



FICHE 2

QUELLES AIDES POUR FACILITER LA VIE QUOTIDIENNE ?

En plus des aides financières (voir fiche 1) et des intervenants au domicile (voir fiche 4), des aides concrètes peuvent vous aider :

- ① Pour bénéficier de repas équilibrés
- ② Pour vous porter secours en cas de chute ou de malaise
- ③ Pour faciliter vos déplacements

COMMENT BÉNÉFICIER DE REPAS ÉQUILIBRÉS ?

①

Quand faire les courses et confectionner les repas devient plus difficile, bénéficier de portages de repas à domicile ou de l'accès à un foyer-restaurant permet de continuer à manger des repas complets et équilibrés.

LE PORTAGE DE REPAS

Chaque semaine, vous choisissez vos menus ainsi que le nombre de repas souhaités à partir d'une proposition communiquée par le service. Ces menus peuvent être adaptés en cas de régime particulier.

Les repas sont ensuite livrés le plus souvent sous forme de **plateaux-repas à réchauffer**.

Les repas du week-end sont généralement livrés le vendredi.

L'ACCES AU FOYER RESTAURANT

Certaines communes proposent également un service de foyer restaurant, où les repas sont pris sur place.

Ils sont généralement proposés à des prix modérés.

QUI PROPOSE CE SERVICE ET À QUEL PRIX ?

Des services de portage de repas sont proposés par des communes par le biais du CCAS, par des services d'aide à domicile et par des organismes de service à la personne associatifs ou privés commerciaux.

Les tarifs varient de 5€ à 15€ par repas, en fonction des organismes (Public ou privé),

Selon votre situation, vous pouvez obtenir une prise en charge, soit par l'aide sociale du Conseil départemental, soit par votre Caisse de Retraite dans le cadre du plan d'aide personnalisé ou encore dans le cadre du plan d'aide de l'APA. Certaines communes, participent également au financement des repas.

LA TÉLÉASSISTANCE QU'EST-CE QUE C'EST ?

②

La téléassistance permet de sécuriser les personnes âgées qui vivent seules chez elles.

En cas de problème (chute, malaise...), vous pouvez contacter une plateforme téléphonique joignable 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 en appuyant sur un médaillon ou une montre portée en permanence.

Selon le degré d'urgence, un proche est contacté ou les secours sont appelés.

UN SYSTEME INSTALLÉ CHEZ VOUS :

- Avec d'une part, un micro haut-parleur qui vous permet de communiquer à distance avec le téléopérateur.
- Et d'autre part, un émetteur-récepteur relié à une centrale d'écoute : médaillon autour du cou ou montre au poignet que vous devez porter en permanence et qui permettent de déclencher l'alarme et la mise en relation avec la centrale d'écoute.

UNE ÉVALUATION À DISTANCE DE VOTRE SITUATION EN CAS DE DÉCLENCHEMENT DE L'ALARME :

Quand vous appuyez sur le médaillon, la centrale d'écoute est alertée. Un téléopérateur vous appelle immédiatement pour savoir ce qui se passe.





Il a accès à toutes les informations préalablement remplies sur une fiche comportant notamment la liste des personnes à prévenir susceptibles de se rendre rapidement chez vous (voisins, amis, parents vivant à proximité) et évalue le degré d'urgence de la situation.

Si la situation ne présente pas de caractère d'urgence ou de danger, il prévient vos proches inscrits sur la fiche. En cas de non-réponse, il alerte les secours.

QUI PROPOSE CE SERVICE ET À QUEL PRIX ?

Plusieurs types d'organismes (associations, communes, départements, sociétés privées) proposent ce type de service pour lequel il faut souscrire un abonnement. Le coût de l'abonnement varie de 25 à 50€/mois. Il peut être pris en charge dans le cadre de l'APA. Les communes peuvent également accorder une participation aux frais.

QUELLES AIDES POUR FACILITER LES DÉPLACEMENTS ?

3

UNE AIDE FINANCIÈRE POUR PRENDRE LES TRANSPORTS EN COMMUN : LA CARTE AMETHYSTE

Forfait annuel téléchargeable sur passe Navigo, donnant un accès illimité au réseau de transport en commun d'Ile de France.

Caractéristiques de l'aide :

- Accessible aux personnes non ou faiblement imposables (650€/an pour une personne seule ou 800€/an pour un couple)
- Participation aux frais de 25€ à 50€/an selon la situation.

UN SERVICE DE TRANSPORT ADAPTÉ : LE PAM 92

Service de transport collectif à la demande, d'adresse à adresse

Caractéristiques de l'aide :

- Réservé aux bénéficiaires de l'APA ainsi qu'aux personnes justifiant d'un taux d'incapacité égal ou supérieur à 80%,
- Trajets en Ile de France au départ du 92, assuré tous les jours, de 6h à 24 heures,
- Participation aux frais de 8€ à 39,90€ par course pour des trajets de moins de 15Km à 50 Km maxi,
- Paiement sur facture mensuelle.

DES CARTES DE PRIORITÉ ET D'ACCÈS AUX PLACES DE STATIONNEMENT RÉSERVÉES : LA CARTE MOBILITE INCLUSION

La « Carte Mobilité Inclusion » a remplacé les Cartes d'invalidité, de Priorité et de Stationnement depuis le 1er Juillet 2017, dont elle a repris les 3 catégories :

a) En cas de station debout pénible : La mention « PRIORITE »

Permet d'obtenir une priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, dans les espaces publics et salles d'attente ainsi qu'une priorité dans les files d'attentes.

Elle doit être demandée auprès de la MDPH du département.

b) En cas d'incapacité supérieure au égale à 80% ou d'obtention de l'APA en GIR 1 ou 2 : La mention « INVALIDITE »

Permet l'obtention d'une demi-part supplémentaire pour le calcul de l'Impôt sur le revenu, des abattements sur les impôts locaux et la redevance audio-visuelle ainsi qu'une exonération de cotisations patronales de sécurité sociale.

- Attribuée automatiquement aux bénéficiaires de l'APA reconnus en GIR 1 et 2.
- Pour les autres, faire une demande auprès de la MDPH
- Peut être assortie de 2 mentions complémentaires :

 | Besoin d'accompagnement
 | Cécité

c) En cas de besoin de place de stationnement : La mention « STATIONNEMENT POUR PERSONNE HANDICAPEE »

Permet l'utilisation des places de stationnement réservées aux personnes handicapées, à titre gratuit et sans limitation de durée (sauf dispositions locales).

- Attribuée en cas de périmètre de marche inférieur à 200 mètres et de nécessité de recours systématique à une aide dans les déplacements extérieurs
- Peut servir à la personne elle-même ou à ses accompagnateurs.

