



Autour Du Patient 94  
CPTS

Les parcours de santé

# Bien vieillir à domicile



COMMUNAUTÉ PROFESSIONNELLE  
TERRITORIALE DE SANTÉ

Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne  
et Le Perreux-sur-Marne

ÉDITION  
2024

# Editorial

L'avancée en âge et le bien vieillir à domicile sont aujourd'hui un enjeu majeur pour lequel nos villes de Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne et Le Perreux-sur-Marne se sont engagées depuis longtemps au travers de diverses actions.

Ce livret réalisé par la Communauté Professionnelle de Santé (CPTS) Autour du Patient 94, soutenu par nos communes, pourra apporter informations et ressources complémentaires aux habitants de nos trois villes.

Car favoriser le bien vieillir, c'est mieux connaître et faire connaître les ressources et acteurs du territoire et s'entourer des professionnels dont on a besoin. C'est aussi et surtout anticiper et prévenir :

- anticiper la perte d'autonomie et les accompagnements à mettre en place pour permettre à la personne âgée de rester chez elle autant que possible et dans les meilleures conditions ;
- prévenir les troubles et risques liés à la perte d'autonomie à domicile comme la dénutrition, les chutes ou encore l'isolement social.

**Christel Royer**

Maire du Perreux

**Charles Aslangul**

Maire du Bry

**Jacques J.P. Martin**

Maire de Nogent

# Sommaire

Ce guide a pour objectifs de recenser les ressources et services du bien vieillir à domicile sur le territoire de **Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne et le Perreux-sur-Marne** ainsi que de permettre d'**informer et de mieux anticiper** les besoins, demandes et démarches administratives pour **rester chez soi plus longtemps**.

Vous y trouverez des réponses à vos questions concernant :

- un éditorial des maires des trois communes.....page 2
- l'accompagnement administratif, social et juridique .....page 4
- les structures d'information, d'évaluation et de coordination .....page 8
- les services d'aide à domicile ..... page 10
- l'aménagement du domicile .....page 16
- les soins à domicile.....page 18
- le suivi hospitalier à domicile ou en établissement.....page 22
- les solutions d'hébergement temporaire et permanent.....page 24
- les ressources pour les familles et les aidants.....page 29
- les sites nationaux d'information sur le bien vieillir.....page 33
- les ressources des villes et associations locales .....page 34

Le recensement et ce guide ont été réalisés par la CPTS Autour du Patient 94, association de professionnels de santé de Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne et Le Perreux-sur-Marne, au premier semestre 2024 et peuvent être amenés à évoluer régulièrement. N'hésitez pas à venir vers nous pour enrichir et compléter ces informations.

Un grand merci à toutes les personnes et tous les partenaires qui ont contribué à l'élaboration de ce guide.

# L'accompagnement social, administratif et juridique

Rester chez soi lorsqu'on est en perte d'autonomie peut soulever des difficultés sur le plan administratif, financier ou social. Vous pouvez vous faire accompagner au plus près de chez vous.



## **Vers qui se tourner pour mieux comprendre les aides sociales et se faire aider dans les démarches administratives ?**

Sur les trois communes plusieurs structures publiques proposent un accompagnement de la personne ou de son proche. Retrouvez ci-dessous la liste de ces structures.

- **EDS du Perreux-sur-Marne**

Les Espaces Départementaux des Solidarités sont des lieux d'accueil. Des professionnels de l'aide sociale accompagnent et guident les usagers selon les besoins.



01 56 71 44 00



eds.leperreux@valdemarne.fr



<https://www.valdemarne.fr/a-votre-service/annuaire-des-equipements/espace-des-solidarites-eds-le-perreux-sur-marne>

- **Les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) / service social**

Les CCAS ont pour rôle notamment d'accompagner les personnes âgées, de soutenir les personnes souffrant de handicap...

### **CCAS / service social de Bry-sur-Marne :**




01 45 16 68 00



social@bry94.fr


# L'accompagnement social, administratif et juridique


## CCAS du Perreux-sur-Marne :

 01 48 71 53 82

 ccas@leperreux94.fr

## CCAS de Nogent-sur-Marne :

 01 88 29 64 00

 ccas@ville-nogentsurmarne.fr



## Quelles sont les aides sociales financières pour aider à bien vieillir chez soi ?


Des aides financières, allocations et exonérations fiscales peuvent vous aider à financer les dépenses croissantes liées à la perte d'autonomie. Il est important que les demandes soient faites le plus tôt possible car les **délais d'instruction des dossiers d'allocations sont souvent longs.**

**Votre CCAS pourra vous informer et vous accompagner dans vos démarches.**

Voici une liste non exhaustive des principales aides sociales :

- **L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)**

N'hésitez pas à anticiper particulièrement la demande de cette aide, avant que le besoin ne devienne pressant. L'APA peut vous aider à financer par exemple de l'aide au ménage, aux courses ou encore des actes d'hygiène ou de l'aide aux repas.

 <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie-s-informer-et-anticiper/perte-d-autonomie-evaluation-et-droits/lallocation-personnalisee-dautonomie-apa>

- **Le Plan d'Actions Personnalisé (PAP)**
- **Les aides au logement : APL, ALS et ALF**

# L'accompagnement social, administratif et juridique

- **L'Allocation Représentative de Services Ménagers (ARSM)**



<https://www.dependance-infos.com/aides-financieres/allocation-representative-de-services-menagers#definition-arsm>

- **L' Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation (ARDH)**



<https://www.lassuranceretraite.fr/portail-info/home.html>



**Vous n'êtes plus ou votre proche n'est plus en mesure de gérer ses comptes ?**

- **Le mandat de protection future :**

Par anticipation, il permet à toute personne majeure (mandant) de désigner à l'avance une ou plusieurs personnes (mandataire) pour la représenter le jour où elle ne sera plus en capacité de gérer ses intérêts.



