveur des aînés en contactant le 02 48 27 31 31 ou en consultant le guide de l'autonomie sur le site [www.departement18.fr](http://www.departement18.fr)

Plus proche de vous, les Maisons départementales de l'action sociale (MDAS), et ses antennes, ouvertes à tous, vous proposent un service de proximité, répondant au mieux à vos besoins, en matière sociale et médico-sociale.

Elles permettent aux professionnels et associations locales de tenir des permanences (prévention, aide à la personne, conseil juridique, lutte contre l'illettrisme, soutien aux familles...).

Retrouvez la liste des MDAS à la p. 27 du présent guide et la carte interactive des MDAS et de ses antennes

[www.departement18.fr/Les-Maisons-departementales-d-action-sociale](http://www.departement18.fr/Les-Maisons-departementales-d-action-sociale)

↪ Les **Maisons de services au public (MSAP)** délivrent une offre de proximité et de qualité à l'attention de tous les publics. Les usagers peuvent être accompagnés dans leurs démarches de la vie quotidienne et administrative : aide à l'utilisation des services en ligne, aide à la prise de rendez-vous téléphonique ou physique...

- Le site des MSAP : [www.maisondeservicesaupublic.fr/carte-msap](http://www.maisondeservicesaupublic.fr/carte-msap)

↪ Le **réseau gérontologique Envisager** peut également vous renseigner. Il a pour mission d'assurer un lien entre le domicile et l'hôpital, d'évaluer et d'ajuster les besoins des personnes âgées, de coordonner les aides et les soins existants à domicile, d'évaluer et intervenir à domicile dans les moments à risque. Il intervient sur l'ouest du Département, soit Vierzon et les communes périphériques. Vous pouvez contacter le réseau au 02 48 52 08 05 ou par mail [reseaugeronto18@outlook.fr](mailto:reseaugeronto18@outlook.fr)

## Pour des besoins spécifiques

↪ **L'espace ressources des familles** peut être sollicité en cas de difficultés, tensions, souffrances au sein de la famille et mettre en place une médiation familiale :

- Direction prévention autonomie et vie sociale  
rue Heurtault-de-Lamerville à Bourges : 02 48 27 69 21.

↪ Les **services sociaux des caisses de retraite** de base (CNAV, MSA, Sécurité sociale des indépendants [SSI]...) et les caisses de retraite complémentaire proposent des services d'information, d'orientation ou de soutien pour leurs retraités et leur famille, y compris pour les personnes en activité.

La plupart des services d'action sociale ont un numéro de téléphone spécifique pour vous orienter.

Renseignez-vous auprès de votre caisse de retraite principale :

- la CARSAT : 3960 pour l'assurance retraite
- la MSA Beauce Cœur de Loire : 02.37 999 999 (5) ou contacter par mail ses services [contactass.grprec@bcl.msa.fr](mailto:contactass.grprec@bcl.msa.fr)  
Pour découvrir ses actions, naviguez sur le site [www.msa-beauce-coeurdeloire.fr](http://www.msa-beauce-coeurdeloire.fr)
- l'AGIRC et ARRCO : toutes les informations sur le site [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)
- la SSI : Toutes les informations sur le site [www.secu-independants.fr](http://www.secu-independants.fr)

↪ Le **Conseil départemental de l'accès au droit (CDAD)** du Cher, vous écoute, informe, renseigne et vous oriente dans vos difficultés d'ordre juridique : toutes les informations sur le site [www.cdad18.fr](http://www.cdad18.fr)

↪ L'**UDAF du Cher** propose un service d'Information et de soutien aux tuteurs familiaux (ISTF) pour tout questionnement dans l'exercice des missions de tuteurs familiaux.

Contact au 02 48 24 03 49 ou 07 55 61 17 20 ou par mail [istf.udaf18@orange.fr](mailto:istf.udaf18@orange.fr)

↪ Les **associations de patients** réunissent des personnes confrontées à la même maladie entraînant une perte d'autonomie, personnes directement concernées ou leurs proches, dans l'objectif de leur apporter une écoute, un soutien mais aussi de défendre leurs intérêts et leurs droits.

Les principales associations de patients qui peuvent vous aider par type de maladie ou pathologie sont :

#### ➤ **Alzheimer**

France Alzheimer 18 au 02 48 50 41 40 ou par mail [francealzheimer18@gmail.com](mailto:francealzheimer18@gmail.com) ou sur le site [www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)

#### ➤ **Diabète – Obésité**

La fédération française des diabétiques  
[www.federationdesdiabetiques.org](http://www.federationdesdiabetiques.org)

Le réseau CAMEL, du Cher, au 02 48 48 57 44 ou par mail [reseau.diabete@ch-bourges.fr](mailto:reseau.diabete@ch-bourges.fr) ou [www.caramel18.fr](http://www.caramel18.fr)

#### ➤ **Parkinson**

France Parkinson au 01 45 20 22 20 ou mail [infos@franceparkinson.fr](mailto:infos@franceparkinson.fr) ou [www.franceparkinson.fr](http://www.franceparkinson.fr)

