

Guide des seniors



EPINAY

-SUR-SEINE



Sommaire

01

Loisirs, bénévolat et évasion

- P.5** Les manifestations proposées par la ville
- P.6** Les escapades
- P.7** Les séjours de l'ANCV
- P.8** Les activités des centres socioculturels
- P.9** L'association Ambiance
- P.10** Participer aux activités associatives

02

Se déplacer

- P.13** Des déplacements facilités
- P.16** Se déplacer à moindre coût

03

L'accès aux droits

- P.19** Pour les personnes en situation difficile
- P.20** Pour les personnes en perte d'autonomie

04

Organiser le maintien à domicile

- P.23** L'aide à domicile
- P.24** La téléassistance
- P.25** Le portage des repas
- P.26** Les soins à domicile
Le soutien aux aidants familiaux
- P.27** Le plan canicule

05

Vivre en résidence spécialisée

- P.29** La résidence autonomie Camille Saint-Saëns
- P.30** Les EHPAD

06

Répertoire

- P.33** Les adresses et numéros utiles
- P.34** Les hôpitaux et établissements de santé
- P.36** Les numéros d'urgence

Édits

La Ville d'Épinay-sur-Seine a à cœur d'accompagner ses seniors dans leur vie quotidienne et leur permettre d'avancer en âge dans les meilleures conditions possibles.

Dans cette perspective, les principaux atouts de notre ville sont ses structures, réactives, qui permettent une prise en charge adaptée à tous les cas de figure et son tissu associatif, dynamique et impliqué.

Ces dernières années, nous avons également mis un point d'honneur à simplifier au maximum un certain nombre de démarches et à offrir à ce public tout particulier un accès facilité aux formalités administratives, quelles qu'elles soient.

C'est la même volonté qui nous conduit à publier ce guide à votre intention, vous, Spinassiens de 65 ans et plus, qui participez activement à la vie de la Cité et avez des besoins spécifiques. Les pages qui suivent répertorient donc l'essentiel des informations pratiques nécessaires, que ce soit pour vous divertir, vous déplacer, prendre soin de votre santé ou organiser votre quotidien.

Vous y trouverez donc des informations concrètes et les contacts d'organismes et de professionnels en mesure de vous orienter au plus près de votre situation personnelle du moment. Aides et soins à domicile, téléassistance, portage de repas ou accompagnement pour les sorties extérieures, il existe en effet une multitude de solutions pour vous permettre de garder votre autonomie le plus longtemps possible.

Nous vous en souhaitons une bonne lecture et restons bien sûr à votre disposition et à votre écoute.



Hervé Chevreau

Maire d'Épinay-sur-Seine
Président du CCAS
Vice-président
de Plaine Commune



Bernadette Gautier

Adjointe au Maire
déléguée aux Seniors

01

*Loisirs, bénévolat
et évocation*

LES ANIMATIONS ET MANIFESTATIONS PROPOSÉES PAR LA VILLE

DES ÉVÉNEMENTS QUI RYTHMENT L'ANNÉE

Divers événements ponctuent l'année : le repas des seniors en janvier, le spectacle des seniors en avril, la Semaine bleue en octobre, la remise des ballotins de chocolats et des colis festifs en décembre ainsi que deux thés dansants, l'un en mars, l'autre en octobre.

... ET DES ANIMATIONS CHAQUE JOUR

Le Club Senior est un lieu de rencontres et d'échanges, un espace convivial qui permet aux retraités spinassiens de 60 ans et plus, de se retrouver, discuter autour d'une collation et profiter des différentes activités proposées chaque jour (hors jours fériés et événements particuliers). Au programme : relaxation, activités manuelles, jeux de société, ateliers socio-esthétiques et accompagnement pour les démarches administratives sur internet. Le planning des activités est publié chaque mois dans le magazine municipal. L'inscription, gratuite, se fait chaque dernier lundi du mois, sur place, durant les horaires d'ouverture du Club Senior.



Club Senior

15 avenue
de la République
☎ 01 58 34 69 88

Du lundi au jeudi
de 13 h 30 à 17 h 30,
le vendredi de 9 h 30 à 12 h 30
et de 13 h 30 à 17 h 30



L'INFO EN +

Le service de la Navette (lire page 14) assure gratuitement les déplacements entre le Club Senior et le domicile des personnes ayant des difficultés à se déplacer.



LES ESCAPADES

DES SORTIES À LA JOURNÉE

Visites culturelles et patrimoniales, spectacles inédits, sorties au grand air en Île-de-France ou dans les régions voisines... Les escapades vous invitent à la détente et au voyage, avec des tarifs très abordables, quel que soit votre niveau de ressources. Toutes les escapades à venir sont à retrouver sur le site de la Ville et dans le guide des escapades. Les inscriptions se font auprès du Club Senior, en fonction des places disponibles.