<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16670>

- **L'habilitation familiale :**

Elle permet à un proche (parent, enfant, grand-parent, frère, sœur, époux(se), concubin(e), partenaire de Pacs) de représenter ou d'assister une personne pour assurer la sauvegarde de ses intérêts lorsque la personne n'est pas en mesure d'exprimer sa volonté au quotidien, de faire ou de comprendre les actes de la vie courante. Elle est ordonnée par le juge uniquement en cas de nécessité, lorsque les représentations habituelles (procuration, mandat de protection future, régime matrimonial, par exemple) ne permettent pas suffisamment de protéger les intérêts de la personne.



<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F33367>

# L'accompagnement social, administratif et juridique

- **Le mandataire judiciaire :**

C'est un représentant de la justice désigné par le juge. Il protège les personnes en incapacité de pouvoir veiller seules à leurs intérêts. La demande doit être adressée au juge des tutelles du lieu de résidence du majeur à protéger avec une requête et un certificat médical attestant de la nécessité d'une mesure de protection, de l'identité de la personne à protéger. La personne vulnérable ou ses proches peuvent ainsi saisir le juge des tutelles.

## **Le tribunal de proximité de Nogent-sur-Marne :**



01 43 94 17 35

- **Les mesures de protection :**

1. La **curatelle** d'une personne majeure : c'est une mesure judiciaire destinée à protéger une personne majeure et son patrimoine lorsqu'elle est en difficulté. Elle lui permet d'être conseillée et/ou d'être accompagnée pour les actes importants même si elle reste autonome pour accomplir des actes simples.



<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2094>

2. La **tutelle** d'une personne majeure : c'est une mesure judiciaire destinée à protéger une personne majeure et/ou tout ou partie de son patrimoine si elle n'est plus en état de veiller sur ses propres intérêts. Le tuteur est la personne désignée pour la protéger et la représenter dans les actes.



<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2120>

# Les structures d'information, d'évaluation et de coordination

Plusieurs structures peuvent vous aider à évaluer vos besoins sociaux et de santé ou ceux de votre proche. Elles peuvent vous informer sur les dispositifs en place sur le territoire.



## Votre situation ou celle de votre proche nécessite une évaluation à domicile ?

- **L'Espace Autonomie (secteur 2):**

Il s'agit d'un lieu d'information, de coordination et d'orientation pour les personnes âgées de plus de 60 ans ou en situation de handicap ou aidants (évaluation à domicile, accompagnement du projet d'entrée en EHPAD, protection juridique...). **L'accueil se fait sur rendez-vous.**



01 56 71 56 02



espace-autonomie-2@valdemarne.fr



4 avenue Danielle Casanova, 94500 Champigny-sur-Marne

- **L'équipe médico-sociale de l'APA :**

Elle est chargée de l'évaluation des besoins et de la situation d'une personne âgée vivant à domicile ayant fait une demande d'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA). Elle effectue une visite à domicile et propose un plan d'aide.



39 94



da-pa-domicile@valdemarne.fr

- **Le Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC 94 Est) :**

Il apporte des réponses adaptées et coordonnées entre les professionnels, quels que soient la pathologie et l'âge de la personne accompagnée. Il vient prioritairement en appui aux professionnels du territoire faisant face à **des situations complexes au domicile** et peut répondre aux demandes des



# Les structures d'information, d'évaluation et de coordination

personnes et de leurs aidants.



<https://maillage94.sante-idf.fr/accueil.html>

- **L'UMEG "unité d'évaluation mobile gérontologique" :**

Elle a pour mission de réaliser des évaluations médico-sociales auprès des personnes âgées vivant à leur domicile ou en résidence autonomie pour le compte de la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse. L'évaluateur de l'UMEG réalisera une évaluation des besoins de la personne âgée dans sa globalité et établira un plan d'action personnalisé comprenant l'aide à domicile, l'amélioration de l'habitat, la mise en place d'aides alternatives et le repérage des critères de fragilité.



01 43 97 05 28



contact@umeg.fr



UMEG – 15 rue Louis Braille, 94100 Saint-Maur-des-Fossés



## **Vous êtes ou votre proche est dans une situation de renoncement aux soins ?**

- **La Mission d'Accompagnement Santé (MAS), proposée par la CPAM :**

La MAS est une réponse concrète visant à permettre à chacun de disposer des droits auxquels il peut prétendre et de se soigner. L'Assurance Maladie met alors en place un suivi personnalisé et aide la personne face à des situations de difficultés d'accès aux droits et aux soins.



36 46



Messagerie de votre compte Ameli ou de celui de votre proche



Accueil de la CPAM

# Les services d'aide à domicile

De nombreux services d'aide à la personne à domicile existent sur le territoire de Nogent, Bry, Le Perreux-sur-Marne. Vous trouverez ici une liste des services en fonction de vos besoins.



