

GUIDE DE L'AIDANT DES PERSONNES DE PLUS DE 60 ANS DU DÉPARTEMENT DU GERS



LE DÉPARTEMENT



Onze millions de personnes en France accompagnent au quotidien dans leur entourage, une personne en situation de handicap ou de maladie, ou en perte d'autonomie. On les appelle les aidants. Mais qui les aide eux, dans cette tâche difficile, physiquement et psychiquement ? Ces aidants souffrent généralement d'isolement, d'épuisement et d'un manque de reconnaissance.

Certaines personnes consacrent tout ou partie de leur vie à aider dans leur quotidien, des personnes de leur entourage, fragilisées par l'âge, la maladie ou en situation de handicap. Ce sont souvent des moments difficiles à vivre.

Conscient de leur rôle essentiel, le département du Gers a confirmé son engagement en faveur des aidants dans son schéma global des solidarités 2023 – 2027, voté le 28 mars 2023. La stratégie aidants repose sur plusieurs axes : repérer, informer, accompagner, former et relayer.

Considérant la diversité de leurs besoins, ce guide réunit les informations qui permettront à chaque aidant d'être accompagné et soutenu afin de mieux concilier son rôle d'aidant et sa vie familiale, professionnelle, de préserver sa santé et des temps de loisirs.

Je souhaite, avec Charlette Boué, que ce guide réponde à l'attente de tous.

A stylized, handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dupouy'.

Philippe DUPOUY,

Président du Conseil Départemental du Gers.

ETRE AIDANT	5
Introduction	5
Paroles d'aidants	6
Vous êtes aidant	7
AIDES ET REPIT	9
Dispositifs de suppléance à domicile	10
Dispositifs de suppléance hors du domicile	12
AIDES FINANCIÈRES ET JURIDIQUES	25
Aides financières	26
La protection du proche, un soutien pour l'aidant	29
DROITS DE L'AIDANT	33
Congés et allocations	34
Être aidant salarié	36
ACTIONS EN FAVEUR DES AIDANTS	39
La formation	40
Actions collectives et individuelles	41
SANTÉ	45
Votre santé	46
La santé de votre proche	51
La fin de vie	52
S'INFORMER	57
Pour l'accès aux droits	59
Délégations départementales des Associations	59
Au niveau départemental	59
Au niveau national	60
S'informer sur internet	60



ETRE AIDANT

Introduction

Est considérée comme proche aidant toute personne entretenant avec la personne âgée des liens étroits et stables et 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 (Art. L113-1-3 du CASF).

Le vieillissement de la population nous concerne tous. Le nombre d'aidants intervenant régulièrement auprès d'une ou plusieurs personnes de plus de 60 ans en perte d'autonomie s'élève à près de 4 millions. 59,5% sont des femmes et 49% des retraités. Les politiques volontaristes encourageant le maintien à domicile ont contribué à l'augmentation du nombre de proches aidants. Pourtant, seulement un peu plus d'un tiers d'entre eux se considèrent comme tels. Bien souvent, on ne se définit donc pas comme aidant, estimant faire juste ce que l'on doit : l'idée d'avoir recours à une aide extérieure n'est donc pas toujours spontanée. Mais les actes du quotidien se multiplient, incarnant une charge physique et morale importante s'ajoutant aux contingences personnelles. Sa propre santé peut donc en être naturellement impactée.

Les conséquences du statut d'aidant ont de multiples dimensions et varient selon la problématique rencontrée par l'aidé mais aussi selon l'aide apportée. Des répercussions possibles sur la vie sociale, professionnelle ou encore familiale de l'aidant sont observées. Ainsi de nombreux aidants ont-ils besoin d'être reconnus, soutenus: des dispositifs existent, en fonction des besoins identifiés.

Ce guide a pour vocation de réunir toutes les informations et ressources qui pourraient vous servir en tant que proche aidant.

Paroles d'aidants



« J'accompagne mon proche quotidiennement et je commence à me sentir fatiguée. Comment puis-je prendre un moment pour moi ? »



« Je me sens épuisée et je ne sais pas vers qui me tourner. Je ne sais pas ce dont j'ai besoin.»



« J'accompagne ma mère et j'aimerais avoir des informations sur les aides possibles, vers qui puis je me tourner ? »

Vous êtes aidant

Vous avez besoin d'un conseil, d'un accompagnement dans vos démarches ou vous souhaitez être informé sur les services existants, adressez-vous :

- Au Centre local d'information et de coordination (CLIC) le plus proche de votre domicile
- Au Centre Communal d'Action Sociale, au Centre Intercommunal d'Action Sociale ou à la mairie de votre domicile
- Aux services sociaux du Département
- Aux caisses de retraite
- Au service social de l'hôpital lors d'une hospitalisation

Un accompagnement plus spécialisé, un soutien ou une écoute peuvent vous être proposés par :

- Les associations spécialisées
- Les plateformes de répit

Toutes les coordonnées se trouvent dans un annuaire en fin de chaque partie thématique.



AIDES ET RÉPIT

Dispositifs de suppléance à domicile

Vous, proches aidants, contribuez considérablement à l'accompagnement des personnes âgées et à leur maintien à domicile. Cet accompagnement, souvent important en termes de temps et d'énergie, peut vous fragiliser: des solutions existent pour diminuer les tâches, prendre du temps pour vous ou encore vous permettre de vous absenter.

Plusieurs catégories de solutions de répit sont possibles.

Service d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD)

Il assure des prestations de services ménagers et d'aide à la personne pour des activités ordinaires ou des actes essentiels de la vie quotidienne : aide aux repas, aide à l'habillage, aide à la toilette, aide à la mobilité (par exemple: transfert du lit au fauteuil) réalisation et accompagnement lors des courses, entretien du logement ...

En savoir plus ? Contacter le CLIC au

05.62.67.40.93

Toutes les coordonnées [p15 à p18](#)

Relayage à la maison

Pendant 3 heures minimum un professionnel prend le relais auprès de votre proche, le temps de votre absence. Dans le Gers, l'intervenant est sélectionné par l'association Bulle d'air qui recherchera avec vous les financements possibles.

www.repit-bulledair.fr

05.42.54.05.18

La téléassistance

Elle permet de sécuriser les personnes âgées à domicile. Le téléopérateur, appelé par la personne grâce au médaillon ou au bracelet, contacte selon l'urgence :

- Un proche de la personne ;
- Un service de secours.

Il est nécessaire de contracter un abonnement auprès d'un opérateur en fonction de l'offre de votre territoire.

⇒ **Pour le GERS, EUROP ASSISTANCE** est conventionnée avec le Conseil Départemental.

<https://www.gers.fr/>

01.41.85.93.65

⇒ **Présence Verte**
1 place du Maréchal Lannes 32000 AUCH

05.31.24.12.00

Certaines banques et assurances ou organismes (Service d'aide à domicile...) proposent également ce service.

Portage de repas

Recevoir des repas tout prêts chez soi permet de continuer à manger de manière équilibrée sans avoir à faire les courses ou cuisiner. Les repas peuvent être adaptés aux besoins du bénéficiaire (régime sans sel...) Les coûts sont variables.

Votre accompagnement s'en trouvera ainsi allégé.

Toutes les coordonnées p19 à 20

La carte mobilité inclusion (CMI)

Cette carte a pour but de simplifier la vie quotidienne des personnes en perte d'autonomie en facilitant les déplacements. Il existe 3 CMI.

La CMI stationnement permet de se garer gratuitement, à proximité des services et sur les places prévues à cet effet.

La CMI priorité permet d'éviter les files d'attente (dans les magasins, les musées...) ou d'avoir une place assise dans les transports en commun.

La CMI invalidité, quand la perte d'autonomie est importante (taux d'incapacité $\geq 80\%$), offre les mêmes avantages que la CMI priorité avec en plus des réductions dans les transports et des avantages fiscaux.

En tant qu'aidant, son obtention peut vous soulager dans votre prise en charge.

La demande est à effectuer auprès de la MDPH.

MDPH du Gers 17 rue Lafayette 32000 AUCH

www.mdp32.gers.fr

05.62.61.76.76



Dispositifs de suppléance hors du domicile

Les plateformes de répit

- Pour les familles dont un proche est atteint de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble apparenté, ces plateformes permettent d'avoir accès à :
- Une information sur les dispositifs d'aide et actions mises en place sur les maladies neurodégénératives ;
- Des haltes d'accueil : permettent l'accueil de la personne aidée le temps d'une demi-journée ;
- Des sorties : proposées pour les aidants et les aidés afin de partager un moment convivial ;
- Des formations : des sessions d'informations sur la maladie d'Alzheimer, sur le sommeil, l'alimentation... ;
- Des groupes de parole : pour partager entre aidants expérience et soutien ;
- Un Café Mémoire : pour échanger sur le quotidien avec une personne souffrant d'une maladie d'Alzheimer ou un trouble apparenté lors d'un moment convivial ;
- Du Temps Libéré : un agent de la plateforme de répit se rend au domicile de l'aidé pour laisser du temps libre à l'aidant.

Ces actions visent ainsi à soutenir les familles dans leur rôle d'aidant en prévenant le risque d'usure ou de repli sur soi tout en accompagnant les aidés.

[Toutes les coordonnées p21](#)

Les haltes-d'accueil

Lieux d'accueil **ponctuels, non médicalisés**, pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives (Charcot, sclérose en plaques, Alzheimer...) ou de troubles apparentés. Elles peuvent ainsi participer, dans un lieu convivial qui ressemble à leur cadre quotidien, à des activités ludiques, culturelles ou créatives.

[Toutes les coordonnées p21](#)

Accueil de jour

Il s'agit d'une structure d'accueil en journée. Ce dispositif permet un accompagnement des personnes et un soutien pour vous, aidants. Il permet le maintien des capacités cognitives dans le cadre d'un **projet thérapeutique** individualisé.