DES SÉJOURS POUR S'ÉVADER

Chaque année, un séjour à l'étranger est organisé en mai et deux séjours sont programmés en France : à Pleubian, dans les Côtes d'Armor, en juin et au Pradet, dans le Var, en septembre pour une durée d'une à trois semaines.

Club Senior

15 avenue de la République
☎ 01 58 34 69 88

Du lundi au jeudi
de 13 h 30 à 17 h 30,
le vendredi de 9 h 30 à 12 h 30
et de 13 h 30 à 17 h 30



L'INFO EN +

Comme le Club Senior, les séjours et les escapades sont ouverts à tous les retraités spinassiens, âgés de 60 ans et plus. Attention, le nombre de places est limité.





LES SÉJOURS ANCV



L'INFO EN +

L'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances organise chaque année *Seniors en vacances*, une grande opération qui permet aux plus de 60 ans de partir 5 ou 8 jours, dans le cadre de séjours tout compris (hors transport) à tarifs préférentiels. France, Europe, bord de mer, campagne ou montagne, des dizaines de destinations différentes sont à découvrir sur le site de l'organisme, rubrique *Seniors en vacances*. Les inscriptions peuvent se faire auprès du Club Senior, sur remise du dossier complet.

Pour en bénéficier, il faut résider en France, avoir plus de 60 ans (55 ans pour les personnes en situation de handicap) et être à la retraite et/ou sans activité professionnelle.

Le CCAS octroie un chèque-vacances d'un montant de 50 € à toute personne inscrite à un séjour ANCV, sur présentation au Club Senior du justificatif d'inscription. En parallèle, une aide financière supplémentaire peut être accordée en fonction du niveau de ressources des personnes. Par ailleurs, les conjoints, dès lors qu'ils figurent sur le même avis d'imposition, ainsi que les aidants peuvent également bénéficier du programme et de l'aide financière, même s'ils ne répondent pas aux critères d'âge et/ou d'activité.

Plus de renseignements sur le site ancv.com ou par téléphone au 32 40

LES ACTIVITÉS DES CENTRES SOCIOCULTURELS

Les seniors ont accès à l'ensemble des activités proposées aux adultes par les quatre centres socioculturels de la Ville. À l'Espace Nelson Mandela et au Centre socioculturel des Écondeaux, des sorties et des ateliers spécifiques leur sont proposés, comme par exemple des ateliers jeux de société, couture, tricot ou encore bien-être et stretching.



• **Centre socioculturel des Écondeaux**

4 avenue Léon Blum

☎ 01 49 71 99 61

✉ econdeaux@epinay-sur-seine.fr

• **Centre Félix Merlin (Orgemont)**

67 rue Félix Merlin

☎ 01 48 41 96 39

✉ csc.f.merlin@epinay-sur-seine.fr

• **Annexe du centre socioculturel Félix Merlin**

28 route d'Argenteuil

☎ 01 48 41 26 03

• **Maison du Centre MC²**

35 rue de Paris

☎ 01 49 71 99 15

✉ csc.m.centre@epinay-sur-seine.fr

• **Espace Nelson Mandela (La Source-Les Presles)**

64 avenue de la Marne

☎ 01 49 71 99 35

✉ csc.presles@epinay-sur-seine.fr

L'ASSOCIATION AMBIANCE

DES ACTIVITÉS RÉCURRENTES

L'association Ambiance propose chaque semaine des activités :

- sport, santé et prévention : aquagym, bowling, gymnastique, qi gong, tennis de table, yoga et ateliers mémoire ;
- artistiques : chorale, expression théâtrale ;
- ludiques : billard, jeux de société et de cartes...

DES SORTIES

L'équipe de bénévoles organise également chaque trimestre des sorties en groupe :

- spectacles (pièces de théâtre, concerts, spectacles de danse...),
- visites (musées, châteaux...),
- expositions,
- découvertes d'une ville, d'une région,
- randonnées et promenades pédestres,
- évènements festifs (repas dansants, guinguette...).

DES VOYAGES ET SÉJOURS

Ambiance propose enfin régulièrement des voyages et des séjours en France et à l'étranger, permettant ainsi à ses adhérents de bénéficier de l'organisation et de l'encadrement de l'association..



Ambiance

79 rue de Paris
☎ 01 48 27 65 74

Du lundi au vendredi
de 9h30 à 12h et de 14h à 17h.
Pas d'accueil le vendredi
après-midi.