#### ➤ **Cancer**

Le réseau Oncoberry au 02 54 29 62 35 ou par mail [oncoberry@sante-centre.fr](mailto:oncoberry@sante-centre.fr) ou [www.oncocentre.org/oncoberry/index.htm](http://www.oncocentre.org/oncoberry/index.htm)

La ligue contre le cancer : [www.ligue-cancer.net](http://www.ligue-cancer.net)

ADOC 18 : [www.depistage-cancer.fr/centre/adoc-18](http://www.depistage-cancer.fr/centre/adoc-18)

L'association Flamme en rose du Berry au 06 30 81 88 67 ou par mail [flammenroseberry@gmail.fr](mailto:flammenroseberry@gmail.fr)

➤ **AVC**

France AVC : [www.franceavc.com](http://www.franceavc.com)

➤ **Polyarthritique**

L'AFPric au 02 48 67 92 57 ou par mail [mt.payant-afp18@orange.fr](mailto:mt.payant-afp18@orange.fr)

➤ **Les scléroses en plaques**

Le réseau neuro Centre [www.reseauneurocentre.fr](http://www.reseauneurocentre.fr)

➤ **Mal voyant / Aveugle**

Association Valentin HAUY au 02 48 65 78 33

témoignage

### **Ce que peut vous apporter une association**

*« Je me plaignais de douleurs musculaires importantes, j'avais les yeux secs en permanence et j'avais toujours soif... Et j'avais toujours mal et de plus en plus de difficultés à marcher. Un jour j'ai participé au Salon de l'AFPric et j'ai eu la déléguée au téléphone à plusieurs reprises. Elle m'a beaucoup écoutée. ENFIN quelqu'un qui m'écoutait! Elle m'a encouragée à ne pas baisser les bras, m'a rassurée sur le fait que je n'étais pas la seule dans cette situation, que parfois le diagnostic est long à poser, qu'il fallait me battre jusqu'à ce que je trouve une prise en charge adaptée. Entrer dans une association de malades, ce n'est pas que pour le côté médical. Cela permet d'échanger sur tout, de ne pas rester seul avec ses souffrances. »*

**Huguette**

## **Les principaux sites Web dédiés aux aidants**

↪ [lesitedesaidants.fr](http://lesitedesaidants.fr)

↪ [lacompaniedesaidants.org](http://lacompaniedesaidants.org)

↪ [aides.francealzheimer.org](http://aides.francealzheimer.org)

↪ [lajourneesaidants.org](http://lajourneesaidants.org)

↪ [pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://pour-les-personnes-agees.gouv.fr), site dédié aux personnes âgées / aidants.



### Le repérage de la fragilité

Des dispositifs de repérage de la fragilité existent dans le Cher :

- ↳ L'Équipe mobile gérontologique territoriale du Cher (EMGT 18) propose un dépistage de la fragilité pour les personnes âgées de 60 ans et plus, peu ou pas dépendantes. Contactez l'équipe au 02 48 48 47 51 ou par mail : [emgt18@ch-bourges.fr](mailto:emgt18@ch-bourges.fr) ;
- ↳ L'Institut de soins ostéo articulaires du Cher (ISOA 18) propose un programme d'évaluation du risque de chutes, pour le maintien de l'autonomie des personnes âgées, de prévention et d'accompagnement. Contacter l'institut au 02 48 65 06 50.

### Les ateliers de prévention

Préserver sa santé, c'est important pour accompagner au mieux un proche en perte d'autonomie. Beaucoup d'aidants négligent leur santé car ils donnent la priorité à leur proche. Il est primordial de conserver de l'énergie et sa santé. Votre médecin traitant ou un professionnel de santé peut également vous conseiller.

Des ateliers de prévention (nutrition, mémoire, équilibre, lien social...) sont également organisés près de chez vous.

Renseignements sur le site du Conseil départemental : [www.departement18.fr/Actions-collectives-de-prevention](http://www.departement18.fr/Actions-collectives-de-prevention). Ou visitez la carte interactive mise à disposition par les régimes de retraite et santé publique France sur le site [www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr) abordant l'avancée en âge de manière globale et positive pour aider les seniors à bien vieillir.

Pratiquez le sport santé et retrouver un club près de chez vous [www.sport-sante.fr](http://www.sport-sante.fr)

L'association Siel bleu propose des activités physiques adaptées sur tout le Département : contactez le coordonnateur au 06 69 54 16 56.

Certaines mutuelles peuvent organiser des ateliers de prévention. Contactez votre mutuelle. Retrouvez les actions à destination des aidants sur le réseau social <https://www.centredeloire.mutualite.fr> et créer votre compte gratuitement.

## Le service Prévention de la CPAM du Cher

À chaque moment de la vie, l'assurance-maladie est partenaire de votre santé avec :

- ↪ des offres de prévention personnalisées ;
- ↪ des services d'accompagnement pour éviter ou mieux vivre avec certaines maladies ;
- ↪ des programmes de retour à domicile pour organiser une sortie d'hospitalisation.

Différents dispositifs sont prévus : dépistage, service de retour à domicile après hospitalisation, examen de santé, programme de coaching en nutrition, santé du dos et santé du cœur, vaccination.

