



Bien vieillir en Loire-Atlantique

**Guide pratique pour les personnes âgées
et leurs proches**

Édition 2021

**Loire
Atlantique**

Chaque personne âgée a un parcours, une histoire et des **souhaits particuliers**. Au fil des années et selon son état de santé, chacun peut être confronté à des choix différents : **rester chez soi, envisager un nouveau logement ou entrer dans un établissement**. Pour aujourd'hui ou pour demain, ce guide vous permettra de découvrir **les possibilités** qui sont **offertes en Loire-Atlantique**.
Être à l'écoute de tous : une volonté du Département.

sommaire

1 Vivre à son domicile	5
• L'adaptation de son logement	5
• La téléassistance	6
• Les services d'accompagnement et d'aide à domicile	8
• Les services de soins infirmiers	10
• Le portage des repas	10
• Vos déplacements	11
2 Changer de lieu de vie	13
• Les logements indépendants	13
• L'accueil familial	14
• Les logements individuels avec services	15
• Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD)	16
• Les unités de soins longue durée (USLD)	17
3 Trouver des solutions relais	19
• L'accueil de jour	19
• Les haltes-relais	19
• L'hébergement temporaire	19
• Les haltes répit	19
• Le répit à domicile / Le relayage	19
4 Bénéficier d'aides financières	21
• Les aides du Département	21
• Les autres aides	22
5 Profiter de son temps libre	25
• L'agenda des sorties en Loire-Atlantique	25
• Les randonnées en Loire-Atlantique	25
• Espaces naturels et balades nature	25
• La Maison du Lac de Grand-Lieu	25
• Les sites de Grand Patrimoine	26
• Les Archives départementales	27
6 Contacts utiles	29



1 Vivre à son domicile

Garder ses repères, entretenir son logement, bénéficier de soins, maintenir des liens sociaux... Pour pouvoir vivre à son domicile avec un maximum d'autonomie, il existe différents soutiens possibles.

→ L'adaptation de son logement

Le Département accorde aux propriétaires de plus de 60 ans, bénéficiaires de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) et sous certaines conditions, des subventions pour des travaux d'adaptation de logements (pose de monte-escalier, construction d'une nouvelle pièce en rez-de-chaussée ou de sanitaires plus accessibles...). SOLIHA, partenaire du Département, peut vous accompagner dans toutes les phases de votre projet de travaux, de l'étude de vos besoins jusqu'à la conduite du chantier, en proposant aussi une aide administrative.

+ Aides financières possibles *(sous certaines conditions)*

- Aide à l'amélioration de l'habitat privé

+ Qui contacter ?

- > **Pour un accompagnement global**, SOLIHA Loire-Atlantique : 02 40 44 99 44
- Retrouvez les lieux d'informations sur l'habitat et logement près de chez vous sur loire-atlantique.fr/info-logement
- > **Pour une demande de subvention**, le service habitat du Département : 02 40 99 12 82 ou directement sur loire-atlantique.fr/habitat

+ Plus d'infos ? loire-atlantique.fr

le service d'assistance 24h/24h

Le Département gère un service de téléassistance 7j/7 et 24h/24 qui apporte assistance et réconfort. Par simple appui sur un médaillon, vous pouvez être mis-es en relation avec le centre d'écoute, sans décrocher votre téléphone. Selon la nature de l'appel, un-e chargé-e d'écoute peut prévenir un proche ou faire intervenir un service d'urgence.

D'autres services sont proposés sans supplément :

- un détecteur de fumée connecté,
- un détecteur de chute intelligent,
- un service d'assistance pour faire face aux imprévus du quotidien ou à une difficulté passagère.

Le Département propose deux formules d'abonnement :

- une formule **CLASSIQUE** avec l'accès à tous les services de la téléassistance depuis son domicile
- une formule **MOBILE** qui comprend les services de la formule **CLASSIQUE** + un **téléphone mobile** adapté avec dispositifs d'assistance.



+ Aides financières possibles *(sous certaines conditions)*

- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)

+ Qui contacter ?

- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ? → loire-atlantique.fr/teleassistance



→ Les services d'aide et d'accompagnement à domicile

Les services d'aide à domicile proposent de l'aide au ménage, aux courses, aux repas, à la toilette ou de l'accompagnement... Vous pouvez choisir l'emploi direct et recruter vous-même cette aide à domicile. Vous en êtes l'employeur et gérez toutes les formalités administratives.

Vous pouvez également faire appel à des organismes : associations, entreprises ou Centres communaux d'action sociale (CCAS).

Vous choisissez alors entre deux types de fonctionnement :

- **Le mode prestataire** : l'organisme est l'employeur de l'intervenant-e à domicile. Il veille à vous fournir un service adapté et émet la facture correspondant à la prestation.
- **Le mode mandataire** : l'organisme vous met en relation avec un-e intervenant-e à domicile. Il assure l'ensemble des formalités administratives, mais vous demeurez l'employeur légal de l'aide à domicile.