PARTICIPER AUX ACTIVITÉS ASSOCIATIVES

La Maison des Associations

La Maison des Associations accueille, oriente et soutient les habitants en recherche d'activité ou qui souhaitent s'investir dans le bénévolat.

79 ter rue de Paris

☎ 01 71 29 19 50

✉ maisonassociations@epinay-sur-seine.fr



L'INFO EN +

Toutes les activités proposées par la Maison des Associations sont répertoriées dans le guide des associations et des sports, disponible dans les points d'accueil de la Ville ou sur le site internet.

DES ASSOCIATIONS POUR EXPRIMER SES PASSIONS

Aquarelle, Arts et Passions

Cours d'aquarelle, de dessin et d'écriture

79 ter rue de Paris ☎ 09 54 21 07 47 ou 06 60 28 37 80

✉ aaepinay93@gmail.com

Arts, Loisirs et Partage

Broderie, patchwork, peinture à la cire, mosaïque, cartonnage, peinture sur tissus...

41 avenue Gallieni ☎ 06 63 84 35 41 ✉ bitter.monique@bbox.fr

Association socioculturelle des Résidents de l'Avenir

Randonnées, gymnastique, sorties culturelles, etc.

☎ 06 63 09 68 13 ✉ cl.guillerme@hotmail.com

Club Sportif Multisections d'Épinay-sur-Seine (CSME)

Marche, gym, échecs, natation, cyclotourisme, pétanque, sports de combat, yoga...

6 avenue de Lattre de Tassigny ☎ 01 42 35 06 42 ✉ info@csme.fr



DU BÉNÉVOLAT POUR AIDER

Secours catholique

Aide et soutien aux personnes en situation de précarité

5 rue Mulot ☎ 07 57 48 18 71 ✉ seinesaintdenis@secours.catholique.org

Secours populaire

Aide alimentaire et actions auprès des personnes victimes de pauvreté, catastrophes naturelles ou conflits

27-31 rue Pierre Curie ☎ 01 48 95 36 40 ✉ contact@spf93.org

Les Restos du Cœur

Distribution de denrées alimentaires et de produits de première nécessité, soutien moral

1 rue de l'Abbé Pierre ☎ 01 48 41 85 20 ✉ ad93.epinay@restosducoeur.org

Épinay-sur-sel

Système d'échange local de services et de biens entre voisins

79 ter rue de Paris ☎ 06 11 11 77 67 ✉ mlvinel@yahoo.fr

02

Se déplacer

DES DÉPLACEMENTS FACILITÉS



LA CARTE MOBILITÉ INCLUSION

La carte Mobilité Inclusion (CMI) est gratuitement attribuée aux seniors en perte d'autonomie ou aux personnes invalides à plus de 80%.

Elle remplace les anciennes cartes d'invalidité, de priorité et de stationnement. Selon les cas, elle donne droit à des places de stationnement réservées, une priorité d'accès aux places assises dans les transports ou dans certaines manifestations ainsi que dans les files d'attente. Elle peut aussi offrir des avantages fiscaux ainsi que des réductions auprès de certains organismes.

LA NAVETTE

La Navette est un service d'accompagnement personnalisé et adapté, proposé par la Ville, afin de favoriser le déplacement des personnes âgées en perte d'autonomie ou en situation de handicap. Des accompagnateurs les conduisent et les assistent dans leurs différents déplacements de proximité (courses, démarches administratives, élections, loisirs et autres...)

Très abordable, ce service est même gratuit pour les rendez-vous médicaux sur la ville, les événements organisés par la Municipalité comme les spectacles, les commémorations ou encore le repas des seniors, ainsi que pour se rendre aux activités du Club Senior.



L'INFO EN +

Les réservations de la Navette doivent être effectuées au moins 48 heures à l'avance, sous réserve de disponibilité. L'inscription préalable permet en outre une évaluation des besoins particuliers.



Centre Communal d'Action Sociale

7 rue Mulot

• Service de l'aide légale (pour la carte mobilité inclusion)

☎ 01 49 71 99 10

• Service d'accompagnement des personnes âgées et handicapées (pour la Navette)

☎ 01 49 71 99 33

PAM 93

Mis en place et financé par le département de la Seine-Saint-Denis, la région Île-de-France et Île-de-France Mobilités, le PAM 93 permet aux personnes en situation de handicap de se déplacer partout en Île-de-France, en proposant des véhicules adaptés aux différents types de handicap. Il est réservé aux personnes résidant en Seine-Saint-Denis, titulaires d'une carte d'invalidité mentionnant un taux supérieur ou égal à 80 %.

Les déplacements dont la prise en charge est prévue par un autre dispositif ou une aide spécifique (transports sanitaires, à destination d'établissements médicosociaux...), ne sont pas couverts. Ce service est disponible tous les jours de l'année de 6h à minuit, excepté le 1^{er} mai (service de réservation joignable de 7h à 20h).



