

# COVID-19

## Carte des différentes actions DÉPARTEMENT DU TARN

Pour plus de renseignements, voir les tableaux

Portage des repas 

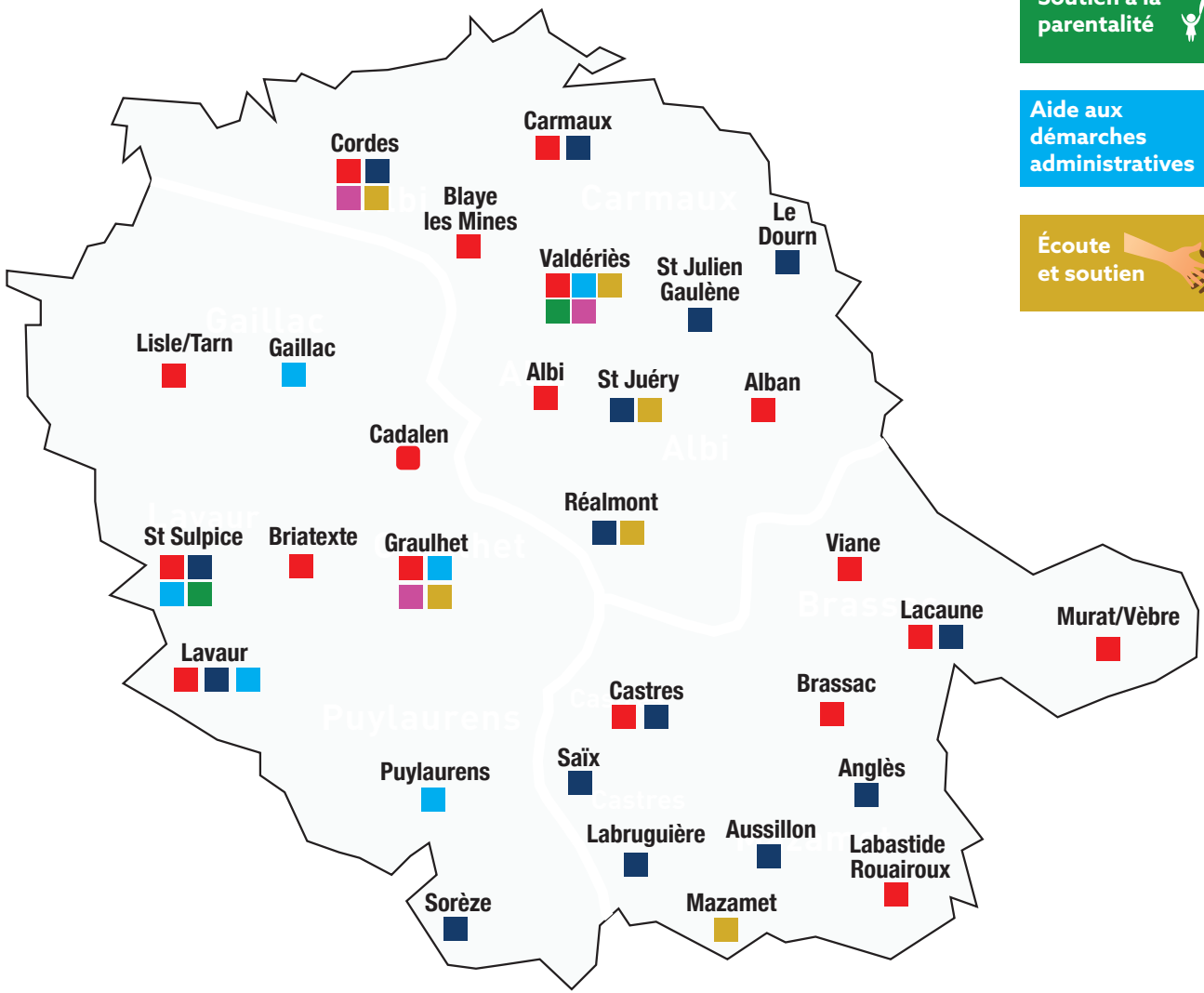
Aide à la vie quotidienne, maintien du lien social 

Astuces pour bien vivre son confinement 

Soutien à la parentalité 

Aide aux démarches administratives 

Écoute et soutien 



Mise à jour le 15 avril 2020



LE DÉPARTEMENT DU TARN MOBILISÉ

Plus d'informations sur [Tarn.fr](http://Tarn.fr)