Il s'adresse principalement aux personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées. Cet accueil a pour objectif de permettre aux personnes de rester le plus longtemps possible dans leur cadre de vie en étant accueillies une à plusieurs journées par semaine dans une structure offrant une prise en charge adaptée à leurs besoins. Vous pouvez ainsi bénéficier de temps pour vous.

[Toutes les coordonnées p22](#)

Séjours de vacances

Dit de répit, ils offrent une courte pause au milieu d'un quotidien exigeant, tant sur le plan émotionnel que physique. Prendre des vacances, seul ou avec la personne aidée, permet de recharger les batteries et de prévenir ainsi l'épuisement. Ces séjours sont adaptés aux besoins du couple aidant-aidé afin que la relation reste fondée sur les moments de partage positifs : les activités sont organisées et pensées pour que chacun puisse être satisfait.

[Toutes les coordonnées p22](#)

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93



Hébergement temporaire

De nombreux EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) proposent une solution d'hébergement de courte durée (de 1 jour à 3 mois) de manière à permettre aux aidants de s'absenter ou d'être relayés. Cet accueil contribue également à soulager les personnes âgées confrontées à l'isolement et peut représenter une première étape vers l'hébergement permanent.

Toutes les coordonnées p23

Le Dispositif accompagnement Relais 32

Certains EHPAD participent au dispositif d'accompagnement Relais. Il consiste à proposer un hébergement temporaire dans un EHPAD d'une durée maximale de 30 jours par année civile. Les places pourront être mobilisées pour deux motifs exclusivement :

- En sortie d'urgence ou d'hospitalisation si le retour à domicile est momentanément impossible et le recours à une hospitalisation non justifié.
- En cas de carence, rupture brutale, hospitalisation de l'aidant.

En savoir plus ?

coordination@accompagnement-relais32.fr

07.88.58.17.28

Les coordonnées des établissements proposant de l'accueil temporaire en p23

Hébergement permanent

- Etablissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) :

Il accueille des personnes âgées dépendantes. Des soins médicaux et paramédicaux adaptés sont proposés.

- Les Unités de soins longue durée (USLD) :

Il s'agit de structures d'hébergement et de soins qui accueillent des personnes dont l'état nécessite une surveillance médicale constante. Elles sont généralement adossées à un établissement hospitalier. Les moyens médicaux qui y sont mis en œuvre sont plus importants que dans les EHPAD. En USLD, la facturation se passe de la même façon qu'en EHPAD.

Chaque mois, le résident doit payer une facture qui se décompose en :

- ⇒ Un tarif hébergement ;
- ⇒ Un tarif dépendance.

Les soins sont pris en charge par l'Assurance Maladie et ne sont pas facturés aux résidents.

En savoir plus ?

Rapprochez-vous du médecin de votre proche.

Accueil familial

Dispositif permettant à une personne âgée, moyennant rémunération, d'être accueillie au domicile d'un accueillant familial, titulaire d'un agrément délivré par le Président du Conseil Départemental. Un référent médico-social du Conseil Départemental assure le suivi de la personne accueillie.

Plus d'informations :

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

www.viatrajectoire.fr

Service Accueil Familial du Conseil Départemental du Gers

81, route de Pessan 32022 AUCH

05.62.67.30.97

Si le maintien à domicile n'est plus possible malgré l'étayage des dispositifs et de l'aidant, il est alors nécessaire de rechercher un hébergement permanent.

En savoir plus ?

Rapprochez-vous du **CLIC** au

05.62.67.40.93

Service d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD)

SECTEUR D'AUCH

Maison des Services ADMR Ténarèze-Lomagne

5, chemin de Mirateau 32100 CONDOM

☎ : 05 62 28 01 62

✉ : admr.tenareze-lomagne@admr32.fr

Maison des Services ADMR du Fezensac

18, rue Raynal 32190 VIC-FEZENSAC

☎ : 05 62 06 52 66

✉ : admr.fezensac@admr32.fr

Maison des Services ADMR Gers-Est

1, rue Camille Catalan 32430 COLOGNE

☎ : 05 62 05 05 31

✉ : admr.gersrest@admr32.fr

ADPAM

42, rue du 8 Mai 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 04 68

✉ : auch-vic@adpam.asso.fr

CIAS Grand Auch Cœur de Gascogne

Rue Pasteur 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 60 10 ✉ : saad@cias.grand-auch.fr

Service A Dom

11, rue Rouget de l'Isle 32000 AUCH

☎ : 05 62 06 66 39

✉ : auch@service-a-dom.fr

Association Mieux vivre chez soi

Village 32320 POUYLEBON

☎ : 05 62 66 80 82

✉ : mieuxvivre32@orange.fr

SECTEUR DE CONDOM

CCAS DE GAZAUPOUY

Mairie 32480 GAZAUPOUY

☎ : 05 62 28 05 08

✉ : mairie.gazaupouy@wanadoo.fr

CIAS Du Grand Armagnac

Bld Saint Blancat 32800 EAUZE

☎ : 05 32.66.00.66

✉ : direction@ciasga32.fr

Maison des Services ADMR Ouest

4, place Alsace Lorraine 32110 NOGARO

☎ : 05 32 09 46 14

✉ : admr.gersouest@admr32.fr

Maison des Services ADMR du Fezensac

18, rue Raynal 32190 VIC-FEZENSAC

☎ : 05 62 06 52 66

✉ : admr.fezensac@admr32.fr

Maison des Services ADMR Ténarèze Lomagne

5, chemin de Mirateau 32100 CONDOM

☎ : 05 62 28 01 62

✉ : admr.tenareze-lomagne@admr32.fr

Maison des Services ADMR Pôle Armagnac

19, Bld Charles de Gaulle 32800 EAUZE

☎ : 05 62 69 10 98

✉ : admr.polearmagnac@admr32.fr

ASSAD

2 place de la liberté 32100 CONDOM

☎ : 05 62 29 25 07

✉ : assad-condom@orange.fr

ADPAM

42, rue du 8 Mai 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 04 68

✉ : condom-lecture@adpam.asso.fr

Association Mieux vivre chez soi

Village 32320 POUYLEBON

☎ : 05 62 66 80 82

✉ : mieuxvivre32@orange.fr

SECTEUR DE FLEURANCE

CCAS La Romieu

Mairie 32480 LA ROMIEU

☎ : 05 62 28 15 72

✉ : mairie.la.romieu@wanadoo.fr

CCAS Lectoure

2, cours Gambetta 32700 LECTOURE

☎ : 05 62 68 77 88

✉ : ccas.accueil@mairie-lectoure.fr

CCAS Miradoux

4, place de la mairie 32340 MIRADOUX

☎ : 05 62 28 61 79

✉ : ccas@miradoux.org

CCAS Terraube

41, rue Hector de Galard 32700 TERRAUBE

☎ : 05 62 68 70 50

✉ : ccas.terraube@orange.fr

CIAS Bastides de Lomagne (antenne de Mauvezin)

1, place de la libération 32120 MAUVEZIN

☎ : 05 62 07 99 73

✉ : ciasmauvezin@ccbl32.fr

Association Mieux vivre chez soi

Village 32320 POUYLEBON

☎ : 05 62 66 80 82

✉ : mieuxvivre32@orange.fr

CIAS Bastides de Lomagne (antenne de Cologne)

Rue Camille Catalan 32340 COLOGNE

☎ : 05 62 06 98 57

✉ : ciascologne@ccbl32.fr

CIAS Bastides de Lomagne (antenne de Saint Clar)