Pour plus d'informations, contactez le Service prévention de la CPAM par mail [prevention.cpam-bourges@assurance-maladie.fr](mailto:prevention.cpam-bourges@assurance-maladie.fr)

## La consultation mémoire

Pour prévenir les troubles de la mémoire et les risques liés à la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, des consultations spéciales sont possibles. La consultation mémoire permet d'évaluer les troubles de mémoire, poser un diagnostic, rassurer les personnes et prescrire des traitements spécifiques.

Vous pouvez demander conseil à votre médecin traitant ou prendre directement rendez-vous pour une consultation mémoire.

Les consultations mémoire dans le Cher se trouvent dans les centres hospitaliers de Vierzon, de Saint-Amand-Montrond, de Bourges (Jacques Cœur) et de Sancerre.

## Connaissez-vous la carte d'urgence de l'aidant ?

Vous n'êtes pas à l'abri qu'il vous arrive un accident, une urgence, une indisponibilité temporaire. Et si cela vous arrive, il se peut que vous n'ayez pas les moyens de prévenir vous-même le proche aidé.

Cela peut s'avérer bien utile d'avoir cette carte d'urgence de l'aidant dans votre sac ou dans votre portefeuille. Ainsi, en cas de malaise, en cas d'accident et de conduite aux urgences, les pompiers, le SAMU, ou les équipes à l'hôpital peuvent avertir la ou les personnes que vous aurez notées sur cette carte d'urgence.

Elle est téléchargeable sur le site :

[www.lamaisondesaidants.com/la-carte-durgence-de-laidant](http://www.lamaisondesaidants.com/la-carte-durgence-de-laidant)

Quand une personne est engagée dans une relation d'aide comme celle nécessitée pour l'accompagnement d'un proche en perte d'autonomie, celle-ci risque de se désocialiser progressivement. Maintenir une vie sociale, c'est éviter que le couple aidant-aidé se replie sur lui-même.

### Les associations des aînés

De nombreuses associations de personnes âgées se sont organisées autour de la défense des retraités et des conditions de vie des personnes âgées. Elles permettent de maintenir une activité et d'être en relation avec d'autres personnes. Les principales associations des aînés sont affiliées à :

- ↪ Générations mouvement pour créer du lien social et donner une place entière aux retraités dans la société [www.generations-mouvement.org](http://www.generations-mouvement.org)
- ↪ l'UNRPA pour défendre les intérêts des retraités et des personnes âgées [www.unrpa.com](http://www.unrpa.com)
- ↪ les foyers ruraux du Cher pour proposer et maintenir une animation culturelle régulière en milieu rural [www.foyersrurauxcentre.org](http://www.foyersrurauxcentre.org)

### Certaines de ces associations représentent les personnes âgées dans des instances officielles

- ↪ le Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie (CDCA), anciennement CDCPH et CODERPA, a été créé par la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement pour renforcer la participation des personnes à l'élaboration des politiques publiques du handicap et de la vieillesse. Il a pour rôle de donner son avis sur les sujets concernant les personnes âgées et les personnes handicapées.

### Les séjours de vacances aidants-aidés

Différents dispositifs existent afin de favoriser les vacances pour les aidants.

Retrouvez des informations sur le site

[www.lamaisondesaidants.com/le-repit-de-laidant](http://www.lamaisondesaidants.com/le-repit-de-laidant)

Des séjours de répit sont proposés par certaines associations :

- ↪ VRF (Vacances répit familles) ;
- ↪ Vacances ouvertes ;
- ↪ Séjours France Alzheimer ;
- ↪ Siel bleu ;
- ↪ l'Union française des centres de vacances et de loisirs (UFCV) ;
- ↪ l'UNAFAM (Union nationale des amis et familles de malades mentaux et psychiques) : contactez l'antenne du Cher au 02 48 70 05 38.

## Le transport à la demande

### ↪ Remi +

Pour favoriser le lien social et faciliter la mobilité des personnes âgées le transport Rémi + à la demande permet à moindre coût (2 € par voyage) de se déplacer en fonction des besoins. Pour plus d'informations, consultez le site de la Région [www.remi-centrevaldeloire.fr](http://www.remi-centrevaldeloire.fr)

Pour bénéficier de ce dispositif, connaître les horaires et réserver votre voyage, il vous suffit de joindre la centrale de réservation au 0 800 101 818 du lundi au vendredi de 8 h à 18 h (service et appels gratuits).

### ↪ Sortir Plus

Pour faciliter les déplacements à pied ou en voiture, les caisses de retraite complémentaire AGIRC et ARRCO ont mis en place le chéquier Sortir Plus. Il s'agit d'un chéquier emploi service universel (CESU) d'une valeur de 150 € (10 chèques CESU d'une valeur de 15 € chacun). Le chéquier est utilisable auprès d'un salarié d'un organisme d'aide à domicile ou d'un transport accompagné agréé par votre caisse de retraite.

Pour plus d'informations, contactez le 0 810 360 560.

**Échanger avec d'autres personnes** confrontées à la perte d'autonomie d'un proche âgé permet de :

- ↪ partager des expériences communes ;
- ↪ ne pas rester seul face à ses interrogations ou ses doutes ;
- ↪ rompre l'isolement ;
- ↪ bénéficier d'une écoute et mettre des mots sur ses difficultés, trouver des réponses pratiques à ses problèmes.