PAM 93

Z.I. Les Mardelles –
Le Provence
26/36 rue Alfred Nobel
93600 Aulnay-sous-Bois

☎ 09 88 99 93 93

☎ 01 49 90 40 30

✉ contact@pam93.info



LES RÉDUCTIONS ÎLE-DE-FRANCE MOBILITÉS

Le forfait Navigo annuel tarification senior permet de circuler de manière illimitée dans toute l'Île-de-France au prix très avantageux de 37,60 € par mois, soit la moitié du forfait mensuel classique. Il peut être réglé par prélèvements mensuels automatiques et modifié, suspendu ou résilié à tout moment. Ce forfait est réservé aux personnes âgées de 62 ans et plus, sans emploi ou exerçant une activité professionnelle inférieure à un mi-temps.

LA CARTE DE RÉDUCTION SNCF

La carte Avantage senior permet, dès 60 ans, de bénéficier d'une réduction de 30% sur tous les trajets, quelle que soit la période de l'année et la destination, en 1^{ère} ou en 2nde classe. Elle offre aussi d'autres réductions, et notamment 60% sur les billets des enfants de 4 à 11 ans (3 maximum) qui voyagent en compagnie du détenteur de la carte. Vendue au prix de 49 €, celle-ci peut être commandée en ligne sur le site sncf.com ou en gare.



www.iledefrance-mobilites.fr

Plus d'informations :

• 09 69 39 22 22

(appel non surtaxé)

• [gestion@](mailto:gestion@agencenavigoannuel.fr)

agencenavigoannuel.fr

• dans les agences commerciales de la RATP ou de la SNCF où le forfait Navigo peut être obtenu immédiatement sur présentation d'un justificatif d'identité.

**PLUS D'INFOS
AU 36 35**





SE DÉPLACER À MOINDRE COÛT

LE CHÈQUE SORTIR PLUS

C'est un Chèque Emploi Service Universel (CESU) financé par les caisses de retraite complémentaires Agirc et Arcco, qui permet aux allocataires relevant de ces fédérations de 75 ans et plus de se déplacer aux côtés d'un accompagnateur qualifié, notamment pour se rendre à la gare, chez le coiffeur, dans un supermarché ou dans une salle de spectacle.

Plus de renseignements au 0971 090 971 (appel non surtaxé du lundi au vendredi)

LE FORFAIT AMÉTHYSTE ET L'ALLOCATION CHÈQUE TAXI

Le forfait Améthyste permet de se déplacer dans toute l'Île-de-France avec un simple passe Navigo, tout en bénéficiant de tarifs réduits, grâce à la participation du Conseil départemental. Il donne donc accès aux réseaux RATP, SNCF et OPTILE (bus), en fonction de la zone de déplacement choisie. Le formulaire de demande peut être retiré au CCAS, puis, une fois complété, il devra être déposé auprès du CCAS ou du Conseil départemental. Quant au passe Navigo, il peut être gratuitement retiré dans une agence commerciale RATP ou SNCF, par exemple gare du Nord ou gare de l'Est, ou peut être commandé directement sur le site, www.navigo.fr. L'allocation Chèque taxi contribue, quant à elle, aux frais de transports des personnes âgées ne pouvant pas utiliser les transports en commun. Elle est accordée pour une durée minimale d'un an et versée par anticipation.

Pour bénéficier du forfait Améthyste ou de l'allocation Chèque taxi (non-cumulables), il faut :

- habiter depuis au moins un an en Seine-Saint-Denis ;
et
- avoir plus de 60 ans et ne pas exercer d'activité professionnelle, ne pas être soumis(e) à l'impôt sur le revenu et ne pas dépasser le revenu fiscal de référence du barème ;
ou
- être titulaire de la carte du combattant ou d'une pension de veuve de guerre ;
ou
- être reconnu travailleur handicapé ou inapte au travail et non-imposable.



03

*L'accès
aux droits*

POUR LES PERSONNES EN SITUATION DIFFICILE

L'ALLOCATION FINANCIÈRE TRIMESTRIELLE

Elle est octroyée aux Spinassiens âgés de 65 ans et plus, ayant des ressources inférieures au plafond fixé par le CCAS. Son montant dépend de la composition du foyer du bénéficiaire et du type d'occupation de son logement. Lors de l'inscription, un RIB, un justificatif de domicile ainsi que le dernier avis d'imposition sont à fournir.

