



COMMUNE DE
VOUVRAY



Le lien

PERSONNES ÂGÉES,
PERSONNES HANDICAPÉES,
PARENTS,
AIDANTS FAMILIAUX...

*informations
et conseils pratiques*

*Avec **Le lien**, la commune de Vouvray vous propose une évolution du “guide de l’aidant familial” qui intègre davantage d’informations sur un plus grand nombre de sujets : non seulement le soutien aux aidants de personnes âgées mais aussi ce qui existe concernant l’enfance, l’adolescence, le handicap.*

Vos observations sont les bienvenues. Nous vous en souhaitons une bonne consultation.

La commission “aide à la personne”

Sommaire

<i>Aide sociale, information, prévention</i>	<i>Page 4</i>
<i>Enfance, jeunesse</i>	<i>Page 5 à 6</i>
<i>Santé</i>	<i>Page 7 à 8</i>
<i>Aide à la personne</i>	<i>Page 8 à 9</i>
<i>Portage de repas</i>	<i>Page 9</i>
<i>Auxiliaires de vie, associations de réinsertion par l’emploi, téléassistance</i>	<i>Page 10</i>
<i>Logement social</i>	<i>Page 10</i>
<i>Maisons de retraite, accueil temporaires, accueils de jour</i>	<i>Page 11 à 12</i>
<i>Handicap, solidarité, culte</i>	<i>Page 13</i>
<i>Petites recettes entre aidants</i>	<i>Pages 15 à 16</i>
<i>Bon à savoir</i>	<i>Pages 17 à 19</i>

Contact : commune.vouvray@orange.fr

Aide sociale, information, conseil, prévention

Mairie de Vouvray (Centre Communal d'Action Sociale)	02 47 52 70 48 www.vouvray37.fr
Assistante sociale de Vouvray : Mme Odile Roux (permanence le jeudi matin de 9h à 11h au centre médico-social)	02 47 52 65 51
Maison départementale de la solidarité (Amboise)	02 47 30 48 48 www.cg37.fr
Union Départementale des Associations Familiales (UDAF)	02 47 77 55 00 www.udaf37.org
Service de l'aide sociale aux personnes âgées (APA - Conseil Général)	02 47 31 45 79 www.touraine-reperage.fr
Caisse d'Assurance Retraite et de Santé au Travail (CARSAT)	02 47 31 60 72 www.retraite.net
Mutualité sociale agricole (MSA)	02 47 31 61 61 www.msa-berry-touraine.fr
Maison départementale des personnes handicapées - MDPH (Tours)	02 47 75 26 66 www.mdph37.fr
Association départementale des Parents d'Enfants Inadaptés (ADAPEI)	02 47 88 00 56 www.adapei37.fr
Caisse d'allocations familiales (CAF)	0810 25 37 10 www.caf.fr
Comité départemental des personnes âgées d'Indre-et-Loire (CODERPA 37)	02 47 31 45 45 (poste 64.263)
Conciliateur de justice (en mairie de Vouvray)	02 47 52 70 48

Conseil départemental de l'accès aux droits d'Indre-et-Loire (CDAD)	02 47 60 26 60 www.cdad37.fr
ASEPT 37 : entretien et développement des facultés cérébrales	02 47 31 61 18 asept-touraine@touraine.msa.fr
Touraine France Alzheimer 37	02 47 43 01 55
Conseil général, standard téléphonique	02 47 31 47 31 www.cg37.fr

Enfance, jeunesse

Assistantes maternelles : la liste est disponible en mairie et sur www.vouvray37.fr

Accueil de loisirs le mercredi et pendant les petites et grandes vacances sauf Noël (petite section à CM2) : se renseigner au 02 47 43 46 05 et 06 03 26 22 66

Accueil jeunes (11-14 ans) : se renseigner au 02 47 43 46 05 et 06 03 26 22 66

Garderie périscolaire (petite section à CM2, matin, soir)
02 47 52 79 38

Etude périscolaire (CE2 à CM2, de 16h30 à 18h) :
02 47 52 79 38

Communauté de communes du Vouvrillon

Multi-accueil de Monnaie : du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30 ; enfants de 3 mois à 4 ans.
02 47 72 18 77

Dans les communes voisines...