2, place de la Mairie 32380 SAINT CLAR

☎ : 05 62 67 83 71

✉ : ciassaintclar@ccbl32.fr

Maison des Services ADMR du Fezensac

18, rue Raynal 32190 VIC-FEZENSAC

☎ : 05 62 06 52 66

✉ : admr.fezensac@admr32.fr

Maison des Services ADMR Gers-Est

1, rue Camille Catalan 32430 COLOGNE

☎ : 05 62 05 05 31

✉ : admr.gersect@admr32.fr

Maison des Services ADMR Ténarèze Lomagne

5, chemin de Mirateau 32100 CONDOM

☎ : 05 62 28 01 62

✉ : admr.tenareze-lomagne@admr32.fr

Le temps des violettes

7, bis rue Alexandre Laffont 32500 FLEURANCE

☎ : 05 62 64 34 81

✉ : fleurance@letempsdesviolettes.fr

Service à dom

11, rue Rouget de l'Isle 32000 AUCH

☎ : 05 62 06 66 39

✉ : auch@service-a-dom.fr

ADPAM

42, rue du 8 Mai 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 04 68

✉ : condom-lectoure@adpam.asso.fr

✉ : islejournain-fleurance@adpam.asso.fr

SECTEUR DE L'ISLE JOURDAIN

ADPAM

42, rue du 8 Mai 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 04 68

✉ : islejourdain-fleurance@adpam.asso.fr

CIAS Gascogne Toulousaine

1, bis Bld es Poumadères 32600 L'ISLE-JOURDAIN

☎ : 05 31 83 00 05

✉ : brigitte.ninard@ccgascognetoulousaine.com

CIAS Coteaux Arrats Gimone

85, rue nationale 32200 GIMONT

☎ : 05 62 67 10 18

✉ : cias@ciascag.fr

CCAS Lombez

Place de l'hôtel de ville 32220 LOMBEZ

☎ : 05 62 06 04 63

✉ : ccas.lombez@orange.fr

CCAS de Samatan Gestes

49 rue Marcadieu 32130 SAMATAN

☎ : 05 62 07 82 73

✉ : gestes.accueil@orange.fr

Maison des Services ADMR Gers-Est

1, rue Camille Catalan 32430 COLOGNE

☎ : 05 62 05 05 31

✉ : admr.gerrest@admr32.fr

COTIDIE

30, bis avenue Charles de Gaulle 32600 L'ISLE JOURDAIN

☎ : 05 62 64 04 68

✉ : agence@cotidie.fr

Service à dom

16, rue de la République 32600 L'ISLE JOURDAIN

Tél. : 05 62 63 99 87

✉ : islejourdain@service-a-dom.fr

Association Mieux vivre chez soi

Village 32320 POUYLEBON

☎ : 05 62 66 80 82

✉ : mieuxvivre32@orange.fr

SECTEUR DE MIRANDE

CIAS Astarac Arros en Gascogne

La Gravière 32300 IDRAC RESPAILLES

☎ : 05 62 66 82 35

✉ : cias.saad@cdcaag.fr

CIAS Cœur d'Astarac en Gascogne

1, rue des Genêts 32300 MIRANDE

☎ : 05 62 66 86 41

✉ : cias@coeur-dastarac.fr

CIAS Bastides et Vallons du Gers

Route du Lac 32230 MARCIAC

☎ : 05 62 08 25 06

✉ : cias@ccbvq.fr

CIAS Val de Gers

1, place Carnot BP 14 32260 SEISSAN

☎ : 05 62 05 12 00

✉ : domicile@cc-valdegers.fr

Association ADOM - TRAIT D'UNION

16, rue des Pyrénées 32160 PLAISANCE DU GERS

☎ : 05 62 69 16 62

✉ : accueil@adomtraitdunion.fr

Maison des Services ADMR Gers Ouest

4, place Alsace Lorraine 32110 NOGARO

☎ : 05 32 09 46 14

✉ : admr.gersouest@admr32.fr

Maison des Services ADMR de Fezensac

18, rue Raynal 32190 VIC-FEZENSAC

☎ : 05 62 06 52 66

✉ : admr.fezensac@admr32.fr

Association Mieux vivre chez soi

Village 32320 POUYLEBON

☎ : 05 62 66 80 82

✉ : mieuxvivre32@orange.fr

Maison des Services ADMR Gers-Est

1, rue Camille Catalan 32430 COLOGNE

☎ : 05 62 05 05 31

✉ : admr.gerrest@admr32.fr

SECTEUR DE MIRANDE

Service à dom

11, rue rouget de l'Isle 32000 AUCH

☎ : 05 62 06 66 39

✉ : auch@service-a-dom.fr

ADPAM

42, rue du 8 Mai 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 04 68

✉ : auch-vic@adpam.asso.fr

SECTEUR DE NOGARO

CCAS et SAAD Le Houga

13, rue principale 32460 LE HOUGA

☎ : 05 82 83 71 43

✉ : ccas.saad.lehouga@orange.fr

Association Izaute et Midour

Rue Nationale 32110 NOGARO

☎ : 05 62 69 32 06

✉ : izaute.midour.association@wanadoo.fr

CIAS Armagnac Adour

Place du Colonel Parisot 32290 AIGNAN

☎ : 05 62 03 73 38

✉ : saadarmagnacadour@orange.fr

Maison des Services ADMR Gers Ouest

4, place Alsace Lorraine 32110 NOGARO

☎ : 05 32 09 46 14

✉ : admr.gersouest@admr32.fr

CIAS Aire sur Adour

16, Rue Général Labat 40800 AIRE SUR L'ADOUR

☎ : 05 58 71 41 00

✉ : sad@ciasairesuradour.fr

Maison des Services ADMR de Fezensac

18, rue Raynal 32190 VIC-FEZENSAC

☎ : 05 62 06 52 66

✉ : admr.fezensac@admr32.fr

Association ADOM - TRAIT D'UNION

Rue des Pyrénées 32160 PLAISANCE DU GERS

☎ : 05 62 69 16 62

✉ : accueil@adomtraitdunion.fr

Rue Duc de Bouillon 32290 AIGNAN

☎ : 05 62 08 55 17

✉ : aignan@adomtraitdunion.fr

Maison des Services ADMR Pôle Armagnac

19, Bld Charles de Gaulle 32800 EAUZE

☎ : 05 62 69 10 98

✉ : admr.polearmagnac@admr32.fr

ADPAM

42, rue du 8 Mai 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 04 68

✉ : auch-vic@adpam.asso.fr

Association Mieux vivre chez soi

Village 32320 POUYLEBON

☎ : 05 62 66 80 82

✉ : mieuxvivre32@orange.fr

Portage de repas

SECTEUR D'AUCH

Les Jardins d'Iroise

Avenue de l'Yser 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 17 24 24

✉ : iroise.auch@iroisebellevie.com

CIAS Grand Auch Cœur de Gascogne

Rue Pasteur 32000 AUCH

☎ : 05.62.60.60.10

: pascale.biffi@cias.grand-auch.fr

La Hournère

Route de Lahitte 32270 MARSAN

☎ : 05 62 65 62 68

✉ : contact@lahournere.com

SECTEUR DE CONDOM

Cuisine centrale du CIAS Ténarèze

rue Aristide Briand 32100 CONDOM

☎ : 05 62 68 17 36

✉ : s.pelerin@condom.org

CIAS Du Grand Armagnac

Bld Saint Blancat 32800 EAUZE

☎ : 05 32 66 00 66

✉ : centre@ciasga32.fr

Iroise Repas 32

avenue de l'Yser 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 17 24

✉ : iroise.auch@iroisebellevie.com

SECTEUR DE FLEURANCE

Iroise Repas 32

Avenue de l'Yser 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 17 24

✉ : iroise.auch@iroisebellevie.com

EPS Lomagne

Rue Saint-Laurent 32500 FLEURANCE

☎ : 05 62 64 20 15

Maison des Services Publics (MSAP)