## **Vous ou votre proche ne cuisine plus ? Vous avez besoin d'un service de portage des repas ?**

Les mairies des villes de Nogent, Bry, le Perreux proposent ce service, **contactez les CCAS.**

Des structures privées proposent également des services de portage de repas comme par exemple :

- **Saveurs et Vie**



01 41 733 733



<https://www.saveursetvie.fr/>

- **Clapstoche**



01 45 18 93 98



[https://portage.clapstoche.com/CLAPSTOCHE\\_WEB/FR/index.awp](https://portage.clapstoche.com/CLAPSTOCHE_WEB/FR/index.awp)

- **Les menus services**



01 43 97 29 27



94centre@les-menus-services.com



<https://www.les-menus-services.com/>

- **Bien vieillir**



01 48 85 06 34



contact@bienvieillir-idf.org



<https://bienvieillir-idf.org/vos-services/>

- **Appétits & Associés**



01 70 611 960



contact@appetits-associes.fr



164, boulevard de Verdun, 94120 Fontenay-Sous-Bois



<https://appetits-associes.fr/>

# Les services d'aide à domicile



**Vous avez ou votre proche a des difficultés à réaliser des tâches de la vie courante ?**

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile peuvent vous aider. Ils visent à favoriser le maintien à domicile. Des auxiliaires de vie sont là pour vous aider dans les actes de la vie quotidienne en fonction de vos besoins.

Voici les principales prestations des services d'aide et d'accompagnement à domicile :

- aide au lever et au coucher ;
- aide à la toilette ;
- aide à la préparation et à la prise des repas ;
- aide aux courses ;
- l'entretien du logement et du linge ;
- l'accompagnement lors de sorties ou d'activités de loisirs.

Il existe deux modes de fonctionnement pour les services d'aide et d'accompagnement à domicile :

## **1. Le service prestataire d'aide à domicile**

Il recrute et emploie les intervenants à domicile, la personne est alors cliente du service.

**Sur les 3 communes et à proximité :**

- **APADOM (94)**



01 47 06 75 26



153 avenue Roger Salengro, 94500 Champigny-sur-Marne

- **Appétits & Associés**



01 70 611 960



contact@appetits-associes.fr



164, boulevard de Verdun, 94120 Fontenay-Sous-Bois



<https://appetits-associes.fr/>

# Les services d'aide à domicile

## Nogent-sur-Marne :

- **Domi sur Marne**



01 84 04 10 00



13 grande rue Charles de Gaulle



<https://domisurmarne.net/>

- **Alliance Joyeuse**



01 43 24 60 46



2 boulevard Albert 1er

- **Age inter services**



01 43 24 02 09



70 bis rue des Héros Nogentais



<https://age-inter-services.org/v2/>

## Le Perreux-sur-Marne :

- **Respect services professionalisme**



01 41 93 95 90



109 avenue Pierre Brossolette



<https://www.rsp-idf.fr/>

- **Azaé, agence Le Perreux**



01 48 72 23 65



149 avenue du Général de Gaulle



<https://www.azae.com/>

- **Amicial, agence Le Perreux**



01 85 78 05 55



70 bis avenue Ledru Rollin



<https://amicial.fr/fr/etablissements/19/agence-le-perreux-sur-marne>

- **Confort à domicile**



01 72 70 22 12



70 avenue Ledru Rollin



<https://www.confortadomicile.com/>

# Les services d'aide à domicile

## Bry-sur-Marne :

- **DOM VITA**



09 81 25 42 00



4 rue de Noisy le Grand



<https://www.dom-vita.com/>

- **Bry services Famille**



01 55 09 11 44



11 avenue Georges Clemenceau



<https://bry-services-famille.fr/>

- **Le groupement de coopération sociale et médico-sociale « bien vieillir »**

Ce groupement réunit plusieurs associations aux activités complémentaires d'aide et de soins à domicile. Il a pour objectif de permettre à la personne fragilisée de rester chez elle en garantissant une qualité de vie selon ses habitudes quotidiennes. Il propose notamment des services d'accompagnement et d'aide à la personne, de soins infirmiers et de portage des repas. Le groupement dispose d'une agence à Joinville-le-Pont.



01 48 85 06 14



[joinville@bienvieillir-idf.org](mailto:joinville@bienvieillir-idf.org)



63 avenue du Général Gallieni, 94 340 Joinville-le-Pont



<https://joinville@bienvieillir-idf.org/>

## 2. Le service mandataire d'aide à domicile :

Le bénéficiaire devient l'employeur de l'intervenant à domicile. Le service mandataire propose une auxiliaire de vie pouvant répondre aux besoins de la personne âgée et gère l'administratif lié à l'employé. Le bénéficiaire employeur paye des frais de gestion au mandataire.

# Les services d'aide à domicile

- **Agence d'aide à domicile Petits Fils**

Prestations disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.



01 84 04 09 81



5 bis rue de la Gaité, 94170 Le Perreux-sur-Marne



<https://www.petits-fils.com/>

- **Papoos**

Prestations disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.



01 41 93 97 97



81 avenue Ledru Rollin, 94170 Le Perreux-sur-Marne



<https://papoos.fr/>

- **L'arbre de vie**

Prestations disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.



01 48 75 14 42



1 boulevard Henri Ruel, 94120 Fontenay-sous-Bois



<http://www.larbredevie.net/assistance-a-domicile.html>

- **Ouihelp**

Intervient à Nogent-sur-Marne du lundi au vendredi 9h-18h.



01 79 35 27 90



<https://www.ouihelp.fr/aide-a-domicile-a-nogent-sur-marne/>

- **Age d'Or Services**

Intervient à Bry-sur-Marne du lundi au vendredi 9h-18h.