Multi-accueil associatif de Parçay-Meslay (association frimousse) : du lundi au vendredi de 8h à 18h (fermé 6 semaines par an), 02 47 29 07 21

Multi-accueil municipal de Rochecorbon "la Terrasse" : du lundi au vendredi, de 7h30 à 18h30 pour les enfants de plus de 2 ans et de 8h00 à 18h30 pour les enfants de moins de 2 ans. Fermeture en août et pendant les vacances scolaires. 02 47 52 89 08

Multi-accueil municipal de Rochecorbon "les p'tits lutins" : lundi, mardi, jeudi et vendredi, de 8h30 à 17h30. Fermeture en août et pendant les vacances scolaires : 02 47 52 88 18

**Relais
assistants maternels (RAM)
de la CCV : toute information sur
www.cc-vouvillon.fr**

Le RAM est à destination des parents, des enfants et des assistants maternels. Contacter au 02 47 29 06 10 ou au 06 85 75 28 86.



Médecins

Dr AULAGNIER	02 47 52 72 72
Dr BRUNET	02 47 52 67 33
Dr FALAISE	02 47 52 78 52
Dr DURAND (rempl. Dr LHEUILLIER)	02 47 52 71 88
Dr MOIRE	02 47 52 76 01
Dr VENOT	02 47 52 74 77

Dentistes

Alain MICHAUD	02 47 52 71 48
Guillaume NAUD	02 47 52 71 48
Mathieu PECREAU	02 47 52 71 48
Pascale TAUREAU	02 47 52 71 48

Infirmiers et infirmières

Sylvie PICHON	02 47 52 66 00
Sophie VERDIER	06 89 84 49 96

Kinésithérapeutes

Christian AUGER	02 47 52 67 16
Agnès AUPERIN-LEGRAND	02 47 40 01 85
Caroline BLONDIN	02 47 40 01 85
Astrid CALLEROT	02 47 40 01 85
Thomas CRESPIEN	02 47 40 01 85
Julien GAURIN	02 47 40 01 85
Virginie BALICKI	02 47 52 78 29
Jean-Yves VERET	02 47 52 71 33

Orthophoniste

Gaëlle JACQ-LONGUET	02 47 55 19 12
Isabelle NOUZILLE BARBIER	02 47 52 67 15

Ostéopathe

Xavier LANGLET	02 47 40 01 85
----------------	----------------

Podologue

Marie-Agnès POPOT-CHEMLA	02 47 52 79 49
--------------------------	----------------

Pharmacie

Pharmacie FREBLING	02 47 52 62 57
--------------------	----------------

Soins à domicile

ASSAD Touraine, aide, soins et services à domicile contact@assad-had.org	02 47 36 29 28
EQUIPE MOBILE ALZHEIMER soins à domicile	02 47 41 89 89
SSIAD, service de soins infirmiers à domicile	02 47 36 29 28

Aide à la personne

Organismes d'aide à la personne (sur Vouvray)

ASSISTADOM aide et services à domicile. agence@assistadom.fr	02 47 40 00 59
ATOU'SERVICE (jardinage, bricolage, entretien et nettoyage). contact@atou-service.fr	02 47 34 88 01

Autres organismes d'aide à la personne

ADHAP, aide à domicile, hygiène et assistance aux personnes adhap37a@adhapserives.eu	02 47 20 47 47
ADMR aide à domicile en milieu rural Admr.fd37@wanadoo.fr	02 47 36 53 68
AGE D'OR Services tours@agedorservices.com	02 47 61 89 81
AIDADOM, aide à domicile gardemalades@wanadoo.fr	02 47 75 10 80

ASAP, services, aides à la personne contact@asap37.fr	02 47 34 84 10
DOMUS VIDOMICILE Agence-tours@domusvidomicile.com	02 22 54 44 48
A2MICILE, assistance et soutien des personnes âgées. matthieu.pickeroen@a2micile.com	02 47 42 97 45
CAPVIE 37 info@capvie37.com	06 73 28 22 05
DOMICILE CLEAN patrick.lepers@domicile-clean.fr	02 47 66 97 89
DOMIDOM, Aide à domicile domidom.tours@gmail.com	02 47 47 07 23
DOMIFACILE contact@domifacile.fr	02 47 37 95 62
GENERALE DES SERVICES tours@generaledesservices.com	02 47 70 10 17
JUNIOR & SENIOR'S styvens.pacquet@juniorsenior.fr	02 47 29 65 39
MAISON SERVICES	02 47 41 19 59
MIDILO. Midilo.de@gmail.com	06 36 83 54 29
NOUVEL HORIZON SERVICES vorteman@nouvelhorizon.fr	09 72 52 12 12
O2 HOME SERVICES Emploi.tourssud@o2.fr	02 47 72 02 02
PLENITYS (Saint-Cyr-sur-Loire) tours@plenitys.com	02 47 51 20 71
TOUTAT'HOME services (Nazelles Négron) amboise@toutathome-services.com	02 47 23 85 10
VITALLIANCE (Tours)	06 50 77 00 11
Plus d'informations sur www.cg37.fr/competences/sante-social/poles-autonomie/	