2 cours Gambetta 32700 LECTOURE

☎ : 05 62 68 77 88

✉ : ccas.accueil@mairie-lectoure.fr

CIAS Bastides de Lomagne

2 place de la Mairie 32380 SAINT CLAR

☎ : 05 62 07 99 73

✉ : cias@ccbl32.fr

Centre Hospitalier de Gimont

BP 25 32201 GIMONT

☎ : 05 62 67 26 00

SECTEUR DE L'ISLE JOURDAIN

Centre Hospitalier de Gimont

BP 25 32201 GIMONT

☎: 05 62 67 26 00

Centre hospitalier de Samatan-Lombez

Chemin des religieuses 32220 LOMBEZ

☎: 05 62 62 07 95

Commune de Pujaudran

Mairie 32600 PUJAUDRAN

☎: 05 62 07 40 19

Iroise Repas 32

Avenue de l'Yser 32000 AUCH

☎: 05 62 60 17 24

✉: iroise.auch@iroisebellevie.com

CCAS de Samatan Gestes

49 rue Marcadieu 32130 SAMATAN

☎: 05 62 07 82 73

✉: gestes.accueil@orange.fr

SECTEUR DE MIRANDE

CIAS Astarac Arros en Gascogne

La Gravière 32300 IDRAC RESPAILLES

☎: 05 62 66 82 35

✉: cias.saad@cdcaag.fr

CIAS Cœur d'Astarac en Gascogne

1, rue des Genêts 32300 MIRANDE

☎: 05 62 66 86 411

✉: cias@coeur-dastarac.fr

Association Adom Trait d'Union

6, rue des Pyrénées 32160 PLAISANCE DU GERS

☎: 05 62 69 16 6216

✉: accueil@adomtraitdunion.fr

CIAS Val de Gers

1, place Carnot BP 14 32260 SEISSAN

☎: 05 62 05 99 64

✉: domicile@cc-valdegers.fr

Foyer Restaurant de Masseube

Mairie – Ancien couvent 32140 MASSEUBE

☎: 05 62 66 17 54

Iroise Repas 32

24 avenue de l'Yser 32000 AUCH

☎: 05 62 60 17 24

✉: iroise.auch@iroisebellevie.com

SECTEUR DE NOGARO

Communauté des Communes d'Aire sur l'Adour

ZAC de Peyres Rte de Classun 40800 AIRE SUR ADOUR

☎: 05 58 71 93 52

✉: cuisine.centrale@cdcaire.org

Association Izaute et Midour

Rue Nationale 32110 NOGARO

☎: 05 62 69 32 06 77

✉: izaute.midour.association@wanadoo.fr

Adom Trait d'Union

Rue des Pyrénées 32160 PLAISANCE DU GERS

☎: 05 62 69 16 62 16

✉: accueil@adomtraitdunion.fr

ESAT Les Charmettes

Complexe Les Charmettes 32400 SAINT MONT

☎: 05 62 69 93 25

✉: accueil.charmettes@apajh.asso.fr

EHPAD Château Fleuri

9 rue du Château 32190 VIC-FEZENSAC

☎: 05 62 06 38 84

✉: chateaufleuri@wanadoo.fr

Dispositifs d'accompagnement et de répit

Sur le département

Plateforme de Répit Relais Cajou

44 rue du 8 mai 32000 AUCH

☎ : 05.62.60.89.20

✉ : relaiscajou.auch@mutualite-francoise-gers.fr

« Temps libéré », Relais Cajou

44 rue du 8 mai 32000 AUCH

☎ : 05.62.60.89.20

✉ : relaiscajou.auch@mutualite-francoise-gers.fr

« Temps Libéré », CIAS d'AUCH

6 rue Montaigne, 32000 AUCH

☎ : 05.62.60.61.40

« Temps Libéré », ADPAM de CONDOM

16 av des anciens Combattants, 32100 CONDOM

☎ : 05.62.60.04.68

✉ : condom-lecture@adpam.asso.fr

Plateforme de répit, Relais de Lomagne

Route du Tané 32700 LECTOURE Cedex

☎ : 05.62.64.21.42

✉ : pfr@epslomagne.fr

« Temps libéré », EPS Lomagne

route de Tané, 32700 LECTOURE Cedex

☎ : 05.62.64.21.42

✉ : pfr@epslomagne.fr

Halte d'accueil

Sur le département

Halte d'accueil du CIAS du Grand Auch

6, rue Montaigne 32000 AUCH

☎ : 05 62 60 61 58

Halte répit-détente Alzheimer Croix Rouge

16 avenue Elysée Duffréchou 32140 MASSEUBE

☎ : 06.71.75.32.28

Halte de répit de l'ADPAM Gers

Bâtiment « Le Trait d'Union » - Rue du Puits -
32100 CONDOM

☎ : 05.62.60.04.68

Plateforme d'accompagnement et de répit de l'EPS de Lomagne

route de Tané, 32700 LECTOURE Cedex

☎ : 05.62.64.21.42

✉ : pfr@epslomagne.fr

Accueil de Jour

Sur le département

Accueil de Jour thérapeutique Relais Cajou

44 rue du 8 mai 32000 AUCH

☎ : **05.62.60.89.20**

✉ : relaiscajou.auch@mutualite-francoise-gers.fr

Accueil de jour : EHPAD LA Ténarèze

32 rue Aristide Briand, 32100 CONDOM

☎ : **05.81.68.00.59**

✉ : direction.ehpad@cias-tenareze.fr

Accueil de jour itinérant : centre hospitalier de Nogaro

1 av des Pyrénées, 321100 NOGARO

☎ : **05.62.08.85.00**

✉ : accueil-jour@hopital-nogaro.fr

Accueil de jour du centre hospitalier de Gimont

19 rue de la 1ere Armée Française Rhin et Danube BP 25, 32201 GIMONT

☎ : **05.62.67.25.25**

✉ : accueildejour@hopital-gimont.fr

Accueil de jour : établissement d'hébergement temporaire de MONTAUT

Au Village, 32300 MONTAUT D'ASTARAC

☎ : **05.62.64.27.93**

✉ : cias.ehtm@cdcaag.fr

Accueil de jour EHPAD Olivier Darblade

18 rue du Général Labat, 40800 Aire sur l'Adour

☎ : **05.58.71.41.00**

✉ : contact@ciasairesuradour.fr

Accueil de jour EPS de Lomagne

rue St Laurent CS, 32502 Fleurance Cedex

☎ : **05.62.64.21.42**

✉ : contact@epslomagne.fr

Accueil de jour itinérant Val d'Adour Gersois

228 chemin des Carrières, 32400 RISCLE

☎ : **05.62.69.72.21**

✉ : residence-beladour@orange.fr

Séjours de vacances

Sur le département

France Alzheimer Gers

56 av des Pyrénées, 32000 AUCH

☎ : **05.62.05.24.52**

✉ : francealzheimergascogne@orange.fr

L'AFM Téléthon (Vacances répit Familles)

13 Les Hauts de Cagnan, 32230 MARCIAC

☎ : **05.62.09.45.83**

✉ : delegation32@aafm-telethon.fr

L'Association de Vacances de la Mutualité Agricole :

www.avma-vacances.fr

Ma Boussole Aïdants :

www.maboussoleaidants.fr

Fondation Les Petits Frères des Pauvres

19 cité Voltaire, 75011 PARIS

☎ : **01.49.23.14.15**

ANCV Séniors en vacances :

☎ : **09.67.32.06.16**

Jeunes aidants Occitanie :

☎ : **06.50.36.64.77**

✉ : jeunes.aidantsoccitanie@gmail.com

Village Répit Famille (VRF)

☎ : **05.57.88.58.85**

✉ : contact@vrf.fr

Hébergement temporaire

Sur le département

Établissement d'hébergement temporaire de
MONTAUT D'ASTARAC

☎ : 05.62.64.27.93

EHPAD Olivier Darblade, AIRE SUR ADOUR

☎ : 05.58.71.41.00

EHPAD Le Clos d'Armagnac, CAZAUBON

☎ : 05.62.08.84.80

EHPAD Résidence Alliance, COLOGNE

☎ : 05.6.06.74.74

EHPAD Résidence Elusa, EAUZE

☎ : 05.62.09.82.14

EHPAD Cadéot, FLEURANCE

☎ : 05.62.64.20.00

EHPAD du Tané, LECTOURE

☎ : 05.62.64.20.00

EHPAD Les Milles soleils, MARCIAC

☎ : 05.62.09.39.73

EHPAD Val de Gers, MASSEUBE

☎ : 05.62.59.33.00

EHPAD La Bastide d'Albret, MAUVEZIN

☎ : 05.62.70.16.61

EHPAD Cité St Joseph, PLAISANCE

☎ : 05.62.69.49.49

EHPAD Bel Adour, RISCLE

☎ : 05.62.69.72.21

EHPAD Vic Fezensac, VIC FEZENSAC

☎ : 05.62.64.49.00

EHPAD Les Jardins d'AGAPE, AUCH

☎ : 05.62.63.74.70



AIDES FINANCIÈRES ET JURIDIQUES

Afin de faciliter la mise en œuvre de l'accompagnement de votre proche ainsi que sa prise en charge, des aides financières existent sous conditions. Des dispositifs visant à protéger ses intérêts tout en allégeant votre charge d'aidant peuvent aussi être actionnés.

Aides financières

Des aides sont possibles pour aider au financement des interventions en faveur du maintien à domicile :

Du Conseil Départemental

- **L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)** (GIR 1 à GIR 4): aide financière contribuant au financement de la prise en charge de la dépendance de la personne aidée de plus de 60 ans. Elle est accordée aux personnes qui nécessitent un besoin d'aide pour l'accomplissement des actes essentiels de la vie quotidienne ou dont l'état de santé nécessite une surveillance régulière. Dans le cadre de l'APA, deux droits peuvent être activés :
- **L'aide au répit** : qui permet à l'aidant un temps de repos dans son activité d'accompagnement.
- **Le relais** : en cas d'hospitalisation de courte durée de l'aidant indispensable.

Ces aides sont soumises à participation du bénéficiaire

Pour obtenir ces aides, la demande est à adresser à :

Service Prestations autonomie

81 route de Pessan 32000 AUCH

05.62.67.44.33

www.gers.fr

- **L'aide sociale ménagère** à domicile est une prestation légale en nature accordée, sous conditions de ressources, aux personnes nécessitant le besoin d'une assistance pour les tâches quotidiennes et qui se trouvent dans l'impossibilité de bénéficier d'une aide de la part de leur entourage. L'aide est accordée aux personnes dont les ressources sont inférieures ou égales à l'allocation de solidarité personne âgée (ASPA). L'aide-ménagère est effectuée par des services prestataires d'aide à domicile autorisés, habilités par le Président du Conseil départemental.

Pour plus d'information, contacter :

Service Prestations autonomie
81 route de Pessan 32000 AUCH

05.62.67.42.32

www.gers.fr

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93

Des caisses de retraites principales et complémentaires ainsi que des mutuelles

Si votre proche n'est pas éligible à l'APA (si sa dépendance est de niveau GIR 5 ou 6), il peut prétendre, sous conditions, à une aide de la part de sa caisse de retraite.

Des aides en faveur du maintien à domicile peuvent être accordées par les caisses de retraite (CARSAT, MSA...) mutuelles de votre proche afin de l'aider dans la vie quotidienne et donc de faciliter votre accompagnement.

Elles peuvent également octroyer des aides financières à caractère exceptionnel pour le logement, l'appareillage, les aides au répit (etc...).

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93

Du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS ou CIAS)

Il s'agit d'un service administratif porté par les communes dont les rôles sont d'informer, d'aider dans les démarches, d'animer des actions de prévention sociale... Il peut également sous certaines conditions apporter une aide financière exceptionnelle.

En savoir plus ?

Rapprochez-vous de votre commune ou intercommunalité.

De la Caisse d'Allocations Familiales (CAF) ou de la MSA

De nombreuses situations de vie donnent droit à des aides financières par la CAF ou la MSA. Ces aides peuvent concerner le logement, le handicap ou une situation de vie difficile.

En savoir plus ?

Contactez :

La CAF : 11, rue Châteaudun 32000 AUCH 3230

www.caf.fr

32 30

La MSA : 1, place Maréchal Lannes 32000 AUCH

www.msa-mps.fr

05.61.10.40.40

Les aides pour l'aménagement du logement à partir de 60 ans

Adapter le logement aux nouveaux besoins de son occupant favorise le maintien à domicile, facilite l'accompagnement de l'aidant ainsi que les interventions des professionnels.

Des financements peuvent être sollicités.

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93

Les aides à l'acquisition des aides techniques

L'aide technique est un matériel ou équipement conçu pour compenser une limitation d'activité liée à la perte d'autonomie. Exemple : chaise de douche, barre d'appui, rampe, pupitre de lecture...

- Si la personne aidée est affiliée à la caisse de retraite complémentaire du groupe AGIRC ARRCO (à partir de 75 ans), la personne peut bénéficier d'un bilan par un ergothérapeute et d'aides financières selon des conditions de ressources ;
- Si elle dépend de la caisse de retraite du régime général (CARSAT), elle peut solliciter le forfait prévention comprenant des aides relatives au cadre de vie et à la sécurité au domicile ;
- Si elle perçoit l'APA, elle peut obtenir une aide pour financer certains outils spécifiques, sous conditions de ressources ;
- La Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie peut, sous conditions de ressources, participer au financement de matériel favorisant le maintien à domicile ;
- Le dispositif FACILIT'MA VIE 32 peut être saisi par un professionnel (social, médico-social ou sanitaire) pour tout gersois de 60 ans et + ne bénéficiant pas d'un autre dispositif : FACILIT'MA VIE 32 permet l'accès à un bilan gratuit en ergothérapie et un accompagnement jusqu'à la prise en mains effective.