© freepik.com

# COVID-19

## Recensement des actions de solidarité ÉCOUTE ET SOUTIEN

Informations non exhaustives  
Cette liste sera remise à jour régulièrement

Structure et Service proposé	Public concerné - Commune - Contacts
<b>AU NIVEAU NATIONAL</b>	
<b>Ecoute / Soutien psychologique</b>	
 <b>Numéro vert national COVID 19:</b> <u>Service proposé</u> : écoute et soutien téléphonique en lien avec la Croix rouge et le réseau national de l'urgence médico-psychologique.	<u>Public</u> : personnes âgées isolées <u>Jours et horaires</u> : 7 jours sur 7 de 8h à 20h <u>N° Vert</u> : 0 800 130 000 ou 09 70 28 30 00
 <b>Plateforme d'écoute Autisme info services</b> <u>Service proposé</u> : écoute, informations	<u>Public</u> : Familles et professionnels <u>Jours et horaires</u> : de 9h à 13 h du lundi au vendredi et plage supplémentaire le mardi de 18h à 20h <u>Tél</u> : 0 800 71 40 40
<b>Ligne d'écoute nationale France Parkinson</b> <u>Service proposé</u> : informations écoute et consultations de psychologues	<u>Public</u> : malades et proches <u>Tel</u> : 01 45 20 98 96 et 01 45 20 22 20 <a href="http://www.franceparkinson.fr">www.franceparkinson.fr</a>
<b>AU NIVEAU DÉPARTEMENTAL</b>	
<b>Fondation du Bon Sauveur d'Alby</b> <u>Service proposé</u> : cellule d'accompagnement psychologique	<u>Public</u> : personnes souffrant d'anxiété liée au contexte de confinement et d'épidémie Tous les jours Territoire: Tarn nord <u>Contact</u> : 05 63 48 56 78
<b>Conseil départemental</b> <u>service proposé</u> : entretiens téléphoniques individuels menés par des psychologues de Maisons du Département	<u>Public</u> : personnes en souffrance psychologique en raison du contexte S'adresser à la Maison Départementale de l'Autonomie <u>Jours et horaires</u> du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30 <u>Tél</u> : 05 81 27 70 07

**France Parkinson**

Service proposé : information, soutien et écoute.

Public : personnes malades et leur entourage

Territoire : Tarn

Tél : 07 66 50 90 15

**France Alzheimer et maladies apparentées 81 :**

Service proposé : écoute par des bénévoles, possibilités d'entretiens téléphoniques des psychogérontologues en fonction des situations.

Public : personnes concernées par la maladie d'alzheimer ou maladie apparentée (malades, aidants)

Territoire : Tarn

Tél : 05 63 71 64 97 / 06 19 36 09 91 / 06 52 36 77 39

Mél : francealzheimerarn@gmail.com

**ALMA 81 :**

Service proposé : groupes d'expression en audio et visioconférence animés par Mme Lidewij de WERD, médiatrice en communication non violente.

Public : personnes aidantes

Territoire : Tarn

Jours et horaires : lundi, mercredi et vendredi après-midi

Tél : 06 95 98 84 01

Mél : dewerd.lidewij@gmail.com

**Handicap, Rêves et Liberté :**

Service proposé : entretiens téléphoniques pour soutenir et écouter les personnes âgées et en situation de handicap.

Public : personnes âgées et en situation de handicap

Territoire : Tarn

Tél : 05.63.35.22.54 ou 06.07.90.91.50

Mél : handi.reves.liberte@gmail.com

**«Allo j'aide un proche» du Pôle Ressources Régional des Maladies Neuro-Dégénératives :**

Service proposé : permanence téléphonique d'une équipe de psychologues cliniciens, formée spécifiquement sur les pathologies neuro-évolutives.

Public : personnes concernées par une maladie neuro-dégénérative (malades, aidants)

Territoire : Région

Jours et horaires : 7 jours/7 de 18h à 22h

Tél : 0 806 806 830 (coût d'une communication locale : pas de surtaxe)

**CAP ATOUT AGE :**

Service proposé : écoute téléphonique pour donner des réponses adaptées à la situation de la personne sur un désir de pratique physique intégrative (chez soi en utilisant les objets de son environnement).

Public : personnes concernées par l'Activité Physique Adaptée

Territoire : Tarn

Tél : 07 89 68 99 84

Mél : capatoutage81@gmail.com

**Solitud'Ecoute de l'Association des Petits Frères des Pauvres :**

Service proposé : plateforme d'écoute téléphonique, anonyme et gratuite.

Public : personnes de plus de 50 ans

Territoire : national

Jours et horaires : 7 jours/7 de 15h à 20h

(y compris les jours fériés)