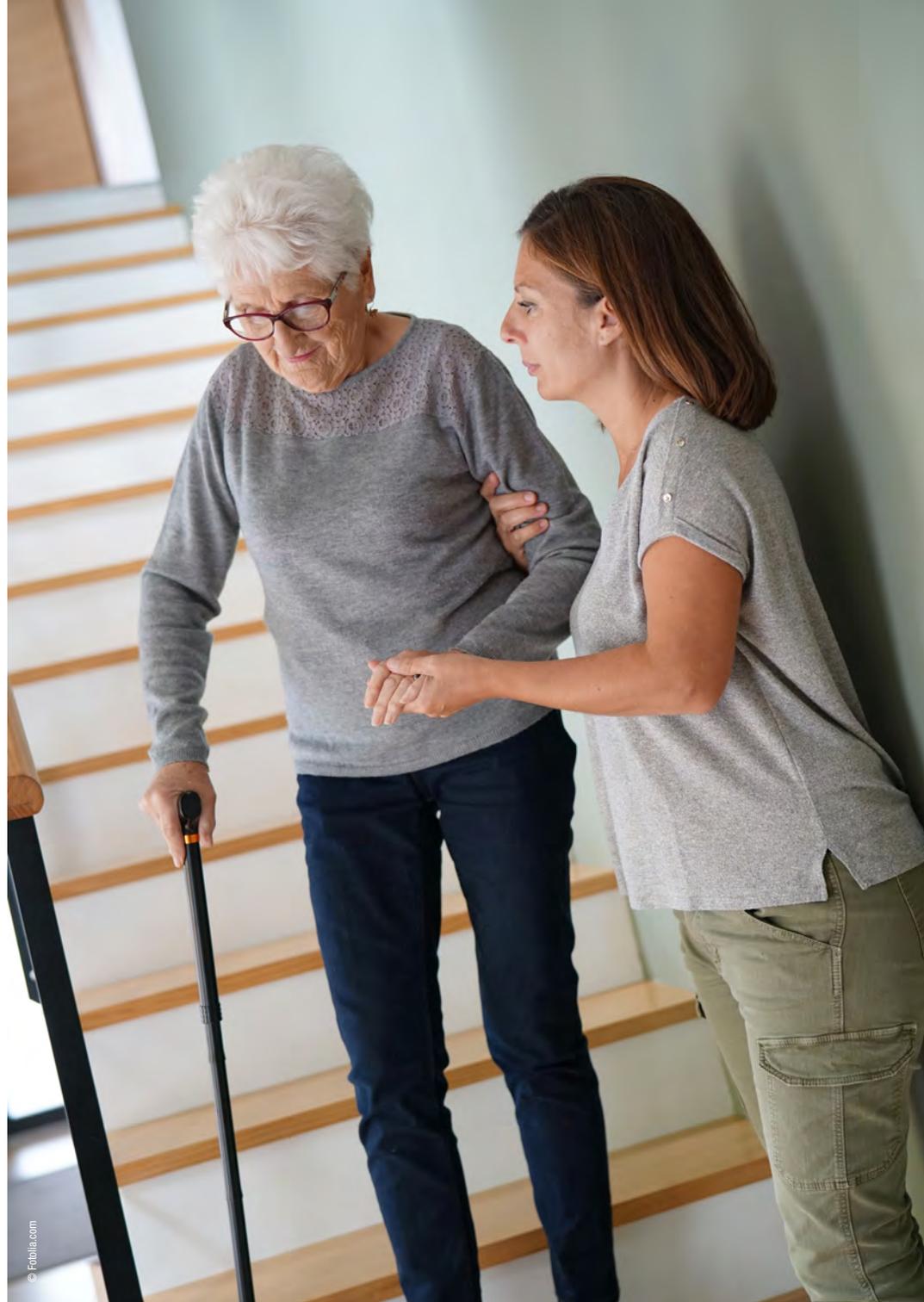
+ Aides financières possibles *(sous certaines conditions)*

- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- Aide sociale
- CPAM, caisse de retraite et MSA

+ Qui contacter ?

- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ? → loire-atlantique.fr/saad



→ Les services de soins infirmiers

De nombreux services de soins infirmiers à domicile (SSIAD) existent en Loire-Atlantique. Sur prescription médicale, des infirmier-es ou aides-soignant-es peuvent se déplacer à domicile.

+ Aides financières possibles (sous certaines conditions)

- CPAM, mutuelle et MSA

+ Qui contacter ?

- Votre médecin traitant
 - L'Agence régionale de la santé (ARS)
 - Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ? → loire-atlantique.fr/ssiad

→ Le portage de repas

Des repas peuvent être livrés à votre domicile. Ainsi, vous :

- **consommez des repas diététiques** qui respectent vos besoins et vos éventuelles restrictions alimentaires,
- **recevez la visite régulière d'une personne** qui, en livrant le repas, échange quelques mots, prend des nouvelles.

+ Aides financières possibles (sous certaines conditions)

- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- Aide sociale

+ Qui contacter ?