01 43 30 46 78



<https://www.agedorservices.com/agences/noisy-le-grand-bry-sur-marne/nos-services>

# Les services d'aide à domicile



## Vous avez besoin d'une téléassistance ?

Le conseil départemental du Val-de-Marne propose le dispositif "Val'Ecoute". Cette téléassistance permet de joindre un interlocuteur pour écouter, conseiller ou venir en aide en cas d'urgence, 24 heures/24 et 7 jours/7. **Contactez le CCAS de votre ville.**



## Vous avez besoin d'un transport adapté ?

Voici les services de transport adapté et accompagné (service public, association) :

### • Le service Pam francilien

Réservation des trajets occasionnels ou réguliers :



0 800 00 18 18, service et appel gratuits du lundi au dimanche de 7h à 20h



Pour les trajets réguliers, un formulaire est à compléter et envoyer au moins 7 jours avant le premier trajet à l'adresse : Service Pam, TSA 61329, 75564 PARIS CEDEX 12



Pour les trajets occasionnels, sur [l'application mobile Pam IDFM](#) : depuis votre smartphone ou votre tablette



<https://pam.iledefrance-mobilites.fr/reserver-et-payer/reserver-trajet-pam>

### • Les services municipaux

Vous pouvez vous renseigner auprès de votre CCAS. Pour réserver un trajet, vous pouvez joindre :

#### • La navette de Nogent



sur rendez-vous au 01 43 24 63 80

#### • La navette de Bry, mardi et vendredi 9h-12h, 13h30-17h



sur rendez-vous au 01 45 16 68 00

#### • Les taxis conventionnés



06 20 65 95 35 / 01 76 50 55 55



<https://www.taxisconventionnes.fr/>

# L'aménagement du domicile

Pour rester chez soi plus longtemps, certains aménagements du domicile peuvent être nécessaires pour anticiper et prévenir les risques et rendre votre logement ou celui de votre proche plus sécurisant et adapté.



## Vers qui se tourner pour aménager le domicile ?

Le site national pour les personnes âgées met à disposition des informations et conseils sur l'aménagement du domicile.



<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie/amenager-son-logement-et-s-equiper>

Pour un accompagnement personnalisé, vous pouvez vous tourner vers des professionnels du secteur.

L'**ergothérapeute** pourra notamment vous proposer l'utilisation d'aide technique ou de l'aménagement du logement après un bilan à votre domicile.

Vous pouvez demander conseil à votre **pharmacie** sur certaines aides techniques.

Enfin **certaines entreprises** proposent des accompagnements, travaux et matériels d'aménagements du domicile. En voici quelques exemples. Cette liste n'est pas exhaustive.

- **Logiadapt' intervient à Nogent, Bry et Le Perreux**



01 89 71 52 70



<https://www.logiadapt.fr/adaptation-logement/nogent-sur-marne>

- **Espace senior dispose d'une agence à Nogent**



01 40 05 98 20



<https://espace-senior.com/>



# L'aménagement du domicile

- **Ortho Serv' vend du matériel orthopédique en Ile-de-France**



01 69 25 36 87



<https://boutique.orthoserv.fr/>

- **IDF médical 94 vend du matériel orthopédique et médical pour le domicile à Nogent, Bry, Le Perreux**



09 74 56 88 80



<https://www.idfmedical.net/>



2 Rue Du Jeu De L'Arc, 94130 Nogent-sur-Marne



33 Avenue Ledru Rollin, 94170 Le Perreux-sur-Marne



39 Grande Rue Charles de Gaulle, 94360 Bry-sur-Marne



## Quelles aides pour financer ces aménagements ?

Des aides peuvent vous aider à financer l'adaptation de votre logement, c'est le cas de l'APA et du dispositif MaPrimeAdapt'. Certaines caisses de retraite peuvent aussi aider à financer ces aménagements.



<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie-s-informer-et-anticiper/amenager-son-logement-et-sequiper/les-aides-financieres-pour-adapter-son-logement>

# Les soins à domicile

Tous ces soins à domicile sont soumis à **une prescription médicale**.

**Parlez-en à votre médecin**, il pourra vous orienter vers les professionnels du territoire selon vos besoins ou ceux de votre proche.

- **Les ESA : Equipes Spécialisées Alzheimer**

Les Équipes Spécialisées Alzheimer (ESA) accompagnent des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer à un stade léger et modéré et vivant à leur domicile. L'objectif des interventions est de leur permettre de rester vivre le plus longtemps au domicile. Les équipes aident les personnes âgées à maintenir leur autonomie en stimulant leurs capacités, en diminuant les éventuels troubles du comportement et soutiennent les proches. Les équipes sont composées de psychomotriciens, d'ergothérapeutes et d'assistants de soins en gérontologie.

Il est possible de bénéficier de 12 à 15 séances au maximum réparties sur une durée de 3 mois durant une année. Au bout d'un an, le médecin peut renouveler la prescription. Voici la liste des ESA qui interviennent sur une ou plusieurs des communes de Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne ou Le Perreux-sur-Marne :

- **ESA Abbaye**



01 41 81 18 13



<https://www.abcd94.fr/services-a-domicile/domicile-services/equipe-specialisee-alzheimer-esa/>

- **ESA du G.C.M.S**



01 48 76 47 17



<https://www.gcsms-ehpadpublics94.fr/Equipe-mobile-Alzheimer/3/37/67>

# Les soins à domicile

- **Les SSIAD : Service de Soins Infirmiers à Domicile\***

Ils offrent des prestations de soins infirmiers et d'hygiène générale. Ils s'adressent aux personnes âgées, aux adultes en situation de handicap ainsi qu'aux adultes atteints de maladies chroniques, vivant à domicile.