Différents lieux existent pour accompagner les proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie. On peut s'y informer sur les aides et les démarches et y partager les expériences. Ces temps d'échanges sont proposés par plusieurs organismes pour permettre de rencontrer et échanger avec d'autres aidants.

**Les Après-midi Entr' aidants** sont des temps de discussion et d'échanges dédiés aux personnes en situation d'aidants. Ils permettent de rencontrer d'autres personnes vivant la même situation qu'eux. Ce sont des temps de rencontres conviviaux et animés par des professionnels, qui se déroulent à Bourges et sur le territoire du CLIC de Lignières :

- ↪ le CLIC Berruyer : 02 48 23 25 33
- ↪ le CLIC Info senior Cher Sud : 02 48 60 12 81

**Les plateformes de répit et d'accompagnement** sont un lieu d'information et de conseil spécialement conçu pour les aidants de personnes âgées en perte d'autonomie. Vous serez informé des différentes actions mises en place près de chez vous en direction des proches aidants : groupes de parole, sorties collectives organisées réunissant personnes âgées et proches aidants...

- ↪ la plateforme de répit et d'accompagnement à Bourges de l'hôpital de Taillegrain : 02 48 23 77 49
- ↪ la plateforme de répit et d'accompagnement à Lignières : 02 48 60 12 81

## Les familles rurales

Le mouvement Familles rurales-vivre mieux agit au quotidien sur tous les territoires pour répondre à vos besoins en organisant des actions comme le café des aidants, des ateliers, de l'information.

Consultez le site internet [www.famillesrurales.org/centre](http://www.famillesrurales.org/centre)

## Se former et s'informer

Quels sont les gestes et postures à effectuer? Que faire si la personne tombe? Les soins corporels? Les gestes de premier secours? Mieux connaître la maladie d'un proche et les conséquences de la vie quotidienne. **Les formations des aidants** ne sont pas des formations professionnelles. Elles sont proposées par différents organismes ou associations de patients, comme par exemple :

- ↗ association France Alzheimer: 2 fois par an, France Alzheimer organise des formations des aidants sur le Département du Cher ;
- ↗ association France Parkinson ;
- ↗ Générations mouvement ;
- ↗ les plateformes de répit et d'accompagnement proposent régulièrement des réunions d'information à destination des aidants.
- ↗ le pôle des formations sanitaires et sociales (ERTS) peut organiser des ateliers de formation et de sensibilisation. Consultez le site [www.erts-olivet.org](http://www.erts-olivet.org)

Vous pouvez également retrouver des formations en ligne que vous pouvez suivre de chez vous sur le site [www.formation.aidants.fr](http://www.formation.aidants.fr)

**Le droit au répit** est composé de deux types d'aide : l'aide au répit et l'aide à l'hospitalisation de l'aidant. Il est instauré pour les proches aidants :

- ↗ de personnes bénéficiaires de l'APA ;
- ↗ assurant une présence ou une aide indispensable à la vie à domicile de leur proche ;
- ↗ et qui ne peuvent être remplacés pour assurer cette aide par une personne de l'entourage.

**L'aide au répit** peut financer dans la limite d'environ 500 € par an :

- ↗ l'accueil de la personne aidée dans un accueil de jour ou de nuit ;

- ↪ un hébergement temporaire en établissement ou en accueil familial ;
- ↪ un relais à domicile.

Une participation financière du bénéficiaire est appliquée dans les mêmes conditions que l'APA.

### **L'aide à l'hospitalisation de l'aidant**

En cas d'hospitalisation du proche aidant, qui ne peut être remplacé et dont la présence ou l'aide est indispensable à domicile, une aide ponctuelle peut être accordée. Son montant pourra atteindre environ 996 € par hospitalisation. Cette aide peut servir à financer :

- ↪ un accueil de jour ou hébergement temporaire de la personne aidée ;
- ↪ un relais à domicile.

Contactez le travailleur social au Conseil départemental du Cher en charge du suivi de la personne bénéficiaire de l'APA.

## **Les congés familiaux dédiés aux aidants**

### **Le congé du proche aidant**

L'aidant familial en activité professionnelle a droit à un « congé de soutien familial » qui permet à tout salarié d'interrompre provisoirement son activité professionnelle pour s'occuper d'un parent dépendant.

Le congé de soutien familial, rebaptisé par la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement, le « congé du proche aidant », est désormais ouvert aux aidants sans lien de parenté avec la personne qu'ils aident à condition :

- ↪ qu'ils résident avec elle ou entretiennent avec elle des liens étroits et stables ;
- ↪ et qu'ils lui viennent en aide de manière régulière et fréquente à titre non professionnel pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne.

Ce congé de proche aidant est également ouvert aux aidants de personnes vivant en établissement.

Il est également possible de bénéficier d'un congé de solidarité familiale permettant de s'absenter pour accompagner un proche en fin de vie.