- Les unités personnes âgées/personnes handicapées du Département
 - Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ? → loire-atlantique.fr/bienvieillir

→ Vos déplacements

Pour faire une course, vous rendre à un rendez-vous ou visiter un proche, plusieurs solutions existent pour vos déplacements :

- **les transports en commun** : les sociétés de transport en commun de Nantes Métropole (TAN) ou de l'agglomération nazairienne (STRAN) proposent des tarifs réduits pour les retraité-es et des possibilités de transport à la demande.
- **le transport à la demande** : en dehors des agglomérations, le service Aléop à la demande assure un transport collectif depuis votre domicile pour des déplacements ponctuels et de proximité en complément des lignes régulières du réseau Aléop pour le coût d'un ticket classique. Certaines communes ainsi que des sociétés de transport privées assurent également de façon régulière ou occasionnelle le transport des personnes à mobilité réduite dans des véhicules adaptés.
- **le transport solidaire** : sur les secteurs où l'offre de transport est insuffisante ou inaccessible, la création d'associations de transport solidaire se développe grâce à des chauffeurs bénévoles. Ces personnes sont indemnisées pour leurs frais de déplacement. Des annonces de co-voiturage solidaire sont disponibles sur ouestgo.fr
Le Département de Loire-Atlantique accompagne et soutient la création d'associations de transport solidaire.

+ Aides financières possibles (sous certaines conditions)

- Certaines caisses de retraites proposent des aides spécifiques à la mobilité

+ Qui contacter ?

- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Voir coordonnées p.29 à 33
- AlloTAN : 02 40 444 444
 - AlloSTRAN : 04 40 00 75 75
 - Aléop : 09 69 39 40 44

+ Plus d'infos ?

- Sur les sites internet des sociétés de transport en commun.
→ www.ouestgo.fr
plateforme de covoiturage régulier et solidaire.



2 Changer de lieu de vie

Au fil des années, l'éloignement des commerces, la difficulté à se déplacer et à être totalement autonome sont autant d'éléments pour envisager un nouveau "chez soi".

→ Les logements indépendants

Si vous souhaitez changer d'habitat tout en gardant votre indépendance, il existe des logements conçus pour faciliter le quotidien.

Dans un environnement rassurant, vous profitez de compagnie, d'activités, de commerces et services de proximité et éventuellement d'un accompagnement régulier. De nombreuses solutions existent :

• L'habitat partagé

Partager son logement présente des avantages : la possibilité de continuer à vivre chez soi, une présence rassurante, des services rendus et des économies réalisées grâce au partage des frais. Des associations peuvent vous mettre en relation avec un·e jeune travailleur·euse ou un·e étudiant·e à la recherche d'un logement. Des collocations de seniors sont également possibles.

• Les logements du parc social

Adaptés au vieillissement et à la perte d'autonomie, ces logements sont accessibles pour un loyer modéré et encadré par l'État. Si vous habitez déjà dans un logement social classique, votre bailleur peut vous proposer un logement adapté ou des solutions pour aménager votre logement actuel.

+ Aides financières possibles (sous certaines conditions)

- Allocation de logement à caractère social (ALS)
- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- Allocation personnalisée au logement (APL)

+ Qui contacter ?

- Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
 - Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
 - La Caisse d'allocations familiales (CAF)
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ?

- Liste de tous les lieux de vie pour personnes âgées sur loire-atlantique.fr/habitat-senior

→ L'accueil familial

L'accueil familial permet à une personne âgée de bénéficier d'un accueil permanent ou temporaire à temps complet ou partiel au sein d'une famille dont l'un des membres adultes a été agréé par le Département comme accueillant-e familial-e.

Vous disposez d'une chambre, participez à la vie de famille et profitez d'un accompagnement personnalisé assuré par l'accueillant-e familial-e et son entourage. Les deux parties s'engagent réciproquement en signant le contrat d'accueil type qui fixe les conditions de rémunération mais aussi les obligations matérielles et morales de chacune.

+ Aides financières possibles (sous certaines conditions)

- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- Aide sociale

+ Qui contacter ?

- Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
- l'unité accueil familial du Département : 02 51 17 21 79
- Les unités personnes âgées / personnes handicapées du Département

→ Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ?

→ loire-atlantique.fr/accueil-familial

→ Les logements individuels avec services

- **Le village-retraite** : groupement de maisons individuelles fréquemment implanté en périphérie de ville ou dans des bourgs. La personne âgée vit de manière autonome et peut bénéficier des prestations proposées par une maison de retraite située à proximité (repas, activités...)
- **La résidence-service ou résidence seniors** : résidence composée de logements privatifs associés à des espaces collectifs et des services payants : présence journalière, animations, restauration... Vous pouvez y acheter ou y louer un appartement.
- **Le domicile-service** : les prestations d'un domicile-service sont identiques à celles d'une résidence-service, seulement les logements sont situés dans le parc locatif social avec des loyers encadrés.
- **La résidence autonomie (ex foyer-logement)** : établissement médico-social public ou privé à but non lucratif, il comporte à la fois des logements individuels et des espaces dédiés à la vie collective. Les personnes accueillies sont autonomes ou faiblement dépendantes et bénéficient de la présence de professionnel-les qui assurent les soins courants et proposent des animations. À vocation sociale, le coût du logement y est modéré.

Le Département soutient les résidences autonomie avec la création de 1000 places supplémentaires d'ici 2021 et à travers le financement d'actions de prévention à la perte d'autonomie.

Exemple : activités physique adaptées, ateliers mémoire, diététique...