Tél : 0 800 47 47 88 numéro d'appel gratuit depuis fixe et mobile

<p><b>AGAPEI CONSEIL TERRITORIAL DU TARN</b>  <u>Service proposé</u> : écoute et soutien</p>	<p><u>Public</u> : familles et aidants d'enfants et d'adultes en situation de handiap mental  <u>Territoire</u> : TARN  <u>Jours et horaires</u> :  de 10h à 13h - <u>Tél</u> : 06 13 52 11 07  de 14h à 17h - <u>Tél</u> : 06 31 01 51 97  <u>contact</u> : amlaffitte@agapei.assoc.fr</p>
<p><b>UNAFAM 81 :</b>  <u>Service proposé</u> : écoute et soutien.  Groupes de parole par téléphone tous les 15 jours.  Ecoute individuelle 7 jours/7.</p>	<p><u>Public</u> : familles et proches de malades psychiques  <u>Territoire</u> : Tarn  <u>Tél</u> : 06 70 42 50 11  <u>Mél</u> : 81@unafam.org  <u>Site</u> : <a href="https://www.unafam.org/tarn">https://www.unafam.org/tarn</a></p>
<p><b>Numéro National 39 19</b>  <b>et portail de signalement en ligne</b></p>	<p><u>Public</u> : femmes en difficultés et/ou victimes de violences et de discriminations  et portail de signalement en ligne auprès des forces de l'ordre (anonyme) via le site <a href="https://www.service-public.fr/cmi">https://www.service-public.fr/cmi</a>  Pour les personnes sourdes et malentendantes : le 114 par SMS</p>
<p><b>Centre d'Information des Droits des Femmes et de la Familles</b>  <u>Service proposé</u> : permanence psychologique du Service d'aide aux victimes de violences</p>	<p><u>Public</u> : femmes en difficultés et/ou victimes de violences et de discriminations  <u>Jours et horaires</u> : ouvert du lundi au vendredi  <u>Tél</u> : 07 82 89 31 66  <u>Mél</u> : CIDFF.TARN@wanadoo.fr</p>
<p><b>Parole de femmes :</b>  <u>Service proposé</u> : permanence et entretiens téléphoniques pour accompagner et soutenir les femmes en difficultés et/ou victimes de violences et de discriminations.</p>	<p><u>Public</u> : femmes en difficultés et/ou victimes de violences et de discriminations  <u>Territoire</u> : Tarn  <u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi  <u>Tél</u> : 09 51 87 31 70  <u>Mél</u> : parolesdefemmes81@gmail.com</p>
<p><b>Soutien à la parentalité</b></p>	
<p><b>EPE 81</b>  <b>(Ecole des Parents et des Educateurs) :</b>  <u>Service proposé</u> : accueil téléphonique généraliste «soutien à la parentalité» pour demande de rendez-vous téléphonique avec une psychologue ou un-e médiatrice ou médiateur familial-e.</p>	<p><u>Jours et horaires</u> : le mercredi de 13h à 16h et le vendredi de 14h à 17h  <u>Tél</u> : 07 82 66 98 80 ou envoi d'un sms (si vous souhaitez être rappelé-e)  <u>Mél</u> : epetarn@gmail.com  <u>Site</u> : <a href="http://www.reseauparents81.fr/">http://www.reseauparents81.fr/</a></p>

## AU NIVEAU TERRITORIAL

<p><b>Centre Social Ségala Tarnais de VALDERIES :</b>  <u>Service proposé</u> : garder le contact, échanger ensemble sur le tout et le rien dans son quotidien, faire part de ses inquiétudes, avoir une écoute attentive.</p>	<p><u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30  <u>Tél</u> : Laetitia 06 85 37 49 36  <u>Site de partage de ressources-Confinement</u> :  <a href="http://www.cs-segalatarnais.org">www.cs-segalatarnais.org</a></p>
<p><b>Convivage :</b>  <u>Service proposé</u> : écoute et soutien moral</p>	<p><u>Public</u> : personnes âgées, en situation de handicap et leurs proches aidants  <u>Territoire</u> : Tarn sud  <u>Jours et horaires</u> : lundi de 9h à 12h de 14h à 17h et le jeudi de 9h à 12h  <u>Tél</u> : 07 82 72 00 75</p>
<p><b>Centre Social Ségala Tarnais de VALDERIES :</b>  <u>Service proposé</u> : garder le contact, échanger ensemble sur le tout et le rien dans ce quotidien, faire part de ses inquiétudes, avoir une écoute attentive.</p>	<p><u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30  <u>Tél</u> : Laetitia 06 85 37 49 36  <u>Site de partage de ressources-Confinement</u> :  <a href="http://www.cs-segalatarnais.org">www.cs-segalatarnais.org</a></p>
<p><b>Centre social de GRAULHET :</b>  <u>Service proposé</u> : contacts téléphoniques plusieurs fois par semaine aux personnes repérées comme isolées.          Le centre social est un ESPACE DE VIE pour tous les âges, au service des habitants, des familles, des associations, des groupes.</p>	<p><u>Public</u> : personnes, parents se sentant isolés qui souhaitent avoir un lien avec le centre social durant la période de confinement.  <u>Territoire</u> : le Graulhétinois au sens large  <u>Tél</u> : 05 63 34 58 14  <u>Mél</u> : <a href="mailto:centre.social@mairie-graulhet.fr">centre.social@mairie-graulhet.fr</a></p>
<p><b>EHPAD René LENCOU /dispositif Luciole</b>  <u>Service proposé</u> : écoute et soutien par une psychologue ou infirmière de l'établissement</p>	<p><u>Territoire</u> : Réalmontais  <u>Tél</u> : 05 63 55 50 20</p>
<p><b>L'escale de la 4c, l'Espace de vie sociale :</b>  <u>Service proposé</u> : mise en place d'une permanence téléphonique à l'écoute des besoins des usagers et du bien-tre des habitants les plus fragilisés pour maintenir le lien social ou intervenir auprès des services concernés si nécessaire.</p>	<p><u>Territoire</u> : Communauté des Communes du Cordais  <u>Jours et horaires</u> : lundi mardi et jeudi de 14h à 17h et vendredi de 9h à 12h  <u>Tél</u> : 05 63 56 11 98  <u>Mél</u> : <a href="mailto:msap.4c@gmail.com">msap.4c@gmail.com</a></p>
<p><b>Centre Social de SAINT-JUERY</b>  <u>Service proposé</u> : entretiens téléphoniques par la psychologue du centre social.</p>	<p><u>Territoire</u> : commune de Saint-Juéry  <u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30  <u>Tél</u> : 05 63 76 07 01</p>