- **SSIAD du Perreux-sur-Marne (APSAD)**



01 48 71 84 31

- **SSIAD de la Fondation Favier à Bry-sur-Marne, intervient aussi à Nogent-sur-Marne**



01 49 83 49 75

\*Du fait de la réforme des services autonomie à domicile (SAD), des informations concernant ces structures pourront être amenées à changer dans les années à venir.

- **Les infirmiers**

Ils réalisent au domicile les soins prescrits par un médecin comme les injections, les prélèvements, la préparation des piluliers, la surveillance au retour d'une hospitalisation, la pose et la surveillance d'une perfusion ou d'une sonde, les lavements évacuateurs, les pansements, la prévention et le traitement des escarres... Ces soins infirmiers à domicile peuvent être indispensables pour les personnes âgées.

- **Les pédicures-podologues**

Ce sont des professionnels de santé paramédicaux qui réalisent des actes de soins concernant la peau et les ongles du pied. Ils interviennent pour :

- des soins de la peau et des ongles pour des affections du pied : durillons, cors, verrues plantaires, ongles incarnés, mycoses... ;
- prévenir et traiter des problèmes de pied liés à des pathologies telles que l'arthrose, le diabète, les lombalgies, les douleurs articulaires, la perte d'équilibre ;

# Les soins à domicile

- concevoir des orthèses (semelles orthopédiques améliorant la marche et compensant des déformations) ;
- rééduquer le pied et l'équilibre après une intervention chirurgicale ;
- conseiller, éduquer et prévenir dans l'hygiène, les soins quotidiens, le chaussage.

Seuls certains actes prescrits sur une ordonnance sont pris en charge par l'Assurance Maladie notamment pour les personnes diabétiques.

- **Les kinésithérapeutes**

Ce sont des spécialistes de la rééducation. À partir de la prescription médicale, ils établissent un bilan des capacités de son patient et lui proposent un programme adapté de rééducation. Ils interviennent pour :

- rééduquer l'appareil locomoteur ;
- améliorer les capacités respiratoires ;
- améliorer les capacités à faire des efforts.

- **Les orthophonistes**

Ce sont des professionnels paramédicaux, dont les interventions ont pour objectif d'améliorer ou de maintenir les capacités de communication à l'oral ou à l'écrit pour permettre à la personne de préserver une vie sociale et d'éviter l'isolement. Ils peuvent intervenir pour différents troubles :

- des troubles de la voix, les paralysies faciales, les troubles de l'articulation ;
- des troubles de la déglutition ;
- des troubles des fonctions cognitives : mémoire, attention...;
- des troubles de l'audition et la surdité ;
- des troubles neurologiques ou neurodégénératifs.

# Les soins à domicile

- **Les psychologues**

Ils peuvent accompagner les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs. Ils prennent en compte la souffrance psychique. Les bénéficiaires de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) nécessitant un soutien psychologique passager ou durable peuvent désormais recevoir la visite d'un psychologue selon un plan pouvant aller jusqu'à 4 entretiens par mois, sur une durée de six mois renouvelable.

- **Les ergothérapeutes**

Ils interviennent auprès des personnes qui ont des difficultés dans la réalisation de leurs activités quotidiennes. À partir d'un bilan qui recueille et analyse les besoins et souhaits exprimés de la personne, ses habitudes de vie et son environnement, ils établissent un diagnostic et proposent de la rééducation, de la réadaptation, l'utilisation d'aide technique ou de l'aménagement du logement.

- **Les enseignants en activité physique adaptée**

Ils peuvent vous accompagner à reprendre une activité physique ou sportive adaptée à vos besoins et envies. Ces professionnels peuvent exercer comme indépendants ou bien au sein d'institutions comme la Maison Sport de Bry-Villiers.

Lorsque vous êtes en perte d'autonomie ou en affection longue durée (ALD), votre médecin peut vous prescrire de l'activité physique adaptée.

**Pour trouver un professionnel selon vos besoins, parlez-en à votre médecin ou consultez l'annuaire de santé d'Ameli.**

**Vous pouvez aussi trouver des professionnels en cherchant sur Doctolib ou une autre plateforme du même type.**



# Le suivi hospitalier à domicile ou en établissement



**Vous avez ou votre proche a besoin de consultations gériatriques ou de soins lourds et techniques à domicile ou à l'hôpital ?**

**Parlez-en à votre médecin.** Il saura vous conseiller et prescrire ces soins si nécessaire.

- **L'Hospitalisation A Domicile (HAD)**

Elle constitue une prise en charge qui, dès lors que l'environnement physique et familial le permet, autorise la dispensation à domicile de soins lourds et techniques dans des conditions de sécurité et de qualité comparables à celles d'un hébergement en établissement de santé. L'HAD intervient sur prescription médicale.

- **L'équipe mobile de gériatrie de Saint Camille**

Elle intervient à domicile et en EHPAD sur demande du médecin généraliste ou autre professionnel de santé pour une évaluation.

- **Le Centre hospitalier les Murets**

Au sein de l'hôpital Saint Camille de Bry-sur-Marne, il est proposé des consultations spécifiques :

- consultation gériatrique non programmée ;
- consultation mémoire.

- **A l'hôpital Saint Camille, l'hôpital privé Armand Brillard et l'hôpital privé de Marne La vallée**

Les services hospitaliers accueillent les personnes pour une pathologie aiguë nécessitant des soins lourds et une surveillance.