Portage de repas

ELIOR (anciennement ANSAMBLE)	02 47 30 70 30
Entreprise QUESSON	02 47 24 52 15
Iroise repas - www.iroise-repas.com	02 47 52 51 55
ADMR 37	02 47 36 53 53

Auxiliaires de vie (AVS)

Mme LIGERON	06 22 20 51 53
Mme PAIN	06 05 24 59 05
Mme RIVIERE	06 70 31 73 12

Associations de réinsertion par l'emploi

ASER, services, emploi et réinsertion	02 47 51 70 70
Entraide cantonale de Montlouis	02 47 45 19 31

Téléassistance

La mairie de Vouvray a passé une convention avec l'association "Présence verte" 02 47 31 61 96
 Il existe d'autres prestataires : consulter la liste sur www.cg37.fr/competences/sante-social/poles-autonomie

Logement social

Demande de logement social : en mairie 02 47 52 70 48
 Sur internet, demande simplifiée sur www.demandelogement37.fr

PACT : amélioration et adaptation de l'habitat :
 02 47 36 25 50

Maisons de retraite (EHPAD sur le canton de Vouvray)

EHPAD Les Jardins du Lys (Monnaie). jdl37@wanadoo.fr	02 47 62 86 86
EHPAD Les jardins d'Iroise d'Oé (ND d'Oé). iroise.oe@sgrm-ouest.com	02 47 52 51 55
EHPAD Le Clos Saint Vincent (Rochecorbon). lelossaintvincent@residalya.com	02 47 27 77 68
EHPAD Le Clos (Vernou, public) mrleclos@wanadoo.fr	02 47 62 70 70

Accueils de jour (à proximité)

AGEVIE (Vouvray, Amboise, Château-Renault, Tours). accdejour@agevie.fr	02 47 36 96 83
Résidence Jeanne Jugan (La Ville-aux-Dames). mafpa.villeauxdames@wanadoo.fr	02 47 44 87 00
Pause Aloïs (Amboise) communication@ville-amboise.fr	02 47 23 30 73
Relais Cajou maladie Alzheimer (Chambray lès Tours). relais.cajou@wanadoo.fr	02 47 25 91 16
Relais Cajou maladie Alzheimer (Tours). relais.cajou@wanadoo.fr	02 47 51 34 72
Relais Cajou maladie Alzheimer (Ballan-Miré). relais.cajou@wanadoo.fr	02 47 53 66 16
Relais SEPIA (Savigné, Descartes) sepiadulathan@agevie.fr	02 47 40 67 67

Hébergement temporaire (à proximité)

EHPAD Les Jardins du Lys (Monnaie). jdl37@wanadoo.fr	02 47 62 86 86
EHPAD La Bourdaisière (Montlouis) labourdaisiere@wanadoo.fr	02 47 45 70 70
EHPAD Les jardins d'Iroise d'Oé (ND d'Oé). iroise.oe@sgmr-ouest.com	02 47 52 51 55
EHPAD Le Manoir du Verger (Véretz). direction@manoirduverger.fr	02 47 50 32 28

Foyers logements (à proximité)

Les Tuffeaux (Montlouis) les.tuffeaux@wanadoo.fr	02 47 45 74 74
Le Maine (Château-Renault) le-maine.direction@bbox.fr	02 47 49 35 35
La diablerie (Saint-Pierre-des-Corps). ccas.rpa.stpdc@orange.fr	02 47 44 58 63

Tous les établissements d'Indre-et-Loire sur :
www.cg37.fr/competences/sante-social/poles-autonomie/



Handicap

Maison départementale des personnes handicapées - MDPH (Tours)	02 47 75 26 66
ADAPEI Foyer de vie la Bellangerie (Vouvray)	02 47 52 68 00
Association des paralysés de France (APF 37)	02 47 37 60 00
Les enfants de West (Vouvray)	06 60 83 54 54
Association SWITCH théâtre et handicap mental (Vouvray)	06 74 98 94 63
ENH 37 Entraide naissance handicap	02 47 65 57 74

Taxis spécialisés dans le transport des personnes handicapées

Taxi Vers-Nous	06 85 13 81 61
Kangourou - ADMR	06 15 05 01 19
FIL BLANC	02 47 77 48 48