NEW

LE DÉPARTEMENT DU TARN MOBILISÉ

Plus d'informations sur [Tarn.fr](http://Tarn.fr)

**TARN**  
 LE DÉPARTEMENT

# COVID-19

## Recensement des actions CONCERNANT TOUT LE DÉPARTEMENT

Cette liste sera remise à jour régulièrement



Structure et Service proposé	Public concerné - Commune - Contacts
<b>Aide à la vie quotidienne</b>	
<b>Les Mairies / Les CCAS en lien avec la préfecture du Tarn :</b> Elles assurent, pour une grande partie d'entre elles, à travers le CCAS, un recensement des personnes isolées et fragiles et ont organisé une prise de contact régulière avec ces dernières. Elles ont aussi recensé les initiatives de solidarité et les bénévoles susceptibles d'apporter leurs aides, en cas de besoin, sur la commune.	<b>Public :</b> personnes isolées, déjà connues de la mairie, du CCAS ou pas <b>Territoire :</b> le secteur de la commune <b>Tél :</b> les coordonnées téléphoniques et méls de chaque commune
<b>Croix rouge</b> <b>Service proposé :</b> conciergerie solidaire, livraison de courses à domicile et de produits de premières nécessité.	<b>Public :</b> toute personne vulnérable confinée, en situation d'isolement social <b>Territoire :</b> département <b>Tél :</b> 09 70 28 30 00 7jours/7 de 8h à 20h
<b>Caisses de retraite complémentaire AGIRC ARRCO</b> <b>Service proposé :</b> aide aux courses, service gratuit 5 h par semaine, renouvelable le temps de la crise sanitaire. Le service sera rendu par une association agréée d'aide à la personne, dans le respect des règles de confinement.	<b>Public :</b> personnes bénéficiaires d'une complémentaire retraite AGIRC ARRCO, âgées de plus de 70 ans, isolées ou fragiles <b>Territoire :</b> département <b>Tél :</b> 0 971 090 971

NEW

## Astuces pour bien vivre son confinement

### Comité départemental olympique et Sportif

Activités Physiques Adaptées en ligne

Public : personnes âgées fragiles

Lien : <https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ1yAkBsSFZIL8o8lqSCOZyRUPavoFKxw>

### UNICITE

Service proposé : visites de courtoisie virtuelles, par contact téléphonique ou cartes postales, effectuées par des jeunes en service civique

Public : personnes âgées résident en établissement ou à domicile

Territoire : Tarn

Contact : [tarn@unicite.fr](mailto:tarn@unicite.fr)

### Siel bleu

Service proposé : des activités physiques adaptées en ligne, conseils pour les aidants, conseils nutritionnels

Public : tout public mais accessible aux personnes âgées ou en situation de handicap et leurs aidants

Territoire : national

Lien : [www.facebook.com/GroupeAssociatifSielBleu](http://www.facebook.com/GroupeAssociatifSielBleu) (accessible sans compte facebook) et <https://www.sielbleu.org/bouger-en-confinement>

### Happy visio :

Programme d'activité ludiques et culturelles en visioconférence, accessible gratuitement dans le cadre des événements liés au COVID 19 :  
-accès et inscription sur [happyvisio.com](http://happyvisio.com)  
-code partenaire à mentionner en bas du formulaire d'inscription : *ENSEMBLE*

Public : sénior

Territoire : national

Tél : 01 76 28 40 84

Mél : [contact@happyvisio.com](mailto:contact@happyvisio.com)

## Aide juridique

### CDAD (Conseil départemental de l'Accès aux droit) :

Service proposé : renseignements et informations générales seront données par courriel aux usagers sous condition de disposer des éléments nécessaires.

Public : personnes souhaitant des informations juridiques

Territoire : Tarn

Mél : [contact.cdadtarn@cdad81.fr](mailto:contact.cdadtarn@cdad81.fr)

### CIDFF (Centre d'Information des Droits des Femmes et des Familles) :

Service proposé : permanence téléphonique juridique du CIDFF ainsi que permanence juridique et psychologique du Service d'aide aux victimes de violences

Public : personnes concernées par les questions des droits des femmes, égalité hommes-femmes

Territoire : Tarn

Jours et horaires : ouvert du lundi au vendredi

Tél : 07 82 89 31 66

Mél : [CIDFF.TARN@wanadoo.fr](mailto:CIDFF.TARN@wanadoo.fr)

### ADIL ( Association Départementale d'Information sur le logement) :

Service proposé : information juridique, fiscale et financière complète, objective et totalement gratuite en matière de logement.

Public : personnes ayant des questions en matière de logement

Territoire : Tarn

Tél : 05 63 48 73 80

Mél : [adil81@wanadoo.fr](mailto:adil81@wanadoo.fr)

LE DÉPARTEMENT DU TARN MOBILISÉ

Plus d'informations sur [Tarn.fr](http://Tarn.fr)