L'ALLOCATION DE SOLIDARITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES (ASPA)

Elle remplace l'allocation spéciale vieillesse et permet d'assurer un revenu de retraite minimal aux personnes ayant peu ou pas cotisé. Elle est octroyée aux personnes ayant plus de 65 ans (ou au moins l'âge légal de départ à la retraite en cas d'inaptitude au travail), résidant en France, sous conditions de ressources.

ET AUSSI...

Secours catholique

Aide et soutien aux personnes en situation de précarité

5 rue Mulot ☎ 07 57 48 18 71

✉ seinesaintdenis@secours.catholique.org

Secours populaire

Aide alimentaire et actions auprès des personnes victimes de pauvreté, catastrophes naturelles ou conflits

27-31 rue Pierre Curie ☎ 01 48 95 36 40

✉ contact@spf93.org

Les Restos du Cœur

Distribution de denrées alimentaires et de produits de première nécessité, soutien moral

1 rue de l'Abbé Pierre ☎ 01 48 41 85 20

✉ ad93.epinay@restosducoeur.org



Centre Communal d'Action Sociale

• Pôle population âgée

7 rue Mulot

☎ 01 49 71 98 54

🌐 www.epinay-sur-seine.fr



Assurance retraite

☎ 39 60 (prix d'un appel local)

🌐 www.lassuranceretraite.fr



POUR LES PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE

L'ALLOCATION DÉPARTEMENTALE PERSONNALISÉE À L'AUTONOMIE (ADPA)

Lorsque se lever, s'habiller, se laver, se déplacer, préparer les repas ou faire le ménage deviennent des tâches difficiles, cette allocation permet de trouver des solutions pour faciliter le quotidien des personnes âgées et de leurs aidants. Elle permet par exemple l'acquisition de barres d'appui pour les déplacements au sein du domicile ou un accueil de jour ou un hébergement temporaire pour permettre aux aidants de souffler.

Cette aide, dispensée par le Conseil départemental aux personnes âgées de plus de 60 ans, résidant à Épinay-sur-Seine, est calculée en fonction des revenus et de l'évaluation de l'autonomie. Une équipe médicosociale met en place avec vous un plan d'aide sur-mesure, adapté aux besoins et activités du quotidien.

Le dossier de demande est à télécharger sur le site de la Ville : www.epinay-sur-seine.fr



L'INFO EN +

Les bénéficiaires de l'ADPA peuvent demander la carte Mobilité Invalidité.

L'AIDE SOCIALE À L'HÉBERGEMENT EN MAISON DE RETRAITE

Elle concerne les personnes âgées de plus de 65 ans (60 ans en cas d'incapacité au travail) et prend en charge les frais de placement lorsque les ressources et les aides attribuées sont insuffisantes.

Les établissements d'accueil doivent être conventionnés par le département de la Seine-Saint-Denis.



Centre Communal d'Action Sociale

7 rue Mulot

• **Service ADPA**
☎ 01 49 71 79 32

• **Service de l'aide légale**
☎ 01 49 71 98 74
☎ 01 49 71 98 71



04

*Organiser
le maintien
à domicile*

L'AIDE À DOMICILE

Le service d'aide à domicile propose aux personnes âgées fragiles, handicapées ou à mobilité réduite une aide, 7 jours sur 7, pour effectuer les gestes de la vie quotidienne : entretien courant du domicile, nettoyage du linge, repassage, courses, aide à la toilette ou aux démarches administratives. Les auxiliaires de vie peuvent également être amenées à accompagner les seniors sur des activités extérieures et permettent le maintien d'un lien social régulier et de qualité.

Comment en bénéficier ?

Un dossier de demande de prise en charge doit être adressé au Conseil départemental ou à la caisse de retraite principale, qui permettra l'évaluation des besoins et la signature d'un plan d'aide personnalisé. L'Allocation Départementale Personnalisée à l'Autonomie (voir p. 20) peut aider à la prise en charge financière de ce service.



Centre Communal d'Action Sociale

• Service de maintien à domicile

7 rue Mulot
☎ 01 49 71 79 41

Associations privées d'aide à domicile

• CLE'O

56 boulevard Foch
☎ 01 34 22 02 44

• DOMUSVI domicile

93 avenue Joffre
☎ 01 74 90 38 19

• VYV CARE

9 rue des Chaumettes
93200 Saint-Denis
☎ 01 48 20 42 72

• Équipe familiale

50 bis rue Charles de Gaulle
95170 Deuil-la-Barre
☎ 01 39 83 02 25

• Mieux vivre chez soi

51 rue Carnot
95360 Montmagny
☎ 01 39 84 99 61

LA TÉLÉASSISTANCE

La téléassistance est un service proposé par le Conseil départemental de Seine-Saint-Denis, en partenariat avec le CCAS, aux personnes âgées et handicapées résidant sur la commune. Un transmetteur-dialogue relié au réseau téléphonique leur permet d'être en liaison directe avec un opérateur en cas de difficultés (chute, malaise, agression...), de jour comme de nuit. Une simple pression sur la télécommande et la communication est enclenchée, afin d'agir rapidement. L'installation est gratuite et l'abonnement mensuel, calculé en fonction des ressources financières du demandeur.