+ Aides financières possibles (sous certaines conditions)

- Allocation personnalisée au logement (APL)
- Allocation de logement à caractère social (ALS)
- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- Aide sociale à l'hébergement du Département

+ Qui contacter ?

- Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
- La Caisse d'allocations familiales (CAF)

→ Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ?

→ [Annuaire des logements adaptés sur loire-atlantique.fr/habitat-senior](http://loire-atlantique.fr/habitat-senior)



→ Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes - EHPAD

• À qui s'adressent les EHPAD ?

Les EHPAD, maisons de retraite médicalisées, s'adressent aux personnes âgées partiellement ou totalement dépendantes. Ils proposent un accompagnement global 24h/24 avec un hébergement en chambre personnelle, des prestations hôtelières, la restauration, des animations et des soins quotidiens. Selon les capacités de chaque établissement, l'accompagnement des personnes atteintes d'Alzheimer ou de maladies apparentées est possible.

Près de 200 EHPAD (associatifs, publics, commerciaux) existent en Loire-Atlantique. Ils sont liés par convention avec le Département qui participe à leur financement et contrôle la qualité de l'accompagnement des personnes accueillies dans ces résidences.

• Quel accompagnement ?

Selon l'état de santé de la personne, les résident-es sont aidé-es par le personnel pour les actes essentiels de la vie : se lever, se coucher, se laver, manger... Des soins quotidiens (pansements, mesure de la glycémie, distribution des médicaments...) sont effectués par l'équipe soignante sous le contrôle d'un-e médecin coordinateur-riche. Cette équipe se charge également de la coordination avec les autres professionnel-les de santé (médecin traitant, spécialiste...).

• Combien ça coûte ?

Le coût de la journée comprend le coût de l'hébergement et un tarif dépendance. Les soins et une partie du matériel médical sont pris en charge par l'Assurance maladie et ne sont pas facturés aux résident-es. Plusieurs aides financières existent pour les frais d'hébergement et les frais liés au tarif dépendance.

• Quand et comment faire une demande d'admission ?

Ces établissements sont très sollicités. Aussi, à partir d'un certain âge, une inscription de précaution dans plusieurs structures est souvent conseillée car elle permet d'organiser les suites dans les meilleures conditions. Désormais, tous les établissements utilisent un dossier national unique d'admission qui comporte un volet administratif et un volet médical.



→ Les unités de soins longue durée - USLD

Les USLD sont des structures hospitalières s'adressant à des personnes très dépendantes dont l'état nécessite une surveillance médicale constante (ex : handicap psychique). Comme en EHPAD, l'accompagnement y est global mais les moyens médicaux y sont plus importants.

+ Aides financières possibles *(sous certaines conditions)*

- Aide au logement
- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- Aide sociale à l'hébergement

+ Qui contacter ?

- Les unités personnes âgées / personnes handicapées du Département
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
 - Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ?

- Annuaire des établissements de Loire-Atlantique sur loire-atlantique.fr/bienveillir
- www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr

3 Trouver des solutions relais

Conjoint·es, enfants, ami·es, voisin·es, bénévoles...
Nombreux sont ceux à vivre aux côtés d'un·e proche âgé·e et à l'aider dans les gestes du quotidien. Ils sont appelés proches aidant·es. Aussi, pour s'absenter une heure, une demi-journée, un week-end ou pendant des vacances, il existe des solutions relais.

→ L'accueil de jour

Pour les personnes de 60 ans et plus qui souffrent d'une perte d'autonomie, de la maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées. Il s'agit d'une prise en charge pour une ou plusieurs journées par semaine dans des structures autonomes ou adossées à un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD). Il existe également des accueils de jour familiaux (cf : page 14).

→ Les haltes-relais

Les haltes-relais accueillent la personne malade d'Alzheimer et son proche aidant. Ils peuvent y partager un temps de convivialité et de loisirs une à deux fois par mois.

→ L'hébergement temporaire

En établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) : la personne âgée peut être accueillie durant une période limitée pour diverses raisons (absences de l'entourage...).

→ Les haltes répit

Les haltes répit accueillent pour quelques heures les personnes âgées dépendantes, désorientées ou souffrant de troubles de la mémoire. Elles proposent des activités adaptées aux pathologies de la personne accueillie.

→ Le répit à domicile / le relayage

Un intervenant d'une association de maintien à domicile formé à l'accompagnement des personnes désorientées se rend à domicile pour relayer le proche aidant sur une durée variable.



+ Aides financières possibles *(sous certaines conditions)*

- Allocation personnalisée d'autonomie (APA)

+ Qui contacter ?

- Les unités personnes âgées/personnes handicapées du Département
 - Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
 - Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ? → loire-atlantique.fr/bienvieillir



4 Bénéficiaire d'aides financières

Il existe plusieurs aides financières pour faciliter le maintien à domicile des personnes âgées ou le financement d'un hébergement.

→ Les aides du Département

- **L'allocation personnalisée d'autonomie – APA**

L'APA est destinée aux personnes âgées de plus de 60 ans en perte d'autonomie. Elle permet de financer (en partie ou totalement selon les ressources) les frais liés à une aide à domicile, à l'accueil de jour ou à l'hébergement temporaire, à l'adaptation de son logement (pose de rampes, accès aux sanitaires), et différents services tels que la téléassistance ou le portage de repas. Elle couvre également, en établissements, les surcoûts liés à la perte d'autonomie. Pour toute demande d'APA à domicile, un dossier est à adresser à l'unité personnes âgées du Département la plus proche. Après l'évaluation de vos besoins par un·e professionnel·le chez vous, un plan d'aide personnalisé vous est proposé.