# COVID-19

## Recensement des actions TERRITOIRE DE L'ALBIGEOIS ET DES BASTIDES

Cette liste sera remise à jour régulièrement



Structure et Service proposé	Public concerné - Commune - Contacts
<b>Portage des repas</b>	
Les services présentés sont ceux qui peuvent, pendant cette période, proposer le portage de repas à de nouvelles personnes.	
<b>CCAS Mairie d'ALBI</b> Service proposé : portage de repas et restaurant social l'entraide (uniquement repas de midi)	Jours et horaires : du lundi au vendredi 9h à 12h et de 14h à 17h Tél : 05 63 49 12 17 ou 63 49 10 44
<b>CCAS Mairie de CARMAUX :</b> Service proposé : livraisons supplémentaires à titre exceptionnel durant la période de confinement	Jours et horaires : tous les jours de la semaine 9h à 12h et de 14h à 17h Tél : 05 63 80 22 54
<b>Centre Social du Ségala tarnais de VALDERIES</b>	Jours et horaires : du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30 Tél : Sabine au 06 85 37 77 70
<b>ADMR ALBAN</b>	Tél : 05 63 55 86 37 / 05 63 49 02 08
<b>AGE D'OR SERVICES ALBI</b>	Tél : 05 63 78 98 06 Mél : albi@agedorservices.com
<b>ASEI CAT du CEROU BLAYE LES MINES</b>	Tél : 06 73 42 74 23
<b>CCAS ALBI</b>	Tél : 05 63 49 12 17 Mél : ccas@mairie-albi.fr
<b>UMT SERVICE PORTAGE DE REPAS CORDES SUR CIEL</b>	Tél : 05 63 56 16 86 Mél : contact.sap@umt-terresdoc.fr



## Aide à la vie quotidienne

### **Vie Associative Maison de la Citoyenneté de CARMAUX :**

Service proposé : «Merci pour les courses !» commander ses courses par téléphone. Se téléphoner simplement pour se parler.

Public : personnes isolées, sans moyen de déplacement, âgées de 65 ans et plus ou personne en situation de handicap sans limite d'âge

Territoire : commune de CARMAUX

Jours et horaires : tous les jours de 10h à 18h

Tél : Michel : 06 23 38 31 80 / Patricia : 07 71 72 35 71 /

Gérard : 07 86 45 79 65 /

Anna : 07 71 64 65 50 / Sylvie : 06 25 16 19 02 /

Sylvie : 06 31 24 07 12 /

Jean Louis : 06 26 09 17 86

### **Mairie de Réalmont**

Service proposé: contact téléphonique deux fois par semaine pour rompre l'isolement et livraison de courses et de produits de première nécessité

En partenariat avec l'ADMR, le Secours Catholique et la Croix rouge

Public: personnes isolées et vulnérables

Territoire : commune de Réalmont

Contact: 05 63 79 25 80

### **Mairie de LE DOURN :**

Service proposé : contact téléphonique avec des personnes vulnérables recensées sur la commune.

Liste de bénévoles mobilisables pour l'aide aux plus fragiles, notamment pour les courses.

Territoire : commune de LE DOURN

Jours et horaires : secrétariat de Mairie le mardi de 9h à 12h et de 13h à 16h

et le jeudi de 9h à 12h

Tél / Fax : 05 63 56 44 01

M. Eric ALBAR, Maire, joignable 24h/24 au 06 72 65 77 55

Mél : mairie.ledourn@wanadoo.fr (consultée 24h/24)

### **Mairie de SAINT JULIEN GAULENE :**

Service proposé : contact téléphonique avec personnes vulnérables recensées sur la commune.

Liste de bénévoles mobilisables pour l'aide aux plus fragiles, notamment pour les courses.

Territoire : commune de SAINT JULIEN GAULENE

Jours et horaires : secrétariat de Mairie lundi de 9h à 12h / mercredi de 9h à 12h / vendredi de 9h à 12h

Tél : 05 63 53 42 52

Fax : 05 63 53 34 14

M. Jean-Louis BALSÀ, Maire, joignable 24h/24

au 06 76 01 30 20

Mél : mairie.st.julien.gaulene@orange.fr (consultée 24h/24)

### **Centre social de SAINT-JUERY**

Service proposé : réseau de volontaires effectuant des courses, achats de première nécessité et assurant un lien social.

Territoire : commune de Saint-Juéry

Jours et horaires : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30

Tél : 05 63 76 07 01

### **L'Escale de la 4C, l'espace de vie sociale et la MSAP :**

Service proposé : écoute des besoins des usagers, veiller au bien-être des habitants les plus fragilisés, contacts avec les seniors pour le lien social et l'entraide.

Territoire : Communauté de Commune du Cordais

Jours et horaires : lundi, mardi et jeudi de 14h à 17h et vendredi de 9h à 12h

Tél : 05 63 56 11 98

Mél : msap.4c@gmail.com



## Aide aux démarches administratives

### Centre social du Ségala Tarnais de VALDERIES :

Service proposé : aide dans les démarches et papiers du quotidien.

Jours et horaires : du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30

Tél : Sabine au 06 85 37 77 70

## Soutien à la parentalité

### Centre Social du Ségala Tarnais de VALDERIES :

Service proposé : pour toutes questions relatives à l'accueil de loisirs enfance/jeunesse.

Jours et horaires : du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30

Tél : Marlène au 06 80 76 16 59

Site Partage de ressources-Confinement :

[www.cs-segalatarnais.org](http://www.cs-segalatarnais.org)

## Astuces pour bien vivre son confinement

### Centre Social du Ségala Tarnais de VALDERIES :

Service proposé : partage de ressources durant le confinement.

