



Me déplacer



Me soigner

Guide à destination de nos aînés



Me divertir

M'informer



Mes repas



Besoin d'un accompagnement



Mon lieu de vie

SOMMAIRE

1 **ME DEPLACER** page 3

 La Kangoo

2 **MES REPAS** page 4



3 **ME SOIGNER** page 5 à 7

-  Les médecins
-  Cabinets infirmiers
-  Autres professionnels

4 **BESOIN D'UN ACCOMPAGNANT** page 8 à 9

 Mainsdorées

5 **M'INFORMER** page 10

-  Maison du Rhône
-  C. C.A.S.

6 **MON LIEU DE VIE** page 11 à 13

-  Les aides financières
-  ADMR

7 **ME DIVERTIR** page 14 à 15

POURQUOI UN GUIDE PRATIQUE DE NOS AINÉS ?

Faire appel à un service pour soi ou un proche peut sembler compliqué. Ce guide est donc là pour vous faciliter cette démarche.


Ce document a pour objectif de vous éclairer sur le fonctionnement des **aides mise à disposition gratuitement par le CCAS**, pour tous nos aînés de Chasselay, en répondant aux différentes questions que vous pouvez vous poser.

Il s'adresse aussi bien aux aînés et aux futurs aînés, qu'aux familles et à l'entourage.

Les pages suivantes devraient pouvoir répondre à vos interrogations.

A défaut, n'hésitez pas à me faire part de vos remarques et suggestions afin que ce document puisse être amélioré.

Josiane SEIGNEUR
Adjointe aux solidarités.

 : 06-63-06-55-12

1 ME DEPLACER

Mobilité des Seniors dans notre village de Chasselay.

Ce service s'adresse aux personnes âgées et aux personnes momentanément en difficulté, vivant à Chasselay et ne pouvant plus utiliser leur propre véhicule. Il fonctionne toute l'année les mercredis et jeudis toute la journée. Nos bénévoles se font un plaisir de transporter les personnes qui en font la demande.



Pour tous renseignements et inscriptions, vous devez vous rapprocher de la mairie.

☎ : 04-78-47-62-43 de 9h à 12h du lundi au vendredi

2 MES REPAS

Le portage des repas



Grâce à la livraison de vos repas, votre quotidien sera facilité. Les repas sont livrés par une équipe de bénévoles de notre village, les lundis, mardis, jeudis et vendredis en matinée pour tous les jours de la semaine. Les repas sont préparés par un prestataire et livrés tôt les matins dans nos frigos.

Le repas est composé d'une entrée, un plat chaud, un fromage suivi d'un dessert. Le tout accompagné d'une miche de pain.

★ Mme DUBOST Jeannine
Responsable :
☎ 07-60-35-26-36

3 ME SOIGNER

Les médecins

Mme BOSVEIL Edith
Mme CAZENAVE DURY
Lauriane
Mme DE VALENCE DE
MINARDIERE Laure
Mme HELENE VANTILCKE
☎04-28-29-42-07

Mr OVIZE Jean-Jacques
32 place du Vieux Marché
☎04-78-47-61-65

En période de garde, appeler son médecin traitant, ou n'importe quel médecin de la zone, le répondeur vous donnera toutes informations utiles.



SOS MEDECIN : ☎ 04 78 83 51 51
SAMU : ☎ 15
POLICE GENDARMERIE : ☎ 17
POMPIERS : ☎ 18

« On ne s'improvise pas
médecin !
Ne prenez pas de médicaments
sans avoir consulté votre
médecin traitant au préalable ».

Pharmacie

Mr SORLIN Philippe
172 le Promenoir
☎ 04-78-47-62-21

Horaires :

Du lundi au vendredi
8h30-12h/14h30-19h
Samedi : 9h-12h15
Dimanche : Fermée



3 ME SOIGNER

Infirmiers

Mme NOBLOT Sygolène
Mme ROUSSET Louisa
Mr LHEMANN Grégory
Pôle Santé
☎ 07-68-63-87-08



Mr BOURLIER Benjamin
Mr CHACON RUDDY
33 Rue des Merciers
☎ 06-31-65-93-68

Les autres professionnels de santé

Dentistes

Mr BON Mathieu
Mr KNAEBEL Benjamin
Mme MAGRAFF Léa
51 route de Montluzin
☎ 04-78-47-35-96