L'INFO EN +

Des services supplémentaires (vidéo et détecteur de fumée) peuvent être ajoutés sur demande.



Centre Communal d'Action Sociale

7 rue Mulot

• **Service téléassistance**

☎ 01 49 71 79 45

• **Service portage de repas**

☎ 01 49 71 79 42





LE PORTAGE DES REPAS

Le Centre Communal d'Action Sociale de la Ville propose un service de portage de repas à domicile pour les personnes âgées, handicapées ainsi que pour les personnes à mobilité réduite. La livraison de repas favorise le retour au domicile pour certaines personnes suite à une hospitalisation ou pour surmonter un handicap momentané.

Des menus appropriés

Le déjeuner est composé d'une entrée, d'un plat à base de viande, de poisson ou d'œuf et son accompagnement, d'un fromage ou un laitage, d'un dessert, d'un café ou un thé, de pain. La collation du soir est constitué d'un potage et d'un dessert.

Dans le respect du régime de chacun

Des repas sans sel ajouté et sans sucre sont fournis sur prescription médicale. Des menus sans viande, sans porc, sans graisse, mixés et sans poisson se font sur demande.

Une livraison quotidienne

Le déjeuner et le dîner sont livrés quotidiennement, dans la matinée. En prévision du week-end ou des jours fériés, les livraisons sont effectuées la veille.

Des prix adaptés

Le coût des repas est calculé en fonction des ressources du bénéficiaire, sur présentation d'une copie de l'avis d'imposition de l'année N-1.



LES SOINS À DOMICILE

Les soins à domicile peuvent être prescrits par le médecin et pris en charge par l'Assurance Maladie et/ou la mutuelle. Ils permettent aux personnes malades ou en situation de dépendance, qui ont besoins de soins réguliers spécifiques, d'éviter une hospitalisation. Il peut s'agir d'actes infirmiers, de soins d'hygiène, de séances de kinésithérapie ou d'orthophonie, de soins de podologie.

LE SOUTIEN AUX AIDANTS

Les Rives-Le Relais est une plateforme qui offre un espace de répit et de soutien aux aidants familiaux qui accompagnent un proche atteint de la maladie d'Alzheimer. Ils peuvent également y trouver des informations sur la maladie et les soins appropriés.

Associations de soins à domicile

- **Arc-en-ciel**
Réseau de soins palliatifs, soins de support

63 rue de Strasbourg
93200 Saint-Denis
☎ 01 49 33 05 55

- **VYV CARE**

9 rue des Chaumettes
93200 Saint-Denis
☎ 01 48 20 42 72

LES RIVES-LE RELAIS

142-146 avenue du Belvédère
93310 Le Pré-Saint-Gervais
☎ 01 56 27 06 90
✉ contact.les-rives-le-relais@fhsm.fr

LE PLAN CANICULE

Du 1^{er} juin au 15 septembre, la Ville met en place un dispositif de veille afin de venir en aide aux personnes âgées isolées, fragilisées ou dépendantes. Dès lors que l'alerte Canicule est déclenchée par le Préfet, les Spinassiens enregistrés sont systématiquement contactés afin de s'assurer de leur bien-être et de leur prodiguer les conseils nécessaires. Pour s'inscrire, il suffit de prendre attache auprès du CCAS.

**Centre Communal
d'Action Sociale**

· **Pôle Population Âgée**

7 rue Mulot

☎ 01 49 71 98 54



L'INFO EN +

0 800 06 66 66

Cette plateforme téléphonique est activée en cas de Plan Canicule, pour obtenir toutes les infos et les principales recommandations à suivre.

Plus d'infos sur le site du Ministère solidarites-sante.gouv.fr



05

*Vivre
en résidence
spécialisée*

LA RÉSIDENCE AUTONOMIE CAMILLE SAINT-SAËNS

La résidence, habilitée à l'aide sociale, propose aux plus de 60 ans autonomes, des appartements de type T1bis (33 m²) ou T2 (40 à 50 m²). Chacun dispose d'une kitchenette équipée et d'une salle de bain adaptée. L'établissement est situé dans un quartier calme, principalement pavillonnaire, aux abords du parc de la Chevrette et à proximité du centre-ville.