Site : [www.cs-segalatarnais.org](http://www.cs-segalatarnais.org)

### L'escale de la 4c, l'Espace de vie sociale et la MSAP :

Service proposé : transmission sur liste de diffusion et page Facebook d'idées et ressources internet pour accéder aux loisirs, sports, culture et éducation à la maison.

Territoire : Communauté des Communes du Cordais

Mél : [msap.4c@gmail.com](mailto:msap.4c@gmail.com)

Lien : [www.facebook.com/escale4c/31:34](https://www.facebook.com/escale4c/31:34)

**LE DÉPARTEMENT DU TARN MOBILISÉ**

**Plus d'informations sur [Tarn.fr](http://Tarn.fr)**



# COVID-19

## Recensement des actions

### TERRITOIRE DU GAILLACOIS ET PAYS DE COCAGNE

Cette liste sera remise à jour régulièrement



Structure et Service proposé	Public concerné - Commune - Contacts
<b>Portage des repas</b>	
Les services présentés sont ceux qui peuvent, pendant cette période, proposer le portage de repas à de nouvelles personnes.	
<b>ADMR Lisle sur Tarn</b>	<p><u>Territoire</u> : Ambres, Aussac, Bernac, Brens, Briatexte, Broze, Busque, Cabanès, Cadalen, Castanet, Castelnau-de-Lévis, Cestayrols, Coufouleux, Damiatte, Fayssac, Fiac, Florentin, Fénols, Gaillac, Giroussens, Grazac, Labastide-Saint-Georges, Labastide-de-Lévis, Labessière-Candeil, Lagrave, Lasgraises, Lisle-sur-Tarn, Loupiac, Lugan, Marssac-sur-Tarn, Marzens, Montans, Parisot, Peyrole, Puybegon, Rabastens, Rivières, Roquemaure, Saint-Gauzens, Saint-Paul-Cap-de-Joux, Saint-Sulpice, Sainte-Croix, Salvagnac, Senouillac, Terssac, Teyssode, Técou, Viterbe</p> <p><u>Tél</u> : 05 63 41 18 30 <u>Mél</u> : <a href="mailto:arsad@admrtarn.fr">arsad@admrtarn.fr</a></p>
<b>CCAS Graulhet</b>	<p><u>Public</u> : personnes âgées de plus de 60 ans et personnes en situation de handicap</p> <p><u>Territoire</u> : Graulhet</p> <p><u>Jours et horaires</u> : lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h et mercredi de 13h30 à 17h</p> <p><u>Tél</u> : 05 63 42 85 62 <u>Mél</u> : <a href="mailto:ccas@mairie-graulhet.fr">ccas@mairie-graulhet.fr</a></p>
<b>CCAS Lavour</b>	<p><u>Public</u> : personnes âgées de plus de 60 ans</p> <p><u>Territoire</u> : Lavour</p> <p><u>Jours et horaires</u> : du lundi au jeudi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h, le vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h</p> <p><u>Tél</u> : 05 63 83 12 80 <u>Mél</u> : <a href="mailto:ccas@ville-lavour.fr">ccas@ville-lavour.fr</a></p>

<p><b>EHPAD Briatexte</b></p>	<p><u>Public</u> : pas de limite d'âge  <u>Territoire</u> : Ambres, Briatexte, Cabanes, Fiac, Giroussens, Graulhet, Parisot, Puygouzon, Saint-Gauzens, Saint-Julien Du Puy  <u>Tél</u> : 05 63 42 19 52  <u>Mél</u> : bellevue@asso-asf.fr</p>
<p><b>EHPAD de Saint-Sulpice</b></p>	<p><u>Public</u> : pas de limite d'âge  <u>Territoire</u> : Buzet sur Tarn, Mezens, Saint-Sulpice  <u>Tél</u> : 05 63 41 80 06  <u>Mél</u> : accueil.ehpad@ccas81370.fr</p>
<p><b>GEROMVIE Cadalen</b></p>	<p><u>Territoire</u> : Aussac, Bernac, Brens, Cadalen, Cahuzac sur Vère, Castelnau de Montmiral, Gaillac, Graulhet, Fenols, Florentin, Fayssac, Labastide de Levis, Labessière Candeil, Laboutarié, Lagrave, Lasgrais, Le Verdier, Marssac sur Tarn, Orban, Rouffiac, Senouillac, Sieurac, Técou  <u>Tél</u> : 05 63 33 01 80  <u>Mél</u> : maison-retraite-cadalen@orange.fr</p>
<p><b>Aide à la vie quotidienne</b></p>	
<p><b>CCAS de Saint-Sulpice</b>  <u>Service proposé</u> : mise en relation de personnes en difficultés pour certains actes de la vie quotidienne et de bénévoles</p>	<p><u>Public</u> : personnes rencontrant des difficultés pour faire des courses, se faire livrer des courses, aller à la pharmacie.  <u>Territoire</u> : Saint-Sulpice  <u>Tél</u> : 05 63 40 22 02 (ligne dédiée)  <u>Mél</u> : accueil.ccas@ccas81370.fr</p>
<p><b>Mairie de Sorèze</b>  <u>Service proposé</u> : mise en relation de personnes âgées de plus de 80 ans ou en situation de fragilité pour certains actes de la vie quotidienne et de bénévoles</p>	<p><u>Public</u> : personnes rencontrant des difficultés pour se faire apporter des courses, des médicaments ou des repas à domicile  <u>Territoire</u> : Sorèze  <u>Tél</u> : 05 63 74 40 30  <u>Mél</u> : maire@ville-soreze.fr</p>
<p><b>CCAS de Lavaur :</b>  <u>Service proposé</u> : mise en relation de personnes en difficultés pour certains actes de la vie quotidienne et de bénévoles</p>	<p><u>Public</u> : personnes rencontrant des difficultés pour faire des courses, se faire livrer des courses, aller à la pharmacie.  <u>Territoire</u> : Lavaur  <u>Tél</u> : 05 63 83 12 80  <u>Mél</u> : ccas@ville-lavaur.fr</p>
<p><b>Aide aux démarches administratives</b></p>	
<p><b>CCAS de Gaillac :</b>  <u>Service proposé</u> : accueil téléphonique pour les personnes vulnérables.</p>	<p><u>Territoire</u> : Gaillac  <u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h30  <u>Tél</u> : 05 63 81 20 21  <u>Mél</u> : ccas@ville-gaillac.fr</p>
<p><b>CCAS de Graulhet :</b>  <u>Service proposé</u> : réponse aux demandes d'informations et suivi à distance des situations le nécessitant.</p>	<p><u>Public</u> : personnes vivant seules, sans enfants, rencontrant des difficultés sociales  <u>Territoire</u> : Graulhet  <u>Jours et horaires</u> : lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h et mercredi de 13h30 à 17h  <u>Tél</u> : 05 63 42 85 62  <u>Mél</u> : ccas@mairie-graulhet.fr</p>