Renseignez sur le site [www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/aider-un-proche/travailler-et-aider-un-proche](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/aider-un-proche/travailler-et-aider-un-proche)

## La protection des majeurs

Plusieurs dispositifs permettent d'assurer la protection des aînés :

- ↪ **la personne de confiance** : tout majeur peut désigner une personne de confiance. Elle a un rôle d'accompagnement de la personne malade dans ses démarches et entretiens médicaux, pour l'aider dans ses décisions. Elle sera consultée au cas où la personne malade est hors d'état d'exprimer sa volonté et de recevoir l'information nécessaire à cette fin. Cette personne pourra être un parent, un proche ou le médecin traitant. Sa désignation doit être faite par écrit et est révoquant à tout moment. La personne sollicitée peut refuser ce rôle.

Qu'advient-il de moi lorsque je serai en fin de vie ?

Qui s'occupera de mes affaires ?

Qui décidera à ma place si je ne suis plus en mesure de le faire ?

- ↪ **le mandat de protection future** constitue un outil juridique adapté pour les personnes qui se posent ces questions.

Il permet à une personne malade de confier à un ou plusieurs mandataire(s) le soin de la représenter le jour où elle ne sera plus en mesure de pourvoir seule à ses intérêts. Contrairement à la « personne de confiance », le mandataire a des fonctions de représentation et peut consentir à la place de son mandant. Cela se fait chez un notaire ou un avocat.

- ↪ **les associations tutélaires** sont habilitées pour assurer les fonctions de tutelle, de curatelle et de sauvegarde de justice en cas d'absence des familles ou selon leurs volontés.

Pour plus de renseignements, contactez le tribunal de grande instance de Bourges au 02 48 68 34 34.

### Zoom sur la directive anticipée

Toute personne majeure peut, si elle le souhaite, faire une déclaration écrite appelée *directives anticipées* pour préciser ses souhaits concernant sa fin de vie. Ce document aidera les médecins, le moment venu, à prendre leurs décisions sur les soins à donner, si la personne ne peut plus exprimer ses volontés.



Les services d'aide à domicile ont pour objet d'apporter de l'aide à la personne dans tous les actes de la vie quotidienne. Ils sont assurés par des aides à domicile pour l'accompagnement au quotidien et par des infirmiers ou des aides-soignants pour les actes de soins.

### Les services d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD)

**Les aides à domicile** peuvent intervenir à plusieurs niveaux :

- ↪ l'aide aux actes essentiels de la vie quotidienne comme la toilette simple, l'habillage, l'aide au repas, les déplacements à l'intérieur du domicile ;
- ↪ la prise en charge de l'environnement comme le ménage, le lavage, le repassage du linge, les courses ;
- ↪ l'accompagnement dans les activités de la vie sociale comme les sorties à l'extérieur du domicile, les visites, les démarches administratives.

Ces aides à domicile peuvent permettre à l'aidant de concilier vie professionnelle et aide apportée à un proche en se dégageant du temps et continuer à exercer son activité professionnelle sereinement.

Téléchargez la liste des services d'aide et d'accompagnement à domicile du Département, autorisés à intervenir auprès des personnes âgées dépendantes [www.departement18.fr/Maintien-a-domicile](http://www.departement18.fr/Maintien-a-domicile)

Vous pouvez aussi vous rapprocher de votre caisse de retraite pour connaître leurs services partenaires.

### Employer directement une personne à domicile

Vous pouvez également employer directement une aide à domicile. Vous devenez alors particulier employeur. Cette forme d'emploi direct est aussi appelée gré à gré.

Pour en savoir plus, consultez :

- ↪ le site officiel du particulier employeur et du salarié : [www.net-particulier.fr](http://www.net-particulier.fr)
- ↪ le site de la FEPEM [www.fepem.fr](http://www.fepem.fr)
- ↪ le site de la fédération du service aux particuliers [www.fesp.fr](http://www.fesp.fr)
- ↪ le site Employer à domicile [www.employeradomicile.fr](http://www.employeradomicile.fr)

## Le portage de repas à domicile

Le portage de repas à domicile est un service qui propose et livre des repas complets et équilibrés. C'est une aide qui s'adresse principalement aux personnes ayant des difficultés à se déplacer pour faire leurs courses ou à cuisiner.

Renseignez-vous auprès de votre commune ou du point d'information local (cf. page 5 du présent guide).

## La téléassistance

La téléassistance permet de sécuriser les personnes âgées qui vivent à domicile. En cas de problème (chute, malaise...), la personne peut contacter une plateforme téléphonique joignable 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 en appuyant sur un médaillon ou un bracelet-montre porté en permanence. Selon le degré d'urgence de la situation, un proche est contacté ou une intervention est déclenchée pour porter assistance à la personne.

## Les services de soins à domicile

Les **Services de soins infirmiers à domicile (SSIAD)** sont des services médico-sociaux qui assurent, sur prescription médicale, des prestations de soins infirmiers. Exemple: les toilettes dites médicalisées, la prise de médicaments.

Pour connaître le SSIAD de votre secteur, renseignez-vous auprès de votre commune ou sur le site [www.pour-les-personnes-agees.gov.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gov.fr) ;

Les **infirmiers libéraux** interviennent sur prescription médicale pour les mêmes actes médicaux que les SSIAD.