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93

Une aide pour financer un accueil temporaire en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes

L'aide sociale à l'hébergement, soumise à conditions, a vocation à couvrir en partie ou en totalité la prise en charge des frais en établissement des personnes âgées ne disposant pas de ressources suffisantes pour s'acquitter des frais d'hébergement.

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93

www.gers.fr

Aide au répit des aidants sur de l'accueil de jour ou de l'hébergement temporaire

Certaines caisses de retraite apportent un soutien financier.

Rapprochez-vous de la caisse de retraite de votre proche.

La MSA verse, sous conditions de ressources et dans la mesure où la personne aidée est retraitée du régime agricole, une aide annuelle de 900 € pour favoriser le répit des aidants familiaux.

La protection du proche, un soutien pour l'aidant

Ces mesures sont destinées à protéger une personne et/ou tout ou partie de son patrimoine si elle n'a plus les capacités de le faire seule.

Ces dispositions peuvent contribuer également à faciliter votre rôle d'aidant, notamment en termes de gestion administrative et financière.

Une alternative avant une mesure de protection juridique : être personne de confiance

Cette disposition permet :

- D'accompagner votre proche dans les démarches et de l'assister lors de ses rendez-vous médicaux ;
- D'être consulté par les médecins pour rendre compte de ses volontés s'il n'est pas en mesure d'être lui-même consulté.

Comment ?

La personne de confiance peut être toute personne de l'entourage (parent, proche, médecin traitant) en qui l'aidé a confiance et qui accepte de jouer ce rôle. Sa désignation peut se faire sur papier libre.

Protections juridiques

Quand un proche n'est plus en capacité de veiller seul à la défense de ses intérêts ou d'accomplir les formalités quotidiennes (factures, déclaration d'impôts, ...), il est possible de le protéger juridiquement.

Cette protection est aussi une garantie contre d'éventuels abus de faiblesse de la part de tiers malveillants.

Qui peut en faire la demande ?

- La personne à protéger elle-même
- La personne avec qui elle vit en couple (époux, partenaire d'un PACS, concubin...)
- Un parent (frère, enfant...) ou un allié (beau-frère, belle-mère...)
- Un proche entretenant des liens étroits et stables avec la personne à protéger
- La personne qui exerce déjà sa mesure de protection juridique (mandataire judiciaire, curateur...)
- Le Procureur de la République.

A qui adresser la demande ?

Il faut saisir par lettre simple le Juge des tutelles du Tribunal d'Instance du lieu de résidence de la personne à protéger.

En savoir plus ?

Tribunal d'Instance

4, place du Maréchal Lannes 32008 AUCH

www.service-public.fr

05.62.67.66.99

L'habilitation familiale

Lorsque le contrôle d'un juge n'apparaît pas nécessaire, l'habilitation familiale permet à un membre de la famille proche de représenter la personne vulnérable et de réaliser, en son nom, certains actes. Elle peut être générale ou limitée. La demande d'habilitation doit être faite auprès du juge des tutelles. Elle est accordée pour 10 ans renouvelables.

Le mandat de protection future

Il permet de désigner par avance et en toute lucidité la ou les personnes de confiance (enfant, parent, ami, ...) chargée(s) de veiller sur elle et/ou sur tout ou partie de son patrimoine, le jour où la personne aidée rencontrera une altération de ses facultés. Le mandant (la future personne assistée), de tout âge, peut choisir à l'avance l'étendue des pouvoirs alloués au mandataire (celui qui l'assistera) : conditions d'hébergement, maintien des relations sociales et familiales, loisirs...

La sauvegarde de justice

C'est une mesure provisoire (1 an maximum, renouvelable 1 fois) qui permet de prendre les mesures d'urgence pour protéger sans délai une personne vulnérable dans l'attente d'une mesure plus protectrice ou dans le cas d'une altération passagère des facultés. La personne conserve l'exercice de ses droits.

La curatelle

C'est un régime d'assistance et de conseil à la personne protégée qui lui laisse la possibilité d'effectuer seule certains actes. Il existe plusieurs niveaux de curatelle (simple, renforcée, aménagée) en fonction du degré d'autonomie. Le niveau de protection est déterminé par le juge.

La tutelle

C'est le régime le plus contraignant : elle intervient suite à une altération définitive des facultés mentales et/ou physiques empêchant la personne d'exercer ses propres obligations. Une expertise médicale l'attestant, la personne est déclarée en incapacité par le juge pour ce qui concerne la gestion de son patrimoine et les actes de la vie civile.

En complément de ces dispositions juridiques, toute personne majeure peut 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.

En savoir plus ?

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





DROITS DE L'AIDANT

Congés et allocations

Pensés pour vous permettre de réduire votre activité professionnelle, ils représentent des moyens supplémentaires pour organiser votre rôle d'aidant au plus près de vos besoins et de ceux de votre proche.

Le congé de solidarité familiale

Il s'adresse à tout salarié dont un ascendant, un descendant, un frère ou une sœur ou une personne partageant le domicile souffre d'une pathologie mettant en jeu le pronostic vital ou se trouve en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable, quelle qu'en soit la cause. Ce droit bénéficie de la même façon au salarié ayant été désigné personne de confiance.

Comment ?

Le salarié informe son employeur au moins 15 jours avant le début du congé :

- par lettre ou courrier électronique recommandé, de sa volonté de suspendre son contrat de travail pour bénéficier de ce congé: il indique la date de départ en congé et sa volonté de fractionner ou non ce congé.
- avec un certificat médical établi par le médecin traitant de la personne que le salarié souhaite assister.

Caractéristiques

Mise en place rapide, durée de 3 mois fractionnable, renouvelable. L'employeur ne peut le refuser. Le congé n'est pas rémunéré mais le salarié peut bénéficier d'une allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie (AJAP) versée par l'Assurance maladie.

Le congé de proche aidant

Il permet de cesser son activité ou de la réduire pour une durée maximale de 3 mois (renouvelable sans pouvoir dépasser 1 an sur l'ensemble de sa carrière) pour tout salarié souhaitant interrompre son activité professionnelle pour s'occuper d'une personne présentant une perte d'autonomie d'une particulière gravité.

Comment ?

Le salarié informe son employeur au moins un mois avant le début du congé :

- Par lettre ou courrier électronique informant de sa volonté de suspendre son contrat de travail pour bénéficier d'un congé de proche aidant : il indique la date de départ en congé et sa volonté de fractionner ou non ce congé.
- Avec une déclaration sur l'honneur soit du lien familial soit de l'aide apportée.

Caractéristiques

L'aidant doit être le conjoint, l'ascendant, le descendant, un collatéral jusqu'au 4^{ème} degré. L'employeur ne peut refuser.

L'allocation journalière du proche aidant

C'est une prestation versée aux personnes qui arrêtent de travailler ponctuellement ou réduisent leur activité pour s'occuper d'un proche en perte d'autonomie d'une particulière gravité.

Comment ?

La demande s'effectue auprès de la CAF ou de la MSA.

Caractéristiques

Un lien étroit doit exister entre l'aidant et l'aidé qui doit avoir un degré de dépendance évalué dans le GIR 1 à 3. Elle est versée dans la limite de 66 jours sur toute la carrière, fractionnables.

L'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie

Une aide financière destinée aux personnes qui accompagnent un proche en fin de vie et qui ont décidé de suspendre ou de réduire leur activité professionnelle pour rester auprès de leur proche.

Comment ?

Le salarié doit fournir une attestation remplie par l'employeur précisant qu'il bénéficie d'un congé de solidarité. Remplir le formulaire « demande d'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie » disponible sur le site du ministère de la Santé.

La demande doit être envoyée au Centre National de gestion des demandes d'allocations journalières d'accompagnement d'une personne en fin de vie (CNAJAP) : Rue Marcel Brunet, BP 109, 23014 GUERET Cedex.

En l'absence de réponse pendant plus de 7 jours, l'AJAP est accordée.

Caractéristiques

L'accompagnement doit être fait à domicile et non à l'hôpital. Il donne droit à 21 jours d'allocation journalière, fractionnables et pouvant être partagés entre plusieurs personnes.

Elle est versée pendant une période maximale de 21 jours ou 42 si le salarié est à temps partiel.

En Savoir plus ?

Contacter le **CLIC** au

05.62.67.40.93

et retrouver toutes les informations sur

- www.service-public.fr

Être aidant salarié

Il s'agit d'établir un contrat de travail classique en remplissant les démarches auprès de l'URSSAF. L'aidant salarié ne peut être ni l'époux ni le conjoint ni le cohabitant.

Comment ?

La démarche s'effectue en ligne via le site CESU. La personne dépendante doit être déclarée comme employeur auprès de l'URSSAF. Elle recevra son numéro d'immatriculation et ses identifiants nécessaires à chaque déclaration mensuelle. Il est ensuite possible de se déclarer comme aidant familial salarié sur le site CESU: cette démarche correspond à la déclaration d'embauche.

Caractéristiques

Il s'agit d'un contrat de travail avec ce que cela implique de droits et devoirs réciproques. L'employeur bénéficie d'avantages fiscaux et d'une exonération des cotisations patronales à compter de ses 70 ans.

En savoir plus ?

Contactez le **CLIC** au

05.62.67.40.93

et retrouver toutes les informations sur

www.service-public.fr et le site

www.cesu.urssaf.fr.

www.particulieremploi.fr





ACTIONS EN FAVEUR DES AIDANTS

La formation

Les aidants se retrouvent souvent seuls à s'occuper de leurs proches et doivent réaliser un certain nombre de tâches qui nécessitent des savoirs-être et savoir-faire particuliers (connaissances du secteur médico-social et des solutions de répit, apprentissage de certains gestes, de ses propres limites, gestion de ses émotions...).