- **Le Chèque autonomie**

Il s'agit du versement de l'APA sous la forme de chèques emploi service universel (CESU) préfinancés. Le montant du chéquier correspond au plan d'aide. Ces chèques permettent de rémunérer de manière simple et sûre l'intervenant·e employé·e en emploi direct ou en mode mandataire.

+ Qui contacter ?

- Les unités personnes âgées / personnes handicapées du Département
- Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC)
- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre mairie
- Voir coordonnées p.29 à 33
- Les hôpitaux
- Certaines associations (service d'aide à domicile...)

+ Plus d'infos ?

→ Le dossier de demande APA est téléchargeable sur loire-atlantique.fr/apa

- **L'aide sociale aux personnes âgées**

Aide destinée aux personnes de plus de 60 ans qui ne disposent pas des ressources suffisantes pour payer leurs frais d'hébergement en établissement. Dans ce cas, cette aide intervient uniquement lorsque la personne et les membres de sa famille proche, appelés « obligés alimentaires (parents, enfants, conjoint) », ne peuvent pas financer l'intégralité du coût d'hébergement.

Elle peut aussi financer certaines aides à domicile (aide ménagère, portage de repas). Dans les deux cas, les sommes versées peuvent être récupérées sous certaines conditions (héritage, donation...).

+ Qui contacter ?

- Le Centre communal d'action sociale (CCAS) du lieu d'implantation de l'établissement ou de votre mairie
 - Les unités personnes âgées / personnes handicapées du Département
- Voir coordonnées p.29 à 33

+ Plus d'infos ?

- Simulateur de calcul pour l'aide sociale à l'hébergement sur loire-atlantique.fr/obligation-alimentaire

→ **Les autres aides**

- **Les aides au logement**

À domicile ou en établissement, vous pouvez solliciter une aide financière destinée à réduire les dépenses liées au logement auprès de la CAF (ou de la MSA pour les retraités qui relèvent du régime agricole).

- **Les aides des caisses de retraite**

Lorsque vous ne pouvez pas bénéficier de l'APA, votre caisse de retraite peut être susceptible de vous apporter des aides financières ou matérielles. Par ailleurs, certaines d'entre elles développent des actions de prévention destinées à prévenir le risque de perte d'autonomie.





5 Profiter de son temps libre

Randonnées, visites, expositions... Voici quelques idées pour vous guider dans le choix de vos sorties loisirs :

→ L'agenda des sorties en Loire-Atlantique

Une exposition, un concert, une sortie nature, un vide-grenier ou pourquoi pas un thé dansant... Faites votre choix dans l'agenda des sorties et loisirs.

+ Plus d'infos ? → loire-atlantique.fr/agenda

→ Les randonnées en Loire-Atlantique

À pied, à vélo ou à cheval, plus de 300 itinéraires sont répertoriés et classés pour trouver une randonnée et être guidé tout au long de votre balade.

+ Plus d'infos ? → rando.loire-atlantique.fr

→ Espaces naturels et balades nature

Le Département et ses associations partenaires vous proposent toute l'année des balades nature pour découvrir les richesses des espaces naturels.

+ Plus d'infos ? *Carte des lieux à découvrir et agenda des balades sur :*
→ nature.loire-atlantique.fr

→ La Maison du Lac de Grand-Lieu

Plongez dans les secrets du lac de Grand-Lieu à travers une visite mêlant ludique et fantastique !

+ Plus d'infos ?

La Maison du Lac de Grand-Lieu à Bouaye - Tél. 02 28 25 19 07
Horaires d'ouverture selon période et tarifs consultables sur :
maisondulacdegrandlieu.com

Les sites patrimoniaux de Loire-Atlantique offrent un parcours varié de promenades, de visites guidées et d'expositions temporaires dans des lieux d'exception.

→ Musée Dobrée

Au cœur de Nantes, le musée Dobrée réunit trois édifices remarquables : le palais Dobrée, de style néo-médiéval daté du XIX^e siècle ; le manoir de la Touche, ancienne résidence épiscopale du XV^e siècle et le bâtiment Ferré, construit dans les années 1970.

+ Plus d'infos ?

Le musée Dobrée est actuellement fermé pour rénovation.

Plus d'informations sur le projet :
loire-atlantique.fr/museedobree

→ Domaine de la Garenne Lemot

Sur les bords de la Sèvre Nantaise, le domaine de la Garenne Lemot présente une architecture aux inspirations italiennes au milieu d'un parc boisé de treize hectares.

+ Plus d'infos ?

*Promenade dans le parc en accès libre et gratuit.
Visites guidées, ateliers enfants, expositions temporaires et programme estival d'animations. Ouvert toute l'année.*

Domaine de la Garenne Lemot à Gétigné
Tél. 02 40 54 75 85 / grand-patrimoine.loire-atlantique.fr

→ Château de Châteaubriant

Tout à la fois forteresse médiévale et édifice de la Renaissance, le château de Châteaubriant raconte dix siècles d'histoire.