# Le suivi hospitalier à domicile ou en établissement

- **Les services de Soins Médicaux et de Réadaptation (SMR) et l'Hôpital De Jour (HDJ) du territoire**

Les SMR permettent la poursuite des soins d'hospitalisation aiguë, la restauration somatique et psychologique du patient, son éducation thérapeutique, la préparation à la sortie à domicile ou en institution de longue durée.


L'hôpital de jour complète ce dispositif, il peut aussi venir en soutien pour renforcer l'autonomie pour favoriser le maintien à domicile.

A Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne, Le Perreux-sur-Marne :

- **Les SMR et HDJ Les Murets à l'hôpital Saint-Camille**

 2 rue des Pères Camilliens, 94360 Bry-sur-Marne

- **Les SMR et HDJ à la Clinique du Perreux**

 14-22 Rue du Canal, 94170 Le Perreux-sur-Marne

- **Les Unités de Soins de Longue Durée (USLD)**

Ce sont des structures d'hébergement et de soins accueillant des personnes dont l'état nécessite une surveillance médicale constante.

# Les solutions d'hébergement temporaire et permanent



**Vous ne pouvez plus ou votre proche ne peut plus rester à domicile ?**

Diverses solutions d'hébergement temporaire et permanent existent sur le territoire. **Parlez-en à votre médecin.** Il saura vous conseiller, vous orienter et faire la demande si nécessaire.

## • L'accueil de jour :

L'accueil de jour propose le plus souvent un accompagnement individualisé aux personnes accueillies et un soutien aux aidants. Il a pour objectif de permettre aux personnes âgées en perte d'autonomie de rester le plus longtemps dans leur cadre de vie habituel. Elles sont accueillies une à plusieurs journées par semaine et peuvent préserver leur autonomie grâce à des activités adaptées. Ce temps permet également de rompre l'isolement et de permettre aux proches de dégager du temps pour leurs propres occupations. Le prix à la journée de l'accueil de jour est fixé annuellement par le conseil départemental pour chaque structure proposant cet accueil. Le transport pour se rendre à l'accueil de jour peut être organisé par la structure. Si cela n'est pas le cas, un forfait transport est versé à la famille ou est déduit du tarif journalier.

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) peut être utilisée pour aider au financement de l'accueil de jour.

Le coût restant à charge peut également être financé par :

- la caisse de retraite ;
- la mutuelle ;
- l'assurance ;
- certaines communes dans le cadre des aides extralégales.



# Les solutions d'hébergement temporaire et permanent

Pour s'inscrire dans un accueil de jour, il faut prendre contact avec la structure et compléter un dossier d'admission.

Sur les trois communes, vous trouverez notamment un accueil de jour dans ces structures :

- **La Fondation Lepoutre**



01 45 14 31 19



adj-lepoutre@gcsms94.fr



5 rue Emile Zola, Nogent-sur-Marne



<https://www.gcsms-ehpadpublics94.fr/Accueil-de-jour/3/36/63>

- **La Fondation Favier**



01 49 83 47 97



adj-bry@gcsms94.fr



1 à 5 rue du 136ème de Ligne, Bry-sur-Marne



<https://www.gcsms-ehpadpublics94.fr/Accueil-de-jour/3/36/63>

- **L'EHPAD Korian Les Lierres**



01 48 71 95 00



korian.leslierres@korian.fr



19 Rue du Bac, Le Perreux-sur-Marne



<https://www.korian.fr/maison-retraite/ehpad-korian-les-lierres-le-perreux-sur-marne-94170>

# Les solutions d'hébergement temporaire et permanent

- **Les résidences en autonomie :**

Elles accueillent des personnes âgées autonomes qui souhaitent vivre de façon indépendante tout en bénéficiant de services. Elles comportent des logements individuels et des espaces communs dédiés à la vie collective. Elles sont gérées majoritairement par des structures publiques, notamment les CCAS, ou des structures à but non lucratif. Les résidents peuvent bénéficier de l'Aide Sociale à l'Hébergement (ASH) ou des aides au logement. Les résidents paient un loyer et des charges locatives. Certaines prestations peuvent être incluses. Pour trouver une résidence autonomie dans votre secteur, vous pouvez consulter l'annuaire public :

<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-residences->



[autonomie?form=form-](https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-residences-autonomie?form=form-)

[annuaire&annuaire=RESIDENCES\\_AUTONOMIE#container-result-query](https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-residences-autonomie?form=form-annuaire&annuaire=RESIDENCES_AUTONOMIE#container-result-query)

- **La résidence Le Cèdre**



6 rue Jean Soulès, 94130 Nogent-sur-Marne

- **La résidence autonomie Villa Renée**



3 villa Renée, 94170 Le Perreux-sur-Marne

- **Les résidences séniors :**

Ce sont des logements privatifs pour les personnes âgées associés à des services collectifs. Les occupants peuvent être locataires ou propriétaires. Les résidences services sont gérées par des structures privées commerciales ou associatives.