<p><b>CCAS de Lavaur :</b>  <u>Service proposé</u> : réponse aux demandes d'informations et suivi à distance des situations le nécessitant.  Un rendez-vous téléphonique avec une assistante sociale est possible.</p>	<p><u>Territoire</u> : Lavaur  <u>Jours et horaires</u> : du lundi au jeudi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h, le vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h  <u>Tél</u> : 05 63 83 12 80  <u>Mél</u> : ccas@ville-lavaur.fr</p>
<p><b>CCAS et MSAP de Puylaurens :</b>  <u>Service proposé</u> : réseau de proximité, réponse aux demandes d'informations et suivi à distance des situations le nécessitant.</p>	<p><u>Territoire</u> : Puylaurens  <u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30  <u>Tél</u> : 05 67 29 04 06  <u>Site</u> : <a href="http://www.puylaurens.fr/fr/actualite/207100/coronavirus-%7C-attestations-mesures-protection-consignes-prevention">http://www.puylaurens.fr/fr/actualite/207100/coronavirus-%7C-attestations-mesures-protection-consignes-prevention</a></p>
<p><b>CCAS de St Sulpice :</b>  <u>Service proposé</u> : réponse aux demandes d'informations et suivi à distance des situations le nécessitant.</p>	<p><u>Public</u> : personnes rencontrant des difficultés sociales  <u>Territoire</u> : Commune de Saint-Sulpice  <u>Tél</u> : 05 63 34 10 50  <u>Mél</u> : ccas81.social@laposte.net</p>
<b>Soutien à la parentalité</b>	
<p><b>Cellule parentalité de la commune de Saint-Sulpice :</b>  <u>Service proposé</u> : soutien des parents dans leur rôle en cette période malgré les circonstances actuelles.  Consultation « <i>Le guide des parents confinés</i> » via ce lien <a href="https://bit.ly/39ti0Gb">https://bit.ly/39ti0Gb</a></p>	<p><u>Public</u> : parents  <u>Territoire</u> : Saint-Sulpice  <u>Tél</u> : 06 46 52 92 07</p>
<p><b>En lien avec le CCAS de Saint-Sulpice :</b>  <u>Service proposé</u> : écoute téléphonique de Mme BES, éducatrice, consultante diplômée en psycho-pédagogie, bénévole durant la période de confinement.</p>	<p><u>Public</u> : parents enfants  <u>Territoire</u> : Saint-Sulpice  <u>Tél</u> : 06 78 52 78 22  <u>Mél</u> : beschristine07@gmail.com</p>
<b>Astuces pour bien vivre son confinement</b>	
<p><b>Centre social de Graulhet :</b>  <u>Service proposé</u> : rédaction d'un guide « <i>Des ressources pour chez soi</i> » afin d'aider chacun à mieux vivre le confinement.</p>	<p><u>Public</u> : tout public  <u>Mél</u> : centre.social@mairie.graulhet.fr  Lien vers le document : <a href="https://www.ville-graulhet.fr/sites/ville-graulhet.fr/files/fichier/paragraph/centresocialdegraulhet_des_ressources_pour_chez_soiv20200330.pdf">https://www.ville-graulhet.fr/sites/ville-graulhet.fr/files/fichier/paragraph/centresocialdegraulhet_des_ressources_pour_chez_soiv20200330.pdf</a></p>