De nombreux services sont proposés : service de navette, bibliothèque équipée d'un accès internet, espace tisanerie, un salon de coiffure, une chambre d'hôtes et buanderie dans une résidence moderne et gardiennée 24 heures sur 24.

À noter que les permanences administratives, animations et actions de prévention (gym douce, yoga, jardinage, atelier cuisine, ateliers créatifs...) proposées sont également ouvertes aux Spinassiens de 60 ans et plus extérieurs à la résidence, tout comme le restaurant Saint-Saëns, accessible le midi du lundi au vendredi et dont le tarif est fixé en fonction du quotient familial.



Résidence Camille Saint-Saëns

1 allée Berthier
☎ 01 49 71 42 96



LES EHPAD

RÉSIDENCE LAURE ETENEAU

Gérée par Arpavie, association à but non lucratif 100% habilitée à l'aide sociale, la résidence Laure Eteneau est un Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD) qui accueille des résidents semi-autonomes, dépendants ou atteints de la maladie d'Alzheimer. L'établissement, situé en centre-ville, dispose de 50 studios individuels (avec possibilité d'accueil en couple), qui peuvent être loués meublés ou vides, en fonction des besoins. L'établissement est par ailleurs équipé d'un restaurant, un espace balnéothérapie, une salle de kinésithérapie et d'un salon de coiffure à la disposition de l'ensemble des résidents.

La résidence propose par ailleurs un accueil de jour de 10 places dédiées aux personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'autres troubles cognitifs. Durant leur temps d'accueil (jusqu'à plusieurs fois par semaine pour permettre aux aidants de souffler), elles bénéficient d'un accompagnement personnalisé et peuvent participer à des ateliers mêlant créativité, bien-être, chant et musique.



Résidence Laure Eteneau

3 rue de Paris
☎ 01 42 35 55 39



RÉSIDENCE JACQUES OFFENBACH

Cet établissement, également géré par l'association Arpavie et habilité à l'aide sociale, accueille les personnes en perte d'autonomie physique et/ou psychique. Il propose 55 logements fonctionnels d'environ 23 m², dont certains peuvent communiquer dans la perspective d'accueillir des couples. La résidence est par ailleurs dotée d'une infirmerie, d'un restaurant, d'une salle de kinésithérapie et de psychomotricité, d'un salon de coiffure et d'esthétique, d'une salle polyvalente avec terrasse, de salons d'étage et d'une boutique où s'approvisionner en magazines et en boissons.

L'admission se fait après l'examen des dossiers administratifs et médicaux par le médecin coordonnateur et une visite de pré-admission.



Résidence Jacques Offenbach

77 avenue Jean Jaurès
☎ 01 49 98 90 00

LES JARDINS D'ÉPINAY

Cette résidence médicalisée est gérée par le groupe DomusVi. Elle dispose de 82 lits pour des seniors, quel que soit leur degré de dépendance, et de 23 places réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés, qui peuvent être accueillis en court séjour ou de manière plus pérenne.

L'établissement, situé à 150 mètres des berges de Seine, dispose d'un beau jardin, très apprécié des résidents mais également d'un restaurant, d'un salon de coiffure et d'esthétique, d'une infirmerie, d'une salle de kinésithérapie, d'une salle polyvalente par étage et d'une boutique dans laquelle les résidents pourront trouver quelques essentiels du quotidien, comme notamment des produits d'hygiène.



Les Jardins d'Épinay

2 place du docteur
Jean Tarrus
☎ 01 49 71 50 30

06

Répertoire

LES ADRESSES ET NUMÉROS UTILES

À ÉPINAY

Centre Communal d'Action Sociale

7 rue Mulot

Pôle population âgée ☎ 01 49 71 98 54

Service d'accompagnement " La Navette "