Diététicienne nutritionniste

Mme BORRAS Marine
Pôle santé
☎ 06-73-14-42-24

Masseurs Kinésithérapeutes

Mr SORG Dominique
Pôle santé
☎ 04-78-83-08-91/06-07-98-66-43

Mme URSACHI Daniela
Pôle santé
☎ 07-81-02-60-47

Mme MARNAS Isabelle
2 Montée du Plantin
☎ 04-72-54-45-89

3 ME SOIGNER

Orthophonistes

Mme DU HALGOUET Marie

Pôle santé

☎06-69-41-99-51

Mme LUCIANI Justine

Pôle santé

☎06-58-41-57-56

Ostéopathes

Mr CLIDASSOU Thomas

Pôle santé

☎04-74-71-29-63

Mme CAUDRON-ABY Cécile

33 Rue des Merciers

☎06-10-49-91-58

Collaborateurs

Mme ABRAN Louise

Mr LECOINT Clément

Psychologues

Mme PICOUT Aude

Pôle santé

☎06-35-14-59-54

Mme BLAHAY Flora-Leïla

Pôle santé

☎06-22-75-58-27

Mme NAVARO Marylin

Pôle santé

☎07-49-43-49-21

Pédicure-Podologue

Mme DUFOUR Aurélie

Pôle santé

☎06-29-68-72-27

Sophrologue

Mme ZIEGLER Aude

Pôle santé

☎06-81-64-13-29

Centres Auditifs

Amplifon

Audioprothésiste

Neuville

☎ : 04 78 28 38 65

Audition

Audioprothésiste

Anse

☎ : 04 37 55 73 28



4 BESOIN D'UN ACCOMPAGNANT



Créé en 1953, le **centre communal d'action sociale (CCAS)**, a pour rôle de mettre en lien les personnes âgées avec les prestations sociales locales qui peuvent leur être utiles. Au-delà de leur rôle **d'aide directe aux personnes dépendantes**, le CCAS revoit chaque année les demandes pour mettre en place les mesures nécessaires à **l'accompagnement des personnes âgées** l'année suivante. Cette démarche peut aussi concourir à la **création de nouvelles offres**, en fonction des données récoltées. C'est ainsi qu'est née la plateforme « **mainsdorées** ». Découvrez ce dispositif de sociabilité et de proximité **gratuit**, d'une durée maximale de 1 h ouvert aux personnes âgées en perte d'autonomie et aux personnes en difficulté momentanée, du bien vivre ensemble et du bien- vieillir chez soi. **Mainsdorées** propose différents services d'entraide aux habitants :

- Visite de convivialité
- Convivialité par téléphone
- Lecture à haute voix
- Portage de livres
- Accompagnement aux courses (dans le village)
- Aide aux déplacements de charges lourdes
- Accompagnement à la promenade
- Aide informatique
- Aides aux formalités administratives
- Livraison de courses/médicaments
- Petits services quotidiens
- Petit bricolage, etc...



N'hésitez pas à contacter le secrétariat de la mairie : 04-78-47-62-43 de 9h à 12h du lundi au vendredi ou sur l'adresse :

www.mainsdorées.fr, afin de vous inscrire.

Pour tous renseignements complémentaires vous pouvez contacter

***Mme SEIGNEUR Adjointe à la solidarité :**

☎ 06-63-06-55-12

4 BESOIN D'UN ACCOMPAGNANT

Les bénévoles



Les personnes intervenantes en qualité de bénévoles sont cooptées par le CCAS de Chasselay. Celui-ci définit le cadre des relations et des règles qui s'instituent entre les deux parties. Les bénévoles ont tous signé une charte de bonne conduite et du respect des personnes. Vous pouvez donc avoir toute confiance en eux ; tous souhaitent donner un peu de leur temps aux personnes en difficultés momentanées ou en perte d'autonomie.

Le « plan canicule »

Le Centre Communal d'Action Sociale est aux côtés des personnes les plus fragiles lorsque cela est nécessaire et particulièrement lors des périodes de canicule. Canicule, pourquoi un risque ? Les personnes âgées présentent une capacité réduite d'adaptation à la chaleur. Leur perception des différences de température, leur capacité de transpiration, leur sensation de soif sont diminuées. La commune de Chasselay met en place un registre des personnes fragiles.

En cas d'alerte, la mairie :

- [Contacte les personnes inscrites sur le registre](#)
- [Communique au niveau des panneaux lumineux et de son site internet, mairie-chasselay.fr](#)
- [distribue des brumisateurs d'eau](#) à toutes les personnes inscrites sur le registre.