Solidarité, accompagnement

Association "Espoir" (aide aux plus démunis).	02 47 52 74 82
Association "Les Jeunes d'Antan" Membre de la fédération des "Aînés ruraux"	02 47 52 73 82
Association "Vivre comme avant" (accompagnement post cancer).	02 47 52 64 54
Association JALMALV (accompagnement en fin de vie)	02 47 39 64 30
Présence ASP 37 (accompagnement en fin de vie).	06 31 14 60 68
Ligue nationale contre le cancer	02 47 39 20 20
SOS Amitié	02 47 54 54 54

Culte

Presbytère de Vouvray 02 47 52 70 75

Petites recettes entre aidants



Ces "recettes" ont été mises au point par **AIDANT ATTITUDE**, fonds de dotation pour l'information des aidants. Nous les reproduisons dans ce livret avec leur aimable autorisation. Pour toute information complémentaire : www.aidantattitude.fr

Recette n°1

bien réfléchir à votre engagement

- Quelles sont vos motivations ?
- Votre emploi du temps vous permettra-t-il de dégager suffisamment de temps ?
- Vos capacités physiques, psychologiques et émotionnelles, votre propre santé, vous permettront-elles de tenir dans le temps ?
- Quelles sont les moyens financiers et aides financières à votre disposition ?
- Sur quelle aide humaine pouvez-vous compter (amis, famille, professionnels) ?

Recette n°2

se créer un réseau d'entraide et un dispositif pour le maintien à domicile

- Faire un diagnostic (avec ou sans professionnel) sur les besoins de l'aidé, les contraintes dues à sa perte d'autonomie, son environnement, ses envies, sa maladie.
- A partir du diagnostic, faire une liste des suggestions et de leurs exigences de mise en œuvre.
- Assurez-vous que des solutions financières et matérielles peuvent être adaptées, sans oublier vos contraintes d'emploi du temps.
- Contacter l'assistante sociale de la commune pour vous aider à constituer les dossiers d'aide sociale ou médicale.
- Si votre proche aidé est âgé, vous pouvez vous rapprocher du pôle autonomie de la Maison de la Solidarité d'Amboise, des professionnels (assistante sociale, psychologue) seront à votre écoute et vous aideront à trouver des solutions aux problèmes

du quotidien. Ils pourront évaluer les besoins de la personne, élaborer un plan d'aide, vous mettre en relation avec des professionnels de santé et de l'accompagnement à domicile.

Recette n°3

Prendre soin de vous, c'est aussi prendre soin de l'autre

- Vous devez prendre du recul sur les difficultés et les obstacles rencontrés.
- Vous devez déterminer vos limites et apprendre à dire non et ne jamais culpabiliser.
- Vous devez rester attentif à vous-même (insomnies, douleurs, épuisement, nervosité).
- Vous devez vous ménager des temps de répit réguliers.
- Vous devez maintenir vos relations sociales (sortie entre amis, repas de famille...).
- Vous ne devez refuser aucune aide, sachez accepter que tout ne soit pas fait comme vous l'auriez souhaité.

Recette n°4

Sachez rester à l'écoute de l'autre

- Adaptez-vous face à la maladie. N'infantilisez pas la personne aidée.
- Proposez-lui des solutions et laissez la décider autant que possible.
- Observez, anticipez, discutez les moindres détails avec les auxiliaires de vie, les médecins, les aides-soignants, les infirmiers, les kinés...
- Chaque détail a son importance.
- En cas de différends entre aidants, réglez le problème loin des oreilles de la personne aidée et ne laissez rien paraître.

Recette n°5

Comment éviter les situations de détresse ?

- Participez à des groupes de paroles afin de travailler sur votre ressenti, sur vos difficultés (voir liens utiles).
- Participez à des groupes psycho-éducatifs pour aborder les situations concrètes du quotidien, les symptômes de la maladie, son évolution, les idées reçues...
- Déléguez certaines de vos tâches, faites confiance aux professionnels du maintien à domicile.
- Envisagez le placement de jour, une à deux journées par semaine.

Recette n°6*choisir le bon matériel*

- Rapprochez-vous de l'APA (conseil général de votre département) il peut vous aider dans le financement du matériel.
- Choisissez bien votre fournisseur : il doit savoir vous écouter, vous guider et vous conseiller dans le choix du matériel.
- Assurez-vous qu'il livrera le matériel, l'installera, vous expliquera son fonctionnement et s'occupera de la maintenance.
- Pour tout matériel médical demandez une prescription à votre médecin. L'assurance maladie, la mutuelle et la caisse de retraite, de la personne que vous aidez, peuvent participer à l'achat ou à la location.