**LE DÉPARTEMENT DU TARN MOBILISÉ**

**Plus d'informations sur [Tarn.fr](https://www.tarn.fr)**



# COVID-19


## Recensement des actions TERRITOIRE AUTAN SIDOBRE

Cette liste sera remise à jour régulièrement



Structure et Service proposé	Public concerné - Commune - Contacts
<b>Portage des repas</b>	
Les services présentés sont ceux qui peuvent, pendant cette période, proposer le portage de repas à de nouvelles personnes.	
<b>ABELIA MAINTIEN A DOMICILE CASTRES</b>	<u>Tél</u> : 05 81 43 10 55 <u>Mél</u> : hernandez.jeanfrancois@abeliasap.fr
<b>ADMR BRASSAC</b>	<u>Tél</u> : 06 81 94 34 32
<b>ADMR MURAT SUR VEBRE</b>	<u>Tél</u> : 05 63 37 24 97
<b>ASSOCIATION ENSEMBLE CASTRES</b>	<u>Tél</u> : 05 63 59 33 66 / 06 03 52 05 13
<b>ASSOS REPAS A DOMICILE VALLEE DU THORE LABASTIDE ROUAIROUX</b>	<u>Tél</u> : 05 63 98 49 09 / 06 78 19 58 99
<b>CCAS CASTRES</b> Service proposé : portage de repas, uniquement le midi.	<u>Accueil téléphonique</u> : du lundi au vendredi de 9h à 13h30 et de 13h30 à 17h00 <u>Tél</u> : 05 63 71 56 13 / 05 63 71 56 44
<b>MAIRIE DE VIANE</b>	<u>Tél</u> : 05 63 37 17 31

Précisions

<b>DOMIDOM CASTRES</b>	<u>Tél</u> : 05 63 71 78 43 <u>Mél</u> : tarn-sud@domidom.fr
<b>EHPAD SAINT VINCENT DE PAUL LACAUNE</b>	<u>Tél</u> : 05 63 37 05 67 <u>Mél</u> : mdrstvincent@wanadoo.fr
<b>Aide à la vie quotidienne</b>	
 <b>CCAS de CASTRES :</b> <u>Service proposé</u> : contact téléphonique avec les personnes vulnérables recensées sur la commune et aide aux démarches administratives. Possibilité de rendez-vous à distance avec une assistante de service social.	<u>Public</u> : personnes isolées, sans moyen de locomotion, âgées de 65 ans ou plus, ou en situation de handicap <u>Territoire</u> : commune de Castres <u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h <u>Tél</u> : 05 63 71 56 61 <u>Mél</u> : aide.sociale@ville-castres.fr
<b>MAIRIE de ANGLES :</b> <u>Service proposé</u> : liste de volontaires recensés pour aider les personnes vulnérables : visite à domicile, courses alimentaires, aller chercher les médicaments.	<u>Territoire</u> : Commune de ANGLES <u>Tél</u> : 05 63 70 97 19 <u>Mél</u> : mairie.angles81@wanadoo.fr
<b>MAIRIE SAIX :</b> <u>Service proposé</u> : recensement des personnes vulnérables et des personnes volontaires pour les aider, livraison de courses à domicile assurée par la supérette Vival, livraison de médicaments à domicile assurée par le policier municipal et les membres du CCAS.	<u>Territoire</u> : commune de SAIX <u>Jours et horaires</u> : du lundi au vendredi de 9h à 12h <u>Tél</u> : 05 63 74 71 76 <u>Mél</u> : affairesgenerales@ville-saix.fr / mairie@ville-saix.fr
<b>MAIRIE D'AUSSILLON</b> <u>Service proposé</u> : Un service de courses est proposé une fois /semaine le mercredi matin pour les personnes les plus isolées (sans aide ménagère, sans famille proche.....). - La liste des courses doit nous être communiquée par téléphone avant le mardi midi. Les courses sont faites à Intermarché sur un créneau horaire dédié. - Des bénévoles identifiés font les courses, les apportent au domicile en respectant tous les gestes barrière. Le paiement s'effectue par chèque à l'ordre d'Intermarché. - Maintien du lien social appels aux personnes isolées.	<u>Public</u> : personnes isolées de plus de 70 ans <u>Territoire</u> : commune d'Aussillon <u>Jours et horaires</u> : de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h (pour se faire recenser) <u>Tél</u> : 05 63 97 71 80

<p><b>MAIRIE DE LACAUNE et MAISON FRANCE SERVICES COMMUNAUTE DE COMMUNES DES MONTS DE LACAUNE :</b>  <u>Service proposé</u> : contact téléphonique ou si besoin visite à domicile pour problèmes de repas, courses ou autres.</p>	<p><u>Territoire</u> : Communauté de Commune des monts de LACAUNE  <u>Jours et horaires</u> :  <u>Tél</u> : 05 63 37 11 84 - Mme STAVROPOULOS, Maire adjointe des Affaires sociales  ou 05 63 50 77 80 / 07 87 26 15 24 - MAISON FRANCE SERVICES</p>
<p><b>MAIRIE DE LABRUGUIERE :</b>  <u>Service proposé</u> :  Permanence du service social du lundi au vendredi  Pour les personnes âgées ou en situation de Handicap: appels pour rompre l'isolement et possibilité de livraison de courses et de médicaments</p>	<p><u>Territoire</u> : commune de Labruguière  <u>Tel</u> : 05 63 73 30 30 du lundi au vendredi</p>

**LE DÉPARTEMENT DU TARN MOBILISÉ**

**Plus d'informations sur [Tarn.fr](http://Tarn.fr)**