- **Les Hespérides Val de Beauté**



2 Rue de la Muette, 94130 Nogent-sur-Marne

- **Les Hespérides Hôtel de Ville**



186 grande rue Charles de Gaulle, 94130 Nogent-sur-Marne

# Les solutions d'hébergement temporaire et permanent

- **Les EHPAD** (établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes)

Les EHPAD sont des maisons de retraite médicalisées qui proposent un accueil en chambre. Ils s'adressent généralement à des personnes âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien. Chaque mois, le résident doit payer une facture qui se compose d'un prix d'hébergement et d'un tarif dépendance. Il existe trois aides publiques qui peuvent aider à payer les frais d'hébergement et les frais liés au tarif dépendance :

- l'Aide Sociale à l'Hébergement (ASH) sous réserve que l'établissement soit habilité à l'aide sociale ;
- les aides au logement pour la partie liée au tarif hébergement ;
- l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) en établissement qui s'applique pour la partie liée au tarif dépendance pour les personnes en GIR 1-2 et GIR 3-4.

Une réduction fiscale est possible pour les résidents imposables. Les chèques énergie sont également acceptés. Les soins et une partie du matériel médical sont pris en charge par l'Assurance Maladie.

**La perte d'autonomie est le plus souvent progressive, n'hésitez pas à vous renseigner et à anticiper une entrée en EHPAD. Vous pouvez consulter l'annuaire public :**




<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-ehpad-et-comparateur-de-prix-et-restes-a-charge?form=form-annuaire&annuaire=EHPAD#container-result-query>

Les EHPAD peuvent accompagner le bien vieillir à domicile et la prévention de la perte d'autonomie à travers les activités et prises en charge du patient en accueil de jour (ADJ) ou en séjour temporaire.

# Les solutions d'hébergement temporaire et permanent


## Les EHPAD de Nogent-sur-Marne

- **EHPAD de la Fondation Lepoutre**

 01 45 14 31 00


 5 rue Emile Zola


- **EHPAD Maison Nationale des Artistes**

 01 48 71 28 08

 14 rue Charles VII


- **Maison de retraite Africa**


 01 48 71 19 94

 22 rue de Plaisance


## Les EHPAD de Bry-sur-Marne


- **EHPAD des Pères Blancs**

 01 48 82 15 63

 4 rue du Bois des Chênes


- **EHPAD Fondation Favier**


 01 49 83 47 00

 1 rue du 136e de Ligne


## Les EHPAD du Perreux-sur-Marne


- **EHPAD Korian Les Lierres**

 01 48 71 95 00


 19 rue du Bac


- **EHPAD Fondation Gourlet Bontemps**

 01 43 24 25 02

 117 avenue du 8 Mai 1945

- **EHPAD La Cascade**

 01 43 24 25 52

 5 rue de l'Embarcadère

# Les familles et les aidants

Voici quelques structures proposant des actions à destination des aidants sur le territoire ou à proximité.

- **Centr'aider**

C'est un dispositif ressource destiné aux proches aidants de personnes en perte d'autonomie liée à l'âge ou au handicap en Ile-de-France. Son site internet recense les professionnels et structures à disposition des aidants au plus près de chez eux. Il présente les informations essentielles concernant les aidants, leurs droits, les interlocuteurs clés, les aides etc.



contact@centraider.fr



<https://www.centraider.fr/>

- **Les plateformes d'accompagnement et de répit**

Les plateformes d'accompagnement et de répit ont été créées à l'origine pour aider les proches accompagnant au quotidien une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer. Elles peuvent par exemple organiser des sessions de formation à destination des proches aidants ; des temps de répit sous la forme d'interventions d'aide à domicile sur une demi-journée ou plus pour permettre au proche de s'absenter ; la recherche d'une structure médico-sociale ; des sorties culturelles ou conviviales qui permettent à la personne âgée et à son proche de partager un bon moment ensemble et de rencontrer du monde ; des groupes d'échanges entre aidants ; des partenariats afin de proposer des solutions de loisirs et de vacances etc.


Les plateformes d'accompagnement et de répit dans le Val-de-Marne accompagnent les personnes par secteur.

# Les familles et les aidants

- **Pour Nogent-sur-Marne, La Maison des Aidants, à Saint Maur-des-Fossés**

 01 74 02 05 71 Accueil téléphonique : lundi au vendredi de 9h00 à 12h00


 [maisondesaidants@abcd94.fr](mailto:maisondesaidants@abcd94.fr)

 <https://www.abcd94.fr/maison-des-aidants/>

Si vous habitez Bry-sur-Marne ou Le Perreux-sur-Marne, votre commune n'est pas couverte par une plateforme d'accompagnement et de répit. Vous pouvez solliciter l'Espace Autonomie (secteur 2 à Champigny).

- **La Halte relais (France Alzheimer)**


France Alzheimer du Val-de-Marne a ouvert une Halte-Relais en partenariat avec les municipalités du Perreux-sur-Marne et Nogent-sur-Marne. L'accueil est gratuit pour les personnes malades Alzheimer ou maladies apparentées et de leurs proches aidants. La présence aux activités est à confirmer auprès de l'association.

 <https://www.francealzheimer.org/valdemarne/nos-activites/>

## **A Nogent-sur-Marne :**


Le 3ème mardi de chaque mois de 14h à 17h


 2 rue Jean Monnet

 07 83 94 98 87

## **Au Perreux-sur-Marne :**

Le 3ème vendredi de chaque mois de 14h à 17h

 au centre Luc Maine, 30 rue Pierre Barberet à l'angle de l'avenue Lamartine


 06 15 22 59 47

# Les familles et les aidants

- **Le soutien téléphonique Val'Écoute**


Ce dispositif apporte une écoute sécurisante, mais également une aide psychologique aux aidants des personnes âgées abonnées à la téléassistance.