Accompagner un proche gravement malade ou en fin de vie

- ❁ **Evitez d'être seul(e)** lors de l'accompagnement d'une personne gravement malade ou en fin de vie. Trouvez des appuis, des relais auprès de votre entourage ou des bénévoles et des professionnels vous entourant ainsi que votre proche malade. Ils vous aideront à prendre du recul, notamment lors de prises de décision importantes, des choses à penser, à faire...
- ❁ **Gardez des habitudes** pour rythmer votre journée : faites les repas, le ménage, programmez une sortie... Le plus important : organisez votre journée, votre semaine, autour d'activités précises et régulières qui vous importent, cela vous permettra de tenir dans le temps.
- ❁ **Retenez qu'il n'y a pas un accompagnement-type.** Chaque situation est singulière. Chacun doit trouver les ingrédients, les ustensiles et les dosages qui lui convient au mieux.

Bon à savoir...



*Cette rubrique a été mise au point par **AIDANT ATTITUDE**, fonds de dotation pour l'information des aidants. Nous les reproduisons dans ce livret avec leur aimable autorisation.*

Pour toute information complémentaire :

www.aidantattitude.fr

L'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie)

Votre proche peut bénéficier de l'APA. Elle sert à financer les aides, les aménagements, le matériel paramédical...

Elle peut être allouée aux personnes de plus de 60 ans qui ont besoin d'une aide pour les actes essentiels de la vie, qu'elle soit au domicile ou dans un établissement. L'APA n'est pas soumise à condition de ressources mais son calcul prend en compte les revenus. L'APA n'est pas récupérable sur la succession.

Vous trouverez les renseignements nécessaires auprès du conseil général d'Indre-et-Loire (voir plus loin).

Le CESU (Chèque Emploi Service Universel)

C'est un chèque qui permet de rémunérer les services à la personne. En l'utilisant, vous paierez moins d'impôt et moins de charges sur le salaire. 50% des dépenses peuvent être déduits des impôts, vous pouvez sous certaines conditions être exonéré des cotisations patronales. Si vous êtes non-imposable, il est possible de bénéficier d'un crédit d'impôt (soumis à condition).

Vous pouvez commander votre chéquier auprès de votre banque, c'est le centre national des CESU qui s'occupe de toutes les déclarations et de l'établissement de la fiche de salaire.

Les congés

Vous pouvez bénéficier d'aménagements du temps de travail ou de congés pour venir en aide à un proche malade.

1. Le congé de solidarité familiale
2. Le congé de présence parentale
3. Le congé de soutien familial

Vous trouverez tous les renseignements nécessaires auprès de votre assistante sociale ou de la Maison de la Solidarité d'Amboise si votre proche est âgé ; si c'est un enfant, adressez-vous à la CAF.

La rémunération

Vous pouvez être salarié :

- si la personne que vous aidez bénéficie de l'APA, pour cela vous ne devez pas être son conjoint, son concubin, ne pas avoir conclu de pacte civil de solidarité.
- si la personne perçoit la prestation de compensation, pour cela vous ne devez pas être son conjoint, son concubin, ne pas avoir conclu de pacte civil de solidarité ni être son obligé alimentaire au premier degré (fils, fille, père, mère).
- si vous êtes parent d'un enfant handicapé et que vous avez dû réduire ou cesser votre activité professionnelle.

Le dédommagement

Vous pouvez être dédommagé :

- Si votre proche perçoit la prestation de compensation (maximum 85% du SMIC sur la base de 35 heures). Renseignements auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).
- Si vous êtes parent d'un enfant handicapé et que vous avez dû réduire ou cesser votre activité professionnelle. Renseignements auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) ou de la CAF.

L'affiliation gratuite à l'assurance vieillesse

Vous pouvez en bénéficier si :

- Vous avez la charge d'un enfant handicapé (incapacité d'au moins 80%, pour lequel vous percevez l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé et non interné).
- Vous avez la charge d'un adulte handicapé (incapacité d'au moins 80%, reconnue par la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes handicapées comme devant bénéficier de l'assistance permanente d'un aidant familial).
- Vous êtes bénéficiaire du congé de soutien familial (soumis à condition de ressources). Renseignements auprès de la CAF.



COMMUNE DE VOUVRAY

*Livret élaboré par la commission “aide à la
personne” de la municipalité de Vouvray.*

*Nous remercions le fonds de dotation pour
l’information des aidants “AIDANT ATTITUDE”
pour son autorisation de reproduction.*

*Nous vous remercions par avance, si vous détectez
des erreurs, de bien vouloir les signaler à :*

commune.vouvray@orange.fr