Le **Service de soins infirmiers à domicile innovant (SSIADI) du Gedhif de Saint-Doulchard** met en œuvre, sur prescription médicale, des soins et des activités de réhabilitation sociale contribuant au maintien à domicile des personnes âgées ou en situation de handicap. Il propose également des actions de soutien aux aidants proches et familiaux (écoute psychologique, démarches administratives, aide au répit...).

Il intervient sur les communes de Bourges et son agglomération.

Contactez le SSIADI au 0248276700 ou par mail [fvj@gedhif.fr](mailto:fvj@gedhif.fr)

## L'Équipe spécialisée Alzheimer (ESA)

Rattachée à un SSIAD, elle est composée d'un ergothérapeute et/ou psychomotricien et d'assistants de soins en gériatrie et offre une prestation dite de soins de réhabilitation et d'accompagnement réalisée à domicile sur prescription médicale (prise en charge à 100 % entre 12 et 15 séances).

Les ESA dans le Cher :

- ↪ ESA à Bourges, contactez le CCAS au 02 48 23 25 17;
- ↪ ESA à Saint-Amand-Montrond, contactez le SSIAD du Centre hospitalier de Saint-Amand au 02 48 63 27 11;
- ↪ ESA à Châteaumeillant, contactez le SSIAD de l'Ehpad au 02 48 63 84 06.

## Les soins palliatifs :

Ils peuvent être délivrés à domicile ou à l'hôpital pour accompagner la fin de vie et/ou prendre en charge la douleur. À domicile, ils sont réalisés par des infirmiers libéraux, des services d'hospitalisation à domicile, des équipes mobiles de soins palliatifs. Ils sont accessibles sur prescription médicale et intégralement remboursés par l'assurance-maladie.

Des associations de bénévoles formés à l'accompagnement et à l'écoute des malades et de leurs proches peuvent intervenir à l'hôpital ou en EHPAD, comme par exemple les Visites des malades en établissements hospitaliers et centres de soins ou de vie (VMEH) [vmeh.18.free.fr](http://vmeh.18.free.fr)

Les dispositifs dans le Cher pour accompagner la fin de vie :

- ↪ le service d'Hospitalisation à domicile (HAD) à Bourges, contactez le Centre hospitalier Jacques Cœur au 02 48 48 57 95;
- ↪ le service d'HAD du Berry à Vierzon, contactez Korian Pays des trois provinces au 02 48 52 71 17;
- ↪ l'équipe d'appui départementale de soins palliatifs (EADSP), contactez le Centre hospitalier Jacques Cœur au 02 48 48 48 48 poste 4112.

## Les aides à l'adaptation de l'habitat et aides techniques

La prise en charge de la perte d'autonomie nécessite souvent un **aménagement du logement** afin de favoriser l'autonomie de la personne dépendante et de prévenir les accidents.

Les principaux organismes intervenant financièrement pour la réalisation de travaux d'accessibilité et d'adaptation des logements sont l'Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat (ANAH), les caisses de retraite, les mutuelles et le Conseil départemental.

Le Département a mis en place un **Programme d'intérêt général « Bien chez moi »** pour favoriser l'adaptation des logements. C'est quoi ?

- ↪ un interlocuteur unique avec un seul numéro d'appel : 02 48 68 20 46 ;
- ↪ un accompagnement global dans le projet de maintien à domicile au niveau du montage administratif, technique et financier ;
- ↪ la mobilisation des aides financières pour une réponse au plus vite mais aussi des aides « Habiter mieux » permettant l'engagement de travaux en vue d'améliorer la performance énergétique du logement.

Renseignements sur le site [www.bienchezmoi.cher@soliha.fr](mailto:www.bienchezmoi.cher@soliha.fr)

Par ailleurs, l'APA peut participer au financement de l'aménagement du logement principal (la personne âgée doit être propriétaire), ou à l'acquisition d'une aide technique.

Lorsque le plan d'aide APA est saturé, une aide technique peut également être financée par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie, gérée par le Conseil départemental.

Consultez également votre caisse de retraite qui peut apporter une aide pour l'amélioration de votre habitat.

## Les aides financières

### Les aides du Conseil départemental en faveur des personnes âgées et/ou handicapées

Allocation personnalisée à l'autonomie (APA), aide sociale à l'hébergement, aide au répit, aide sociale aux repas, aide ménagère, carte de mobilité, téléassistance, retrouvez l'ensemble des aides financières du **Conseil départemental** en consultant le guide sur le site [www.departement18.fr](http://www.departement18.fr)

### Les aides après hospitalisation

L'Aide au retour à domicile après hospitalisation (ARDH), accordée par la caisse de retraite principale, est une aide apportée aux personnes âgées après une hospitalisation afin de les accompagner dans leur réhabilitation.

Les mutuelles peuvent également accorder une aide financière pour le retour à domicile le temps de la convalescence.

### Les aides fiscales à domicile et en établissement

Des réductions d'impôt sur le revenu peuvent avoir lieu s'il y a intervention d'une aide à domicile ou si la personne dépendante est accueillie en établissement de longue durée. Des exonérations de la taxe d'habitation et de la taxe foncière peuvent également être appliquées sous certaines conditions. Se renseigner auprès du centre des impôts.