☎ 01 49 71 99 33

Service de l'aide sociale légale ☎ 01 49 71 99 10

Service de l'aide sociale ☎ 01 49 71 98 71

ou 01 49 71 98 74

Service ADPA ☎ 01 49 71 79 32

Service maintien à domicile ☎ 01 49 71 79 41

Service téléassistance ☎ 01 49 71 79 45

Service portage de repas ☎ 01 49 71 79 42

Club Senior

15 avenue de la République ☎ 01 58 34 69 88

Service social départemental

38-40 avenue Salvador Allende ☎ 01 71 29 43 80

Maison de Justice et du Droit

1 rue de la Terrasse ☎ 01 48 23 22 27

Caisse Primaire d'Assurance Maladie

195 avenue Paul Vaillant-Couturier

93014 Bobigny

☎ 36 46

Direction Population âgée et Personnes Handicapées du Conseil départemental

Immeuble Verdi

8 A rue du Chemin Vert

93006 Bobigny

☎ 01 43 93 93 93

Maison Départementale des Personnes Handicapées

7-11 rue Erik Satie

93000 Bobigny

☎ 01 43 93 86 86

✉ info@place-handicap.fr

🌐 www.place-handicap.fr

Caisse d'Allocations Familiales

9 boulevard de la Commune de Paris

93200 Saint-Denis

☎ 08 10 25 93 10

Union Départementale des Associations Familiales

16 rue Hector Berlioz - 93011 Bobigny cedex

☎ 01 49 35 33 00

Les Rives Le Relais

142-146 avenue du Belvédère

93310 Le Pré-Saint-Gervais

☎ 01 56 27 06 90

Ligue Nationale contre le Cancer

10 avenue du Président J.F. Kennedy

93350 Le Bourget

☎ 01 48 35 17 01

Une Luciole dans la Nuit

(Écoute et accompagnement des personnes atteintes d'un cancer et de leur famille)

39 rue de Marseille

☎ 01 49 17 15 96 ou 07 89 01 58 59

✉ unelucioledanslanuit@gmail.com

🌐 www.unelucioledanslanuit.fr

France Alzheimer

49 avenue du Raincy

93250 Villemomble

☎ 01 43 01 09 66

✉ ollivet@club-internet.fr

🌐 francealzheimer.org/seinesaintdenis/

Café mémoire

(Accueil et écoute pour les personnes malades et les aidants)

Café La Civette - 93340 Le Raincy

☎ 01 48 11 21 92 ou 01 48 11 21 93

Foyer Ambroise Croizat

(formation, information, soutien familles)

166 avenue Victor Hugo

93300 Aubervilliers

☎ 01 48 34 89 72

Accueil de jour Coallia

" Les trois cerisiers "

20 boulevard de Gourgues

93600 Aulnay-sous-Bois

☎ 01 48 68 08 52

LES HÔPITAUX ET ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ

À ÉPINAY

Maison de santé - clinique de santé mentale

1 place du Docteur Jean Tarrus

☎ 01 42 35 67 67

Centre Médico-psychologique

18 rue de l'Avenir

☎ 01 58 34 47 00

Clinique des Platanes

25 rue du Commandant Bouchet

☎ 01 49 21 89 00

ET AUSSI...

Centre Hospitalier de Saint-Denis - Hôpital Casanova

11 rue Danielle Casanova - 93205 Saint-Denis

☎ 01 42 35 61 40

Unité cognito-comportementale Hôpital Casanova

(1^{er} étage)

11 rue Danielle Casanova - 93205 Saint-Denis

☎ 01 42 35 62 14

✉ ucc@ch-stdenis.fr

Centre Hospitalier de Saint-Denis Hôpital Delafontaine

2 rue du Docteur Delafontaine - 93205 Saint-Denis

☎ 01 42 35 61 40

Hôpital Avicenne (APHP)

125 route de Stalingrad - 93009 Bobigny

☎ 01 48 95 55 55

Centre Hospitalier Victor Dupouy

69 rue Lieutenant-Colonel Prudhon

95100 Argenteuil

☎ 01 34 23 24 25

Hôpital Simone Veil

14 rue de Saint-Prix - 95600 Eaubonne

☎ 01 34 06 60 00

Clinique de l'Estrée

35 rue d'Amiens - 93240 Stains

☎ 01 49 71 71 71

Clinique du Landy

23 rue du Landy - 93400 Saint-Ouen

☎ 08 25 74 34 84

Clinique de l'Orangerie

131 avenue Jean Jaurès - 93300 Aubervilliers

☎ 01 48 39 84 00

Centre cardiologique du Nord

32-36 rue des Moulins Gémaux

93200 Saint-Denis

☎ 01 49 33 41 41

Clinique Mirabeau Mont d'Eaubonne

37 avenue de Paris - 95600 Eaubonne

☎ 01 34 27 12 12

Clinique Claude Bernard

9 avenue Louis Armand - 95120 Ermont

☎ 01 30 72 34 34

Clinique des Sources

Soins de suite et réadaptation

6 bis avenue de la Terrasse - 95160 Montmorency

☎ 01 30 10 14 96

LES NUMÉROS D'URGENCE

- Pompiers : 18
- SAMU : 15
- Police Secours : 17
- Commissariat de police : 0149401700
- Police municipale : 0149719900
- Lutte contre la maltraitance : 39 77

CCAS

Centre Communal d'Action Sociale
7 rue Mulot
☎ 01 49 71 99 10
www.epinay-sur-seine.fr

Rédaction :
Ville d'Épinay-sur-Seine

Mise en page :
www.marionlm.com

Impression :
RAS - Juillet 2022