Inscrivez-vous, en mairie auprès du secrétariat : **04-78-47-62-43 de 9h à 12h du lundi au vendredi.**

5 M'INFORMER

Les services de prévention et de sécurité

★ **GENDARMERIE 108 avenue Général de Gaulle**
69760 Limonest
☎ 04 78 35 80 77

★ **MAIRIE DE CHASSELAY**
☎ : 04-78-47-62-43 de 9h à 12h du lundi au vendredi
matin



Espoir cancer délégation ouest lyonnais
Soutien, Accompagnement des personnes malades du
cancer.

★ ☎ **06 63 27 38 87**

Courriel : ec.vjanoray@hotmail.fr

Site web : www.espoircancer.fr

Adresse postale :

ESPOIR CANCER

Délégation Ouest Lyonnais

31, boulevard de l'Europe

69110 SAINTE FOY LES LYON

6 MON LIEU DE VIE

Continuer à vivre chez soi ou envisager de vivre ailleurs, la question devient essentielle lorsque les difficultés apparaissent dans la vie quotidienne. Vivre chez soi le plus longtemps possible, c'est le souhait de chacun d'entre nous.



Les services d'aides peuvent vous accompagner dans la vie de tous les jours.

A.D.P.A. Allocation Départementale Personnalisée d'Autonomie allouée par le Département. C'est une prestation financière accordée en fonction de la perte d'autonomie. Elle intéresse les personnes de plus de 60 ans résidant à domicile ou en établissement. Le C.E.S.U. (Chèque Emploi Service Universel), permet de rémunérer et de déclarer les services effectués par une personne à domicile. Cette personne peut être votre employé(e) ou appartenir à une entreprise ou à une association. Ce mode de paiement permet de bénéficier d'avantages fiscaux.

★ **Maison du Rhône**
☎ 04-74-71-60-16

★ **Urssaf service Cesu**
☎ 0806 802 378
www.cesu.urssaf.fr

6 MON LIEU DE VIE

Les aides matérielles

L'auxiliaire de vie

Indispensable pour vous accompagner dans le maintien à votre domicile, l'auxiliaire de vie assurera l'aide au lever ainsi que vos soins d'hygiène générale (toilette, habillage...).

Contacts :

ADMR,
Lissieu-Chasselay
☎ 04-37-50-39-64

Le dispositif de téléassistance

La téléassistance contribue à sécuriser le maintien à domicile et à lutter contre l'isolement. C'est un système payant, permettant de se mettre en contact avec une centrale d'écoute et d'orientation qui pourra intervenir 24h sur 24 en cas de problème. Contacts :

Maison du Rhône pour le
dispositif de
téléassistance
☎ 04-74-72-60-51

Le téléphone

Si l'utilisation du téléphone devient difficile, il existe du matériel adapté (grosses touches, numéros d'urgence mémorisés...).



6 MON LIEU DE VIE

Changer de lieu de vie

Ce n'est jamais un choix facile, mais il faut y réfléchir quand le maintien à domicile n'est plus satisfaisant. Vivre en établissement, cette formule s'adresse aux personnes



âgées dépendantes. Ce type d'établissement dispose d'un personnel adapté à une prise en charge au niveau de la vie quotidienne. Certains établissements sont également médicalisés. Vous pouvez aussi bénéficier de l'allocation personnalisée d'autonomie en établissement (APA) ainsi que des aides de votre Caisse d'assurance maladie.

personnes âgées dépendantes de 153 places.

Située dans le village de **CHASSELAY**, la maison de retraite **EHPAD LE VAL D'OR** est un établissement public d'hébergement pour

7 ME DIVERTIR



Se divertir, se cultiver, faire du sport... Le village de Chasselay et les associations vous proposent un large choix d'activités pour occuper votre temps libre et rompre l'isolement

Les manifestations municipales

- ❖ Le repas des Aînés (75 ans et plus)
- ❖ Semaine Bleue première semaine d'octobre
- ❖ Les cérémonies officielles.
- ❖ Nombreuses animations toute l'année.

7 ME DIVERTIR

Les lieux de convivialité

La médiathèque 78 Rue du Grand Fossé, propose un large choix de livres et de magazines en prêt, à consulter sur place ou en portage à domicile. C'est un lieu de partage. Des animations, expositions, conférences sont proposées régulièrement.

Horaires d'ouverture :

Lundi	fermée
Mardi	16h-19h
Mercredi	10h-12h/14h-18h
Jeudi	10h-13h
Vendredi	15h30-19h
Vendredi	10h-13h
Dimanche	fermée



Le musée est ouvert tous les dimanches et propose régulièrement des animations.

Le club Amitié d'Automne, vous propose une large palette :

- + Diverses sorties (cinéma, bowling, restaurant etc...)
- + Marche
- + Gymnastique