### Les ressortissants de l'ONACVG

Les ressortissants de l'Office national des anciens combattants et victimes de guerre (ONACVG) peuvent bénéficier d'aides financières pour le maintien à domicile en complément des dispositifs de droit commun.

Vous pouvez contacter le 02 46 08 81 75 ou allez sur le site [www.onac-vg.fr](http://www.onac-vg.fr)



### L'accueil de jour

Les personnes âgées en perte d'autonomie peuvent être accueillies en journée dans une structure proposant un accueil de jour.

L'accueil de jour permet de préserver son autonomie grâce aux activités adaptées proposées. Ces temps passés hors du domicile contribuent également à rompre l'isolement et à permettre aux proches aidants de dégager du temps pour leurs propres occupations.

Pour connaître les accueils de jour proches de chez vous, téléchargez la liste des établissements proposant de l'accueil de jour [www.departement18.fr/Vie-en-etablissement](http://www.departement18.fr/Vie-en-etablissement)

Ou encore prenez contact avec les plateformes de répit et d'accompagnement (cf. page 13 du présent guide).

### L'hôpital de jour gériatrique

L'équipe médicale et paramédicale (aide-soignant, infirmier, etc.) des hôpitaux de jour accueille, sur prescription médicale, des patients présentant une perte d'autonomie liée à une ou plusieurs pathologies à la demi-journée ou à la journée. Cette équipe procède à des tests diagnostiques, des soins, de la stimulation cognitive...

La maison médicale de La Noue à Vierzon propose un service d'hôpital de jour gériatrique. Pour plus d'informations, contactez le 02 48 52 33 74.

### L'hébergement temporaire

Les personnes âgées qui vivent à domicile peuvent être accueillies dans une structure proposant un hébergement temporaire, soit dans un établissement ou une résidence pour personnes âgées, soit chez un accueillant familial.

L'hébergement temporaire permet aux proches aidants de pouvoir s'absenter ponctuellement et passer le relais. Il peut également être utilisé comme une première étape avant une entrée définitive en établissement.

Pour connaître les structures proches de chez vous, téléchargez la liste des établissements proposant de l'hébergement temporaire [www.departement18.fr/Vie-en-etablissement](http://www.departement18.fr/Vie-en-etablissement)

## L'accueil familial social

Les accueillants familiaux sont agréés par le Conseil départemental. Ils hébergent des personnes âgées ou des personnes handicapées chez eux, momentanément ou définitivement et leur font partager leur vie de famille. Ils peuvent accueillir des personnes seules ou en couple.

Renseignez-vous sur le site du Conseil départemental [www.departement18.fr/Accueil-familial-social-174](http://www.departement18.fr/Accueil-familial-social-174) ou par téléphone au 02 48 27 31 20.

## Les établissements non médicalisés

**Les résidences autonomie** (anciennement logements-foyers ou MARPA) sont constituées de logements individuels et privatifs et d'espaces communs dédiés à la vie collective (salle d'animation, salle de restaurant...). Elles sont souvent construites à proximité des commerces, des transports et des services.

Elles accueillent des personnes âgées non dépendantes, valides ou semi-valides, seules ou en couple.

Elles sont majoritairement gérées par des structures publiques, notamment les CCAS, ou des structures à but non lucratif.

Téléchargez la liste des établissements [www.departement18.fr/Vie-en-etablissement](http://www.departement18.fr/Vie-en-etablissement)

## Les résidences services

Les résidences services sont des ensembles de logements privatifs pour les personnes âgées, associés à des services collectifs. Les occupants peuvent être locataires ou propriétaires. Les résidences services sont principalement gérées par des structures privées lucratives.

**Le Centre Intergénération** de Belleville-sur-Loire, propose des places d'hébergement permanent ou temporaire, accompagne les résidents dans tous les gestes de la vie quotidienne et propose des animations favorisant des moments de rencontres et d'échanges avec les jeunes enfants. Pour plus d'informations, contactez le 02 48 54 74 74.



## Les établissements médicalisés

Les **EHPAD** sont des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes qui proposent un hébergement en chambre. Les EHPAD s'adressent à des personnes âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien.

Certains établissements disposent d'**unités spécialisées Alzheimer** dédiées aux résidents atteints par cette maladie.

Les **PASA** (Pôle d'activités et de soins adaptés), implantés dans les EHPAD, accueillent à la journée des résidents de l'EHPAD atteints de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie neurodégénérative et ayant des troubles du comportement modérés. Il permet ainsi de préserver ou de prévenir l'aggravation des troubles ou de la dépendance autour d'activités adaptées.

Les **UHR** (Unité d'hébergement renforcée), implantées dans les EHPAD, accueillent nuit et jour des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée entraînant des troubles du comportement importants. Les personnes qui y sont accompagnées ont vocation, dans la mesure du possible, à retourner dans leur lieu de vie habituel (leur domicile ou l'EHPAD) une fois les troubles du comportement atténués.

Les **USLD** (Unités de soins de longue durée) sont des structures hospitalières s'adressant à des personnes très dépendantes dont l'état nécessite une surveillance médicale constante.