+ Plus d'infos ?

*Promenade et parcours dans les jardins du château en accès libre et gratuit.
Visites guidées, ateliers enfants, expositions temporaires et programme estival d'animations. Ouvert toute l'année.*

Château de Châteaubriant
Tél. 02 40 28 20 20 / grand-patrimoine.loire-atlantique.fr



→ Château de Clisson

Classé monument historique, le château de Clisson offre de nombreux exemples d'architecture défensive.

+ Plus d'infos ?

Parcours libre dans le château. Visites guidées, ateliers enfants et programme estival d'animations. Ouvert toute l'année sauf au mois de janvier.

Château de Clisson
Tél. 02 40 54 02 22 / grand-patrimoine.loire-atlantique.fr

→ Archives départementales

Les Archives départementales proposent une vaste palette d'activités culturelles à destination de tous les publics, passionnés d'histoire ou simples curieux : visite guidée, expositions, conférences, cours d'initiation à la recherche historique, projections de la cinémathèque de Bretagne...

+ Plus d'infos ? Accès gratuit

Archives départementales - 6 rue de Bouillé à Nantes
Tél. 02 51 72 93 20 / archives.loire-atlantique.fr



6 Contacts utiles

→ Les Centres locaux d'information et de coordination - CLIC

Véritables lieux ressources pour les personnes âgées et leurs proches, les CLIC exercent plusieurs missions d'accompagnement :

- informer sur les droits, les prestations, les services et les démarches à effectuer ;
- réaliser une évaluation complète des besoins et orienter vers les réponses adaptées : aide à domicile, soins infirmiers, adaptation du logement, aides financières...
- coordonner les actions et interventions de professionnel·les puis en assurer le suivi
- proposer des actions de prévention

En Loire-Atlantique, 21 CLIC vous accueillent :

■ Ancenis - CLIC du Pays d'Ancenis - Bureau Info Aînés

Espace Corail, 30 place Francis-Robert

Tél. 02 40 96 12 51 - clic.ancenis@wanadoo.fr

Ancenis-Saint-Géréon / Couffé / Joué-sur-Erdre / La Roche-Blanche / Le Cellier / Le Pin / Ligné / Loireauxence / Mésanger / Montrelais / Mouzeil / Oudon / Pannecé / Pouillé-les-Côteaux / Riaillé / Teillé / Trans-sur-Erdre / Vallons-de-l'Erdre / Vair-sur-Loire

■ Bouguenais - CLIC Loire-Acheneau

Maison de quartier - 9 rue de la Grande Ouche

Tél. 02 40 69 41 10 - clicloireacheneau@ville-bouguenais.fr

Bouaye / Brains / La Montagne / Le Pellerin / Rezé-Bouguenais / Saint-Aignan-de-Grand-Lieu / Saint-Jean-de-Boiseau / Saint-Léger-les-Vignes

■ Thouaré-sur-Loire - CLIC Intercommunal Loire et Erdre

23 rue de Mauves

Tél. 02 28 22 20 35 - clic@mairie-carquefou.fr

Carquefou / Mauves-sur-Loire / Saint-Luce-sur-Loire / Thouaré-sur-Loire

■ **Châteaubriant - CLIC du Pays de Châteaubriant**

13 rue d'Angers

Tél. 02 28 04 05 85 - clicdupaysdechateaubriant@wanadoo.fr

Abbaretz / Châteaubriant / Derval / Erbray / Fercé / Grand-Auverné / Issé / Jans / Juigné-les-Moutiers
La Chapelle-Glain / La Grigonnais / La Meilleraye-de-Bretagne / Louisfert / Lusanger / Marsac-sur-Don
Moisdon-la-Rivière / Mouais / Noyal-sur-Brutz / Nozay / Petit-Auverné / Puceul / Rougé / Ruffigné / Saffré
Saint-Aubin-des-Châteaux / Saint-Julien-de-Vouvantes / Saint-Vincent-des-Landes / Sion-les-Mines
Soudan / Soulvache / Treffieux / Vay / Villepot

■ **Couëron - CLIC Couëron / Sautron**

9 place Charles-de-Gaulle

Tél. 02 40 38 51 42 - service.clic@mairie-coueron.fr

Couëron / Sautron

■ **Grandchamp-des-Fontaines**

CLIC d'Erdre & Gesvres et du pays de Blain

Parc d'activités La Grand'haie - 1 rue Marie Curie

Tél. 02 28 02 25 45 - clic.cceg.ccpb@cceg.fr

Blain / Bouvron / Casson / Fay-de-Bretagne / Grandchamp-des-Fontaines / Héric / La Chevallerais
Le Gâvre / Les Touches / Nort-sur-Erdre / Notre-Dame-des-Landes / Petit-Mars / Saint-Mars-du-Désert
Sucé-sur-Erdre / Treillières / Vigneux-de-Bretagne