Pour les aider, il existe des ateliers de sensibilisation et de formation qui visent à améliorer la relation aidant-aidé et l'autodétermination des aidants, permettant de :

- Se reconnaître en tant qu'aidant
- Être en capacité d'évaluer ses propres besoins et attentes
- Prendre soin de sa santé (physique et psychologique) et apprendre à déléguer
- Connaître l'environnement médico-social et les solutions de répit
- Comprendre la maladie de son proche, ses conséquences et se former à certains gestes techniques
- Analyser et déconstruire les schémas de culpabilité

A qui s'adresser ?

- **L'association française des aidants** propose 6 modules de formation pour ceux qui apportent une aide régulière à des personnes en perte d'autonomie. Elle peut être suivie en distanciel.

www.formation.aidants.fr

- **L'association France Alzheimer** propose une formation pour soutenir les aidants et leur apporter des outils afin de mieux appréhender cette maladie et d'autres, apparentées. Une formation en distanciel est disponible nationalement et l'antenne départementale en propose une en présentiel, 1 à 2 fois par an sur chaque secteur (Auch/ Condom/ Gimont/ Lectoure/ Mirande/ Nogaro/ Vic Fezensac).

France Alzheimer Gers
56, avenue des Pyrénées 32000 AUCH
francealzheimergascogne@orange.fr
www.francealzheimer.org

05.62.05.24.52

- **Savoir Etre Aidant** : formation gratuite et ouverte à tous dont l'objectif est de permettre une meilleure compréhension des enjeux du vieillissement et du rôle des aidants.

www.savoiretaindant.fr

contact@savoiretaindant.fr

Actions collectives et individuelles

Diverses actions sont également organisées par les acteurs locaux. Elles offrent de nombreux bénéfices (thèmes variés) et contribuent également à prévenir le risque d'isolement et d'épuisement des aidants.

- **La médiation familiale** propose aux membres de la famille qui vivent une situation de rupture ou de tensions de se rencontrer en présence d'un tiers qualifié, neutre et impartial pour rétablir un dialogue et rechercher des solutions concrètes.

En savoir plus ?

Centre de Médiation Familiale du Gers
4 rue Leconte de Lisle, 1er étage
32000 Auch
contact@cmfg.fr

05.62.60.26.97

CIDFF 32
Place de l'Ancien Foirail
32000 AUCH
accueilcidff32@orange.fr

05.62.63.40.75

UDAF 32
9 rue Edouard Lartet
32000 AUCH
accueil@udaf32.fr

05.62.61.52.63

- **La plateforme de répit : Cafés- Mémoire, aidants-aidés** ». 1 séance par mois de deux heures dans un café animé par un psychologue et un bénévole formé.
Lieux :

- ⇒ Auch
- ⇒ Condom
- ⇒ Lectoure
- ⇒ Mirande

En savoir plus ?

Contactez les plateformes de répit [p21](#)

- **Les Cafés Mémoires de France Alzheimer**: l'association en organise régulièrement toute au long de l'année dans le département. Il n'est pas nécessaire d'être orienté par une plateforme de répit. 1 séance par mois de deux heures dans un café animé par un psychologue et un bénévole formé.

En savoir plus ?

France Alzheimer Gers
56, avenue des Pyrénées 32000 AUCH
francealzheimergascogne@orange.fr

05.62.05.24.52

- **Actions sur le territoire en faveur des aidants:** soutien aux aidants, projets financés par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du Gers (notamment les Parcours de Prévention avec des ateliers gratuits).

En savoir plus ?

Contacter le Service d'Information et de Coordination de l'Autonomie (SICA) au :

05.62.67.40.93

- Dispositif de soutien psycho social individuel et ponctuel en faveur des aidants par la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie du Gers: entretiens gratuits avec un psychologue à domicile ou en cabinet.

En savoir plus ?

Contacter le SICA au :

05.62.67.40.93

- **France Alzheimer Gers :** entretiens individuels psychologiques. 3 entretiens individuels par an avec une psychologue.
Lieux :

- ⇒ Auch
- ⇒ Condom
- ⇒ Gimont
- ⇒ Lectoure
- ⇒ Mirande
- ⇒ Nogaro
- ⇒ Vic Fezensac.

56, avenue des Pyrénées 32000 AUCH

05.62.05.24.52

- **Allo, j'aide un proche (Occitanie) :** créé dans le cadre du Plan National des Maladies Neuro -dégénératives, ce dispositif téléphonique a pour but de prévenir les risques d'épuisement, de favoriser le maintien à domicile et d'accompagner les familles lors de moments de crise en apportant une aide psychologique.

7 jr/ 7 entre 18h et 22h au

0806 806 830

(coût d'un appel local)

allojaideunproche@gmail.com

En savoir plus ?

Contacter le CLIC au

05.62.67.40.93





SANTÉ

Votre santé

Etre aidant entraîne des conséquences psychiques (stress, anxiété), sociales (réduction du temps de loisirs, moins de relations sociales) ou encore corporelles (fatigue, maladie). On constate pour 56% des aidants un état de santé affecté. Pour exemple, 18% des aidants ont renoncé à des soins au cours des 18 derniers mois.

Où en êtes-vous dans votre rôle d'aidant ?

Faites le test qui suit : vous serez certainement étonné de votre niveau d'investissement.

Test de ressenti :

Depuis que vous êtes aidant :

1. Avez-vous des difficultés en lien avec le sommeil ?	Plutôt oui	Plutôt non
2. Avez-vous des difficultés alimentaires ?	Plutôt oui	Plutôt non
3. Avez-vous été obligé(e) de renoncer		
⇒ À des activités de loisirs ?	oui	non
⇒ À des vacances ?	oui	non
⇒ À des sorties ?	oui	non
⇒ À des projets ?	oui	non
4. Vous sentez vous fatigué ?	Plutôt oui	Plutôt non
5. Vous sentez vous anxieux ou inquiet ?	Plutôt oui	Plutôt non
6. Consommez-vous plus de médicaments ?	Plutôt oui	Plutôt non
7. Ressentez-vous une baisse de votre seuil de tolérance face à la charge qui vous incombe ? Vous sentez vous irritable ?	Plutôt oui	Plutôt non
8. Avez-vous d'autres contacts que ceux avec le proche aidé ?	Plutôt oui	Plutôt non
9. Vous sentez vous coupable de ne pas en faire assez ?	Plutôt oui	Plutôt non

Tous ces facteurs peuvent fragiliser votre équilibre et avoir des répercussions sur votre santé : il apparaît primordial de veiller à vos propres besoins physiques, psychiques et sociaux pour préserver votre capital santé.

Si vous avez répondu majoritairement « Plutôt oui », vous êtes en situation d'épuisement. Il serait opportun d'en parler : différents professionnels (CLIC, médecins...) peuvent être à votre écoute tant sur votre rôle d'aidant que sur vos propres besoins : santé, vie sociale...

Comment prendre soin de votre santé ?

Accompagner un proche âgé, malade ou en situation de handicap peut être une aventure riche humainement, mais elle peut également vous fragiliser. Tout le monde parle de santé, de bien-être et de l'importance de faire attention à soi. Mais lorsque l'on est aidant c'est plus facile à dire qu'à vivre au quotidien ! Souvent le temps et l'énergie manquent pour prendre soin de soi.

→ Conserver une vie sociale

Maintenir les relations avec vos amis, collègues et famille permet non seulement de ne pas être réduit à votre seule fonction d'aidant mais aussi de vous assurer un temps et un espace qui vous soient dédiés : ainsi cela permet de limiter les effets du stress et de pallier la survenue de l'isolement qui vous fragiliserait.

Comment ?

- Avant de prendre du temps pour vous, il est primordial que votre proche soit accompagné par des professionnels en qui vous avez confiance pour que vous puissiez vous autoriser à vous absenter.
- Organiser, planifier vos sorties et liens avec l'extérieur : ritualiser ces moments favorisera le repérage de votre proche et permettra que vous sachiez que ces moments de relâchement sont prévus dans la semaine.

→ Pratiquer une activité physique

Il s'agit de tous les mouvements du corps qui entraînent une dépense énergétique. Le sport en fait partie mais pas seulement : le bricolage, jardinage ou encore la marche sont des activités physiques favorisant une meilleure santé. Au-delà de permettre un moment de répit, en pratiquer apporte détente et bien-être dont vous avez certainement besoin. S'ajoutent évidemment les bienfaits physiologiques qui contribuent à préserver votre capital santé.

Comment retrouver le goût d'une activité physique ?

- Choisir une activité qui vous fasse plaisir ;
- Rapprochez-vous de votre mairie qui vous informera des activités disponibles sur votre secteur ;
- Reprendre progressivement ;
- Faire partie d'un groupe ;
- La programmer dans votre emploi du temps.

→ Conserver une bonne alimentation

Soumis au rythme et aux sollicitations de votre proche, vous pouvez oublier les besoins de votre propre corps. La fatigue s'installe parfois en altérant le goût et l'envie de bien manger. Un déséquilibre alimentaire fragilisera sans nul doute votre santé : symptômes physiques (maux de tête, fatigue, blessures, carences...) et psychiques (irritabilité, défaut de concentration...) peuvent survenir.

Comment maintenir une bonne alimentation ?

- Maintenir une régularité à table (matin/midi/soir) ;
- Rester attentif aux sensations de faim et satiété tout comme aux règles primaires de l'hygiène alimentaire ;
- Rester certain que vos propres repas sont aussi importants que ceux de votre proche.

→ Avoir un sommeil réparateur

Votre sommeil est parfois soumis à rude épreuve : coucher tardif, lever tôt, sommeil peu récupérateur tant l'attention portée à votre proche est constante. Votre santé a impérativement besoin que vous récupériez et dormiez.