Téléchargez la liste des établissements [www.departement18.fr/Vie-en-etablissement](http://www.departement18.fr/Vie-en-etablissement)

## INDEX ET TABLE DES SIGLES

- AGIRC et ARRCO** – Retraite complémentaire des salariés du secteur privé (p. 7)
- ANAH** – Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat (p. 20)
- APA** – Allocation personnalisée à l'autonomie (p. 5, 14, 15 et 20)
- ARDH** – Aide au retour a domicile après hospitalisation (p. 21)
- CARSAT** – Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail (p. 6)
- CCAS** – Centre communal d'action sociale (p. 5, 19 et 24)
- CDAD** – Conseil départemental de l'accès au droit (p. 7)
- CDCA** – Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie (p. 11)
- CDCPH** – Conseil départemental consultatif des personnes handicapées (p. 11)
- CLIC** – Centre local de coordination gérontologique (p. 5 et 13)
- CPAM** – Caisse primaire d'assurance-maladie (p. 10)
- CODERPA** – Conseil départemental des retraités et personnes âgées (p. 11)
- EADSP** – Équipe d'appui départementale de soins palliatifs (p. 19)
- EHPAD** – Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (p. 25)
- EMGT** – Équipe mobile gérontologique territoriale (p. 9)
- ERTS** – École régionale du travail social (p. 14)
- ESA** – Équipe spécialisée Alzheimer (p. 19)
- FEPEM** – Fédération des particuliers employeurs (p. 17)
- HAD** – Hospitalisation à domicile (p. 19)
- ISOA** – Institut de soins ostéo articulaires (p. 9)
- ISTF** – Information et soutien aux tuteurs familiaux (p. 7)
- MARPA** – Maison d'accueil rurale pour personnes âgées (p. 24)
- MDAS** – Maison départementale d'action sociale (p. 5, 6 et 27)
- MSA** – Mutualité sociale agricole (p. 6)
- MSAP** – Maison de service au public (p. 6)
- ONACVVG** – Office national des anciens combattants et victimes de guerre (p. 21)
- PASA** – Pôle d'activités et de soins adaptés (p. 25)
- PIG** – Programme d'intérêt général (p. 20)
- SAAD** – Service d'aide et d'accompagnement à domicile (p. 17)
- SSI** – Sécurité sociale des indépendants (p. 7)
- SSIAD** – Service de soins infirmiers à domicile (p. 18 et 19)
- SSIADI** – Service de soins infirmiers à domicile innovant (p. 18)
- UDAF** – Union départementale des associations familiales (p. 7)
- UFCV** – Union française des centres de vacances et de loisirs (p. 12)
- UNAFAM** – Union nationale des amis et familles de malades (p. 12)
- UNRPA** – Union nationale des retraités et personnes âgées (p. 11)
- VMEH** – Visite des malades en établissements hospitaliers (p. 19)
- VRF** – Vacances répit familles (p. 12)
- UHR** – Unité d'hébergement renforcée (p. 25)
- USLD** – Unité de soins de longue durée (p. 25)

# LISTE des MAISONS DÉPARTEMENTALES d'ACTIONS SOCIALES du CHER

## MDAS Bourges

2 rue Fulton  
18000 BOURGES  
Tél. 02 48 23 83 30

- **ANTENNE DE LA CHANCELLERIE**  
15 rue Jean-Rameau  
18000 BOURGES  
Tél. 02 48 27 51 20
- **ANTENNE DES GIBJONS**  
124 avenue Arnaud-de-Vogüé  
18000 BOURGES  
Tél. 02 48 27 22 68
- **ANTENNE DE SAINT-FLORENT-SUR-CHER**  
Rue de la solidarité  
18400 SAINT-FLORENT-sur-CHER  
Tél. 02 48 25 26 30

## MDAS Est

Ilot Saint-Abdon – 18800 BAUGY  
Tél. 02 48 27 33 95

- **ANTENNE DE LA GUERCHE-SUR-L'AUBOIS**  
Avenue de la République  
18150 LA GUERCHE-sur-l'AUBOIS  
Tél. 02 48 25 26 60

## MDAS Sud

155 avenue Jean-Giraudoux  
18200 SAINT-AMAND-MONTROND  
Tél. 02 18 87 27 01

- **ANTENNE DU CHÂTELET**  
26 Grande rue  
18170 LE CHÂTELET  
Tél. 02 18 87 27 51

## MDAS Nord

Place Chazereau  
18700 AUBIGNY-sur-NÈRE  
Tél. 02 18 87 28 00

- **ANTENNE DE SANCERRE**  
Rue Saint-Martin  
18300 SANCERRE  
Tél. 02 18 87 28 40

## MDAS Ouest

3 rue Claude-Chevalier  
18100 VIERZON  
Tél. 02 18 15 73 00

- **ANTENNE DE MEHUN-SUR-YÈVRE**  
14 rue Agnès-Sorel  
18500 MEHUN-sur-YÈVRE  
Tél. 02 48 25 23 30

Plus d'informations sur [departement18.fr](http://departement18.fr).

**Direction autonomie  
personnes âgées personnes handicapées  
MDPH**

Pyramides du Conseil départemental  
7 route de Guerry  
18000 BOURGES  
02 48 27 31 31