■ **Guérande - CLIC Éclair'âge**

26 bis Faubourg St Michel - Tél. 02 40 62 64 64 - eclair-age@wanadoo.fr

Assérac / Batz-sur-Mer / Guérande / Herbignac / La Turballe / La Baule-Escoubiac / Le Croisic
Le Pouliguen / Mesquer / Piriac-sur-Mer / Saint-Lyphard / Saint-Molf

■ **La Chevrolière - CLIC Vivre son Âge**

Parc d'activités de Tournebride, 17 rue de la Guillauderie

Tél. 02 40 36 06 42 - clic-vivresonage@orange.fr

Geneston / La Chevrolière / La Limouzinière / Le Bignon / Pont-Saint-Martin
Saint-Lumine-de-Coutais / Montbert / Saint-Colomban / Saint-Philbert-de-Grandlieu

■ **Le Loroux-Bottereau - CLIC Atout'Âge**

51 rue de la Loire - Tél. 02 51 71 95 89 - atout-age@wanadoo.fr

Divatte-sur-Loire / La Boissière-du-Doré / La Chapelle-Heulin / La Regrippière / La Remaudière
Le Landreau / Le-Loroux-Bottereau / Le Pallet / Mouzillon / Saint-Julien-de-Concelles / Vallet

■ **Machecoul Saint-Même - CLIC Pass'Âges**

10 boulevard Gondy à Machecoul

Tél. 02 51 70 93 37 - clicpass-ages@laposte.net

Corcoué-sur-Logne / La Mame / Legé / Machecoul-Saint-Même / Paulx / Saint-Étienne-de-Mer-Morte
Saint-Mars-de-Coutais / Touvois / Vue

■ **Nantes - CLIC Nantes Entour'Âge**

10, rue Léopold-Cassegrain

Tél. 02 40 99 29 80 - nantesentourage-clic@mairie-nantes.fr

■ **Orvault - CLIC Orvault / La Chapelle-sur-Erdre**

9 rue Marcel-Deniau - Tél. 02 51 78 32 12 - clic@mairie-orvault.fr

La Chapelle-sur-Erdre / Orvault

■ **Pont-Château - CLIC Au fil de l'âge**

Z.I du Landas, 4 Allée Denis Papin

Tél. 02 40 42 61 93 - clic-pontchateau@orange.fr

Bouée / Campbon / Cordemais / Crossac / Dréfféac / Guenrouet / La Chapelle-Launay / Lavau-sur-Loire
Le Temple-de-Bretagne / Malville / Missillac / Pont-Château / Prinquiau / Quilly / Sainte-Anne-sur-Brivet
Sainte-Reine-de-Bretagne / Saint-Étienne-de-Montluc / Saint-Gildas-des-Bois / Savenay / Sévérac

■ **Pornic - CLIC Pornic Agglo Pays de Retz**

2 rue du Docteur Ange-Guépin - Tél. 08 00 30 77 12 - clic@pornicagglo.fr

Chaumes-en-Retz / Chauvé / Cheix-en-Retz / La Bernerie-en-Retz / La Plaine-sur-Mer
Les Moutiers-en-Retz / Pornic / Port-Saint-Père / Préfaillies / Saint-Hilaire-de-Chaléons / Sainte-Pazanne
Saint-Michel-Chef-Chef / Rouans / Villeneuve-en-Retz / Vue.

■ **Redon - CLIC Redon Agglomération**

3 rue Charles-Sillard - Tél. 02 99 71 12 13 - clic@redon-agglomeration.bzh

Avessac / Conquereuil / Fégréac / Guémené-Penfao / Massérac / Pierric / Plessé
Saint-Nicolas-de-Redon

■ **Rezé - CLIC Les Sorinières / Rezé**

Centre social André-Coutant, 12 rue des Déportés

Tél. 02 51 82 58 10 - clic-sorinieres-reze@mairie-reze.fr

Les Sorinières / Rezé

■ **Saint-Brevin-les-Pins - GUIPA CLIC Sud Estuaire**

28 avenue Jules-Verne - Tél. 02 40 27 75 12 - guipa.clic@cc-sudestuaire.fr

Corsept / Frossay / Paimboeuf / Saint-Brevin-les-Pins / Saint-Père-en-Retz / Saint-Viaud

■ **Saint-Herblain - CLIC Seniors Indre/Saint-Herblain**

2 rue de l'Hôtel de Ville

Tél. 02 28 25 27 86 - clicseniors@saint-herblain.fr

Indre / Saint-Herblain

■ **Saint-Hilaire-de-Clisson - CLIC Vallée Clisson Sèvre et Maine**

26 rue de l'ancienne mairie

Tél. 02 85 52 16 39 - contact@clicvalleedeclisson.fr

Aigrefeuille-sur-Maine / Boussay /Château-Thébaud / Clisson / Gétigné / Gorges / Haute-Goulaine /
La Haye-Fouassière / La Planche / Maisdon-sur-Sèvre / Monnières / Remouillé / Saint-Fiacre-sur-Maine /
Saint-Hilaire-de-Clisson / Saint-Lumine-de-Clisson / Vieilleville

■ **Saint-Nazaire - CLIC Pilot'Âge**

37 rue Pierre-Mendes-France

Tél. 02 40 17 19 20 - clicpilotage@mairie-saintnazaire.fr

Besné / Donges / La Chapelle-des-Marais / Montoir-de-Bretagne / Pornichet / Saint-André-des-Eaux
Saint-Joachim / Saint-Malo-de-Guersac / Saint-Nazaire / Trignac