Pour retrouver un sommeil de qualité, des solutions existent

- Faire lit ou chambre à part (utiliser un talkie-walkie ou un baby phone pour séniors pour entendre l'aidé si nécessaire) ;
- Consulter un médecin pour évoquer les solutions possibles et les méthodes alternatives à la prise de médicaments ;
- Aménager des rituels d'endormissement pour soi et son proche aidant (luminosité / température / ambiance sonore...).

A savoir :

Le Centre d'examens de Santé de la CPAM propose un bilan de santé complet et gratuit.

En ligne sur www.ameli.fr

Par téléphone du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 16h au

05.81.67.11.44

Centre d'examen de santé
64, boulevard Roquelaure
32012 Auch

→ Conserver une estime de soi satisfaisante

Une bonne estime de vous est indispensable à la bonne exécution des tâches que vous vous êtes fixées. Aucune relation ne doit perdurer en l'état si elle abîme votre auto-appréciation.

La relation aidant-aidé est parfois le foyer de points de crispation pour tous les deux : peuvent naître les sentiments de ne pas en faire assez, d'ingratitude, de mal faire ou encore que l'autre ne fait pas le maximum, ne s'acquitte pas de son devoir... L'abnégation totale n'est pas souhaitée, engendrant des frustrations douloureuses tant pour l'aidé que pour l'aidant. L'estime de soi est alors entamée et la fonction d'aidant est ainsi mise en péril du fait de la souffrance éprouvée.

Quelques conseils

- Disposer de moments pour soi, préserver votre intimité ;
- Exprimer son opinion même celle qui dérange, fixer des limites légitimes ;
- Solliciter les professionnels qui interviennent auprès de votre proche pour vous guider et vous aider.

Idées pratiques :

- Cette carte que l'aidant garde sur lui permet de prévenir qu'une personne peut dépendre de lui, notamment en cas d'accident.

CARTE AIDANT DÉTACHABLE :

Je suis un proche aidant :

Nom + coordonnées :


.....

J'aide un proche :

Nom + coordonnées :

Cette personne a besoin :

.....



- Cette fiche résumant l'annuaire personnel de l'aidé (services qui interviennent, coordonnées...), conservée chez l'aidé ou sur lui en extérieur, permettra une plus rapide identification des informations en cas de nécessité.

Nom Prénom :

Coordonnées :

.....

Intervenants :

.....

Autres personne de confiance :

.....

Ma pharmacie :

.....

Mes médicaments :

.....


Urgences : 15 ou 112

Mon aidant principal :

Nom Prénom :

Coordonnées :

.....



La santé de votre proche

Les interventions auprès des personnes âgées à domicile ci-dessous sont financées par l'Assurance Maladie et nécessitent une prescription médicale. Leur mise en œuvre peut également induire un allègement de votre charge d'aidant.

Services de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD)

Ils contribuent à accompagner les personnes chez elles, 7j/7 si nécessaire. Leur rôle est de prévenir la perte d'autonomie, d'éviter une hospitalisation ou de faciliter le retour à domicile après hospitalisation. Ils dispensent des soins d'hygiène et de confort. Ces services assurent également une coordination avec les autres services médicaux et paramédicaux.

Toutes les coordonnées [p53 à 54](#)

Equipe Spécialisée Alzheimer (ESA)

Elle accompagne les personnes atteintes de cette maladie et d'autres apparentées vivant à domicile. L'objectif des interventions (12 à 15 séances sur 3 mois/an) est de leur permettre de rester vivre le plus longtemps possible à domicile en préservant les capacités cognitives. L'ESA apporte aussi un soutien aux proches aidants, notamment en informant sur la pathologie et ses conséquences sur le quotidien.

Toutes les coordonnées [p55](#)

La consultation « mémoire » Centre Hospitalier d'AUCH

Les consultations « mémoire » permettent de poser un diagnostic et de faire le point sur des symptômes liés aux troubles de la mémoire. Si le médecin traitant juge que les symptômes le justifient, il peut orienter son patient vers cette consultation pluridisciplinaire : plusieurs professionnels de santé y participent ensemble (neurologue, neuropsychologue, gériatre, infirmière ou orthophoniste).

Il est nécessaire de s'adresser au médecin de votre proche.

Accueil de géronto-psychiatrie du Centre Hospitalier Spécialisé du Gers

Il permet la prise en charge adaptée de personnes âgées souffrant de pathologies psychiatriques.

Il est nécessaire de s'adresser au médecin de votre proche.

Hospitalisation à Domicile (HAD)

Elle permet d'assurer au domicile des soins médicaux et paramédicaux importants pour une période limitée mais renouvelable sous conditions.

Il est nécessaire de s'adresser au médecin de votre proche.

La fin de vie

■ Votre proche est en fin de vie et vous avez besoin d'être accompagné.

Soins palliatifs

Ces soins ne visent que le confort du malade, souvent en phase de fin de vie. L'objectif est de prévenir et de soulager les douleurs physiques, les symptômes inconfortables ou encore la souffrance psychologique.

Il est nécessaire de s'adresser au médecin de votre proche.

Pour les personnes endeuillées

Association des conjoints survivants – FAVEC du GERS

9 rue Edouard Lartet 32000 AUCH

05.62.61.52.50

Des aides financières existent pour vous accompagner lors du décès d'un proche et/ou dans la prise en charge des obsèques.

En savoir plus ? Rapprochez-vous de la CPAM ou de votre caisse de retraite.

Service de soins infirmiers à domicile

SECTEUR D'AUCH

SSIAD du CIAS Grand Auch Cœur de Gascogne

Rue Pasteur 32000 AUCH

☎: 05 62 60 61 55

✉: ssiad@cias.grand-auch.fr

SSIAD du CIAS de la Ténarèze

15, bis avenue de Toro 32100 CONDOM

☎: 05 62 68 22 06

✉: ssiad@cias-tenareze.fr

SSIAD du centre hospitalier de Mauvezin

2, rue du Buguet 32120 MAUVEZIN

☎: 05 62 58 32 10

✉: ssiad@ch-mauvezin.fr

SSIAD de Dému

66 route de Nogaro 32190 DEMU

☎: 05 62 06 54 66

SECTEUR DE CONDOM

SSIAD du CIAS La Ténarèze

15, bis avenue de Toro 32100 CONDOM

☎: 05 62 68 22 06

✉: ssiad@cias-tenareze.fr

SSIAD de Dému

66 route de Nogaro 32190 DEMU

☎: 05 62 06 54 66

SSIAD du centre Hospitalier de Nogaro

1, Av des Pyrénées 32110 NOGARO

☎: 05 62 08 89 97

✉: idessiad@hopital-nogaro.fr

SECTEUR DE FLEURANCE

SSIAD du centre Hospitalier de Mauvezin

2, rue du Buguet 32120 MAUVEZIN

☎: 05 62 58 32 10

✉: ssiad@ch-mauvezin.fr

SSIAD de l'EPSL – site de Lectoure

EPSL EHPAD du Tané Avenue Jean Lannes 32700 LECTOURE

☎: 05 62 29 36 49

SSIAD de l'EPSL – site de Fleurance

Rue St Laurent 32500 FLEURANCE

☎: 05 62 64 21 00

SSIAD de l'EPSL – site de Saint Clar

Centre Cantoloup Lavallée

38 avenue du Général De Gaulle 32380 SAINT CLAR

☎: 05 62 66 36 90

SECTEUR DE L'ISLE JOURDAIN

SSIAD du centre hospitalier de Gimont

19, rue 1ère armée française Rhin et Danube BP 25 32201 GIMONT

☎: 05 81 67 21 78

✉: ssiad@hopital-gimont.fr

SSIAD de l'hôpital de proximité de Lombez-Samatan

1, rue des religieuses 32220 LOMBEZ

☎: 05 62 62 07 04

✉: ssiad@hopital-lombez.fr

SECTEUR DE MIRANDE

SSIAD du CIAS Grand Auch Cœur de Gascogne

Rue Pasteur 32000 AUCH

☎: 05 62 60 60 11

✉: ssiad@cias.grand-auch.fr

SSIAD ADOM TRAIT D'UNION

77, chemin de ronde 32230 Marciac

☎: 05 62 03 73 31

✉: ssiad@adomtraitdunion.fr

SSIAD du centre hospitalier de Mirande

8, avenue de Chanzy BP 52 32300 Mirande

☎: 05 62 66 88 33

✉: ssiad@ch-mirande.fr

SSIAD Croix-Rouge Française

16, rue Fernand de Monlaur 32260 SEISSAN

☎: 05 62 66 15 49

✉: ssiadpa.masseube@croix-rouge.fr

SSIAD Astarac Arros en Gascogne

Au Village 32300 MONTAUT D'ASTARAC

☎: 05 62 67 67 50

✉: cias.ssiad@cdcaag.fr

SECTEUR DE NOGARO

SSIAD du CIAS La Ténarèze

15, bis avenue de Toro 32100 CONDOM

☎: 05 62 68 22 06

✉: ssiad@cias-tenareze.fr

SSIAD ADOM TRAIT D'UNION

77, chemin de ronde 32230 Marciac

☎: 05 62 03 73 31

✉: ssiad@adomtraitdunion.fr

SSIAD du centre hospitalier de Mirande

8, avenue de Chanzy BP 52 32300 Mirande

☎: 05 62 66 88 33

✉: ssiad@ch-mirande.fr

SSIAD du centre Hospitalier de Nogaro

1, Av des Pyrénées 32110 NOGARO

☎: 05 62 08 89 97

✉: idessiad@hopital-nogaro.fr

SSIAD Communauté des communes Armagnac Adour

162, chemin des carrières 32400 RISCLE

☎: 05 62 69 82 21

✉: ssiad9@orange.fr

SSIAD de Dému

66 route de Nogaro 32190 DEMU

☎: 05 62 06 54 66

Equipe spécialisée Alzheimer

SECTEUR D'AUCH

ESA du CIAS Grand Auch Cœur de Gascogne

Rue Pasteur 32000 AUCH

☎: 05 62 60 61 55

✉: esa@cias.grand-auch.fr

SECTEUR DE CONDOM

ESA du CIAS La Ténarèze

15, bis avenue de Toro 32100 CONDOM

☎: 05 62 68 22 06

✉: ssiad-esa@cias-tenareze.fr

ESA Gers Val d'Adour – SSIAD de Riscle

162, chemin des carrières 32400 RISCLE

☎: 05 62 69 82 21

✉: esagva@orange.fr

SECTEUR DE FLEURANCE

ESA Est Gersois

Rue Saint Laurent 32500 FLEURANCE

☎: 05 62 29 36 49

✉: ssiad@epslomagne.fr

SECTEUR DE L'ISLE JOURDAIN

ESA de l'Hôpital de proximité de Lombez-Samatan

1, rue des religieuses 32220 LOMBEZ

☎: 05 62 62 07 04

✉: esa@hopital-lombez.fr

SECTEUR DE MIRANDE

ESA du CIAS Grand Auch Cœur de Gascogne

Rue Pasteur 32000 AUCH

☎: 05 62 60 61 55

✉: esa@cias.grand-auch.fr

ESA Gers Val d'Adour – SSIAD de Marciac

77, chemin de ronde 32230 Marciac

☎: 05 62 03 73 31

✉: esagva@orange.fr

SECTEUR DE NOGARO

ESA du CIAS La Ténarèze

15, bis avenue de Toro 32100 CONDOM

☎: 05 62 68 22 06

✉: ssiad-esa@cias-tenareze.fr

ESA Gers Val d'Adour – SSIAD de Riscle

162, chemin des carrières 32400 RISCLE

☎: 05 62 69 82 21

✉: esagva@orange.fr





S'INFORMER



Au niveau départemental

Pour l'accès aux droits

Le **CLIC** : Le Centre local d'information et de coordination (CLIC) est une équipe de professionnels spécialisés dans l'accompagnement des personnes âgées et des personnes en situation de handicap. Il vous propose de faire le point avec vous sur la situation de votre proche mais aussi sur la vôtre. Certaines solutions existent pour faciliter votre quotidien d'aidant, vous serez écouté, conseillé, orienté vers les services nécessaires. Accepter d'être soutenu par des professionnels pour les actes de la vie quotidienne de votre proche, c'est être moins fatigué, avoir plus de patience à son égard et se libérer du temps pour des moments de partage indépendamment de l'aide prodiguée. Le CLIC vous accueille dans ses locaux ou se rend à votre domicile afin de réaliser une évaluation personnalisée de vos besoins et vous accompagner dans les démarches, si vous le souhaitez.

[Toutes les coordonnées p61](#)

Les MDS

Les Maisons Départementales des Solidarités proposent l'intervention de professionnels de l'accompagnement social pour la mise en œuvre de nombreuses missions dont :

- Soutien social et accès à l'autonomie ;
- Aide aux personnes âgées ;
- Accès aux droits et aides financières.

[Toutes les coordonnées p61](#)

France SERVICES et les Maisons des services au public (MSAP) : elles dispensent les services du Ministère de l'intérieur, des Finances publiques, de la Justice, de l'Assurance Maladie, de l'Assurance Retraite, de la Caisses d'allocations Familiales, de Pôle Emploi, de la Mutualité Sociale Agricole et de la Poste. Elles aident aux démarches administratives et numériques.

[Toutes les coordonnées p63](#)

En Savoir plus ?

Rapprochez-vous de votre commune ou intercommunalité.

Délégations départementales des Associations

- **France Alzheimer Gers**
56 avenue des Pyrénées 32000 AUCH

05.62.05.24.52

- **La Ligue contre le cancer (Comité du Gers)**
5 chemin du Moulin de la Ribère 32000 AUCH

05.62.61.24.24

Au niveau national

- **3646** : Service social de l'Assurance Maladie, via son compte Ameli ou à l'accueil de la caisse primaire d'assurance maladie (CPAM). Le numéro accompagne les personnes dans leur rôle d'aidant familial.
- « **Avec Nos proches** » pour les aidants
01 84 72 94 72
tous les jours de 8h à 22h
- « **Association nationale Jeunes Aidants Ensemble** »
07 67 29 67 39
pour les aidants de moins de 25 ans
- **France AVC** : 7 avenue Pierre Sémard, 01000 BOURG EN BRESSE
04.74.21.94.58
contact@franceavc.com
www.franceavc.com
- **France Parkinson** :
infos@franceparkinson.fr
www.franceparkinson.fr
01.45.20.22.20
- Atelierdesaidants.fr.

S'informer sur internet

- www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr
portail national d'information pour les personnes âgées et leurs proches sur plusieurs thèmes avec un accès aux différents formulaires pour l'ouverture de droits et des solutions pour les aidants.
- **Ma boussole aidant** : service en ligne gratuit qui centralise l'accès aux informations et aides disponibles en proximité pour les aidants et leurs proches.
www.maboussoleaidants.fr
- Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie
www.cnsa.fr
- Association française des aidants
www.aidants.fr

Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)

CLIC D'AUCH

☎: 05.62.67.42.92

✉: CLIC-AUCH@gers.fr

CLIC DE CONDOM

☎: 05.62.67.40.88

✉: CLIC-CONDOM@gers.fr

CLIC DE FLEURANCE

☎: 05.62.67.40.63

✉: CLIC-FLEURANCE@gers.fr

CLIC DE L'ISLE JOURDAIN

☎: 05.62.67.40.75

✉: CLIC-ISLEJOURDAIN@gers.fr

CLIC DE MIRANDE

☎: 05.62.67.40.68

✉: CLIC-MIRANDE@gers.fr

CLIC DE NOGARO

☎: 05.62.67.40.62

✉: CLIC-NOGARO@gers.fr

Les Maisons Départementales des Solidarités (MDS)

MDS D'AUCH

☎: 05.62.67.17.40

✉: contactmdsauch@gers.fr

MDS DE CONDOM

☎: 05.31.00.45.35

✉: contactmdscondom@gers.fr

MDS DE FLEURANCE

☎: 05.81.32.35.20

✉: contactmdsfleurance@gers.fr

MDS DE L'ISLE JOURDAIN

☎: 05.31.00.45.00

✉: contactmdslisle-jourdain@gers.fr

MDS DE MIRANDE

☎: 05.31.00.46.40

✉: contactmdsmirande@gers.fr

MDS DE NOGARO

☎: 05.31.00.46.00

✉: contactmdsnogaro@gers.fr

Les Maisons France Services ou les Maisons des Services au Public (MSAP)

SECTEUR D'AUCH

Espace France Services de Jegun

☎: 05 62 64 54 62

✉: msap@grand-auch.fr

MSAP d'Auch

☎: 05 62 70 12 05

SECTEUR DE CONDOM

Espace France Services CONDOM

☎: 05 62 28 42 70

✉: la-tenareze@france-services.gouv.fr

Maison France Services EAUZE

05.62.09.94.80

✉: franceservices@mairie-eauze.fr

SECTEUR DE FLEURANCE

Espace France Services Bastides de Lomagne

☎: 05 62 05 13 61

✉: bastides-de-lomagne@france-services.gouv.fr

Espace France Services Fleurance

☎: 05 62 64 02 04

✉: ccas.accueil@villefleurance.fr

Espace France Services Lectoure

☎: 05 62 68 77 88

✉: ccas.accueil@mairie-lectoure.fr

SECTEUR DE L'ISLE JOURDAIN

Espace France Services Aubiet

☎: 05 62 65 90 48

✉: franceservices-aubiet@laposte.fr

Espace France Services l'Isle Jourdain

☎: 05 62 07 33 52

✉: lisle-jourdain@france-service.gouv.fr

Espace France Services Samatan

☎: 05 62 63 45 77

✉: franceservices.samatan@gestes-saves.fr

SECTEUR DE MIRANDE

Espace France Services Marciac

☎ : 05 62 09 59 79

✉ : marciac@france-services.gouv.fr

Espace France Services Miélan

☎ : 09 62 51 20 43

✉ : mielan@france-services.gouv.fr

Espace France Services Mirande

☎ : 05 62 66 86 87

✉ : mirande@france-services.gouv.fr

Espace France Services Montesquiou

☎ : 05 62 70 91 18

✉ : montesquiou@france-services.gouv.fr

Espace France Services Plaisance

☎ : 05 62 03 01 09

✉ : plaisance.du.gers@france-services.gouv.fr

Espace France Services Saint-Blancard

☎ : 05 62 66 05 65

✉ : saint-blancard@france-services.gouv.fr

Espace France Services Val de Gers

☎ : 05 32 93 99 97

✉ : espace.ressources@cc-valdegers.fr

Espace France Services Villecomtal

☎ : 05 62 64 84 51

✉ : contact@cdcaag.fr

SECTEUR DE NOGARO

Espace France Services Vic Fezensac

☎ : 05 62 64 89 63

✉ : franceservices@dartagnanenfezensac.com

Espace France Services Aire sur l'Adour

☎ : 05 58 71 61 65

✉ : msap@ciasairesuradour.fr

Espace France Services Aignan

☎ : 06 45 24 45 97

✉ : aignan@france-services.gouv.fr

MSAP Riscle

☎ : 06 45 24 45 97

✉ : msap.riscle@laposte.fr

Espace France Services Nogaro

☎ : 05 42 54 04 52

✉ : nogaro@france-services.gouv.fr

-



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



A large rectangular area for notes, bounded on the left by a solid teal vertical line. The interior of this area is filled with horizontal, light blue dotted lines, providing a guide for writing.

DÉPARTEMENT DU GERS

Direction des Politiques de l'Autonomie

www.gers.fr