■ **Vertou - CLIC Ville Vill'Âges**

1, rue de la Garenne - Tél. 02 28 01 82 24 - clic-ville-vill-ages@wanadoo.fr

Basse-Goulaine / Saint-Sébastien-sur-Loire / Vertou

→ Les Centres communaux d'action sociale - CCAS

En charge de l'action sociale dans votre commune, le CCAS vous informe et vous oriente vers les bons interlocuteurs. Certains CCAS peuvent attribuer des aides, être gestionnaires d'un établissement ou d'un service à domicile et organiser des animations. Pour connaître les coordonnées de votre CCAS, contactez votre mairie ou consultez l'annuaire en ligne sur loire-atlantique.fr/ccas

→ Les Unités personnes âgées/ personnes handicapées du Département

Services du Département, les unités personnes âgées/personnes handicapées sont des lieux d'information et d'instruction de dossiers. Répartis sur le territoire, les médecins, instructeur-rices et évaluateur-rices étudient les demandes de prestations à domicile et en établissement. Retrouvez les coordonnées de l'unité personnes âgées/personnes handicapées de votre secteur sur loire-atlantique.fr/paph

- **Délégation Nantes**
26 boulevard Victor-Hugo - CS 96308- 44263 Nantes
Tél. 02 44 76 74 33
- **Délégation Saint-Nazaire**
12 place Pierre-Semard - BP 30423- 44616 Saint-Nazaire
Tél. 02 49 77 41 57
- **Délégation Châteaubriant**
1 rue Gabriel-Delatour - BP 129 - 44144 Châteaubriant cedex
Tél. 02 28 04 04 80
- **Délégation Vignoble**
2 cours des marches de Bretagne - CS 39431 - 44191 Clisson
Tél. 02 40 54 30 01
- **Délégation Ancenis**
118 rue du Maréchal Foch - CS 50166 - 44155 Ancenis cedex
Tél. 02 40 83 05 17
- **Délégation Pays de Retz**
10-12 rue du Docteur Guilmin - CS 91739 - 44215 Pornic cedex 15
Tél. 02 40 64 38 30

→ Autres organismes

- **Allo Maltraitance (ALMA)** - Tél. 02 40 71 07 10
- **Agence nationale de l'habitat (ANAH)** Tél. 02 40 67 26 26
- **Association française des aidants**
www.aidants.fr - Courriel : aide@aidants.fr
- **Association France Parkinson**
Tél. 01 45 20 22 20 - www.franceparkinson.fr
- **Association Santé Migrants de Loire-Atlantique (ASAMLA)**
Tél. 02 40 48 51 99
- **Association soutien aux conseils de vie sociale en établissement (ASCVS)** Tél. 06 75 17 26 59
- **Caisse d'allocations familiales (CAF)**
Tél. 08 10 25 44 10* - www.caf.fr
- **SOLIHA**
12 rue de la Haltinière - BP 42533 - 44325 Nantes cedex 3
Tél. 02 40 44 99 44 - www.loire-atlantique.soliha.fr
- **France Alzheimer**
Tél. 02 40 12 19 19 - www.francealzheimer.org
- **Maison des aidants**
2 rue de Courson - 44000 Nantes - Tél. 02 51 89 17 60
- **Ministère de la santé**
www.sante.gouv.fr
- **Portail national d'information pour l'autonomie des personnes âgées et l'accompagnement de leurs proches**
Tél. 08 20 10 39 39 (0.15€/min) - www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr
- **Union départementale des associations familiales 44**
Tél. 02 51 80 30 00 - aidants44.fr

Les CLIC peuvent vous renseigner sur les autres organismes de Loire-Atlantique.

→ Glossaire

- **ALS** : Allocation de logement social
- **APA** : Allocation personnalisée d'autonomie
- **APL** : Allocation personnalisée au logement
- **ARS** : Agence régionale de la santé
- **CAF** : Caisse d'allocations familiales
- **CARSAT** : Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail
- **CCAS** : Centre communal d'action sociale
- **CLIC** : Centre local d'information et de coordination
- **CPAM** : Caisse primaire d'assurance maladie
- **EHPAD** : Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes
- **MSA** : Mutualité sociale agricole
- **SAAD** : service d'accompagnement et d'aide à domicile
- **SSIAD** : Service de soins infirmiers à domicile
- **USLD** : Unité de soins longue durée

Numéros d'urgence

→ **Samu : 15**

→ **Pompiers : 18**

→ **Police : 17**

→ **Centre antipoison :**
02 41 48 21 21

→ **Pharmacie de garde :**
www.3237.fr

→ **Votre médecin généraliste :**

→ **Votre pharmacien :**

Retrouvez toutes les informations
(aides, logements, contacts...)
sur **loire-atlantique.fr/bienveillir**



Département de Loire-Atlantique
3, quai Ceineray - CS 94109 - 44041 Nantes cedex 1
Tél. 02 40 99 10 00
Courriel : contact@loire-atlantique.fr
Site internet : loire-atlantique.fr