 39 94

 <https://www.valdemarne.fr/a-votre-service/handicap/valecoute>

- **Happy visio**

C'est une plateforme regroupant des conférences et des ateliers en ligne. Ils sont à suivre depuis chez soi avec la possibilité d'interagir et de poser des questions aux experts.


 01 76 28 40 84

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

 <https://www.happyvisio.com/>

- **Le Lien PSY**

L'association regroupe des psychologues et des psychanalystes. Elle accompagne des personnes malades et leurs proches au domicile (5 séances sur 6 mois) et propose de la supervision et de la formation auprès des professionnels du sanitaire et du social.


 01 77 75 97 13

 [contact@lelienpsy.fr](mailto:contact@lelienpsy.fr)


 <https://www.lelienpsy.fr/>

- **Association nationale Jeunes Aidants Ensemble-JADE**

Les ateliers cinéma-répét JADE sont des séjours de répétition et de création audiovisuelle.

 07 67 29 67 39

 [contact@jeunes-aidants.com](mailto:contact@jeunes-aidants.com)

 <https://jeunes-aidants.com>

# Les familles et les aidants

- **La Ligne nationale des aidants**

L'association Avec Nos Proches a mis en place une plateforme d'écoute, d'information et d'orientation pour les aidants. Gratuite, elle fonctionne de 8 heures à 22 heures, 7 jours sur 7, toute l'année avec une possibilité d'écoute en dehors de ces horaires sur rendez-vous. Elle est animée par des écoutants formés qui sont tous des anciens aidants.



01 84 72 94 72



<https://www.avecnosproches.com/lassociation/>

- **Un Brin de caouette**

Un Brin de caouette propose gratuitement pour les résidents du Val-de-Marne :

- une papoteuse qui appelle 1 à 2 fois par semaine pour prendre des nouvelles et échanger ;
- coordo'aidance 94 soutient en co-construisant avec l'aidant le projet de vie adapté aux besoins actuels en proposant des formations collectives, un temps d'échange individuel, des ateliers individuels et des ateliers collectifs.



01 56 45 56 20



[contact@unbrindecaouette.com](mailto:contact@unbrindecaouette.com)



<https://www.unbrindecaouette.com/service/>



# Les sites nationaux d'information sur le bien vieillir



## Vous cherchez des informations sur le bien vieillir ?

Des sites internet nationaux mettent à disposition des ressources pour vous aider.

- **Le portail national d'information pour les personnes âgées et leurs proches.**

Son site internet [pour-les-personnes-agees.gouv.fr](https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr) présente des informations sur les droits et les aides dont peuvent bénéficier les personnes âgées et leurs aidants (aides financières pour les personnes âgées et les aidants, coordonnées des EHPAD, démarches à entreprendre pour mettre en place les interventions d'une aide à domicile, la liste des points d'information locaux etc).



<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/>

- **Le site internet "Pour bien vieillir"**

Les caisses de retraite et Santé publique France proposent un site internet dédié au bien vieillir et à la prévention. Un onglet propose notamment des informations et ressources pour bien vieillir à domicile.



<https://www.pourbienvieillir.fr/>

# Les ressources des villes et associations locales

Les villes de Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne, Le Perreux-sur-Marne et le Département du Val-de-Marne mettent à disposition sur leur site internet respectif des informations et ressources sur le maintien et le bien vieillir à domicile, les services et activités à destination des personnes âgées du territoire.

Les associations des villes proposent aussi des activités et services pour les personnes âgées.

## Le département du Val-de-Marne



<https://www.valdemarne.fr/le-conseil-departemental/solidarites/faciliter-la-vie-des-personnes-agees/bien-vieillir-a-domicile-chez-soi-en-residence-autonomie>

## La ville de Nogent-sur-Marne



<https://ville-nogentsurmarne.com/vivre-a-nogent/seniors/bien-vivre-chez-soi/>

Les associations de Nogent-sur-Marne :

- **Club Beauté Plaisance**

Activités manuelles et sportives, culturelles, ludiques.



01 88 29 64 97



6 avenue du Maréchal Lyautey

- **Retraite sportive nogentaise (RSN)**

Gymnastique, cyclotourisme, tennis de table, pétanque, randonnée, tai-chi et marche nordique.



rsn.pf.94003@rsnogent.fr



6 avenue du Maréchal Lyautey

- **Les associations d'anciens combattants**



<https://ville-nogentsurmarne.com/vivre-a-nogent/vie-associative/les-associations/au-service-des-seniors/>

# Les ressources des villes et associations locales

- **France Alzheimer, délégation du Val-de-Marne**

L'association a pour objectifs d'accompagner, soutenir, aider les proches aidants afin de leur permettre d'accompagner leurs proches malades ; de former à titre gratuit les proches aidants ; de permettre aux aidants de trouver des aides afin d'éviter l'épuisement et pour les malades, de leur proposer des groupes de paroles et des ateliers...

Elle possède une délégation dans le Val-de-Marne située à Nogent-sur-Marne.



01 48 72 87 82



alzheimer.val-de-marne@wanadoo.fr



4 rue du Maréchal Vaillant

## La ville de Bry-sur-Marne



<https://www.brysurmarne.fr/-Seniors-79-.html>

Les associations de Bry-sur-Marne :

- **Le rayon de Soleil Bryard**

Activités sportives, créatives, ludiques, culturelles.



01 48 82 12 82



11 avenue Georges Clemenceau

## La ville du Perreux-sur-Marne



<https://www.leperreux94.fr/page/autonomie>

Les associations du Perreux-sur-Marne :

- **Les Cordelles**

Club de loisirs pour adultes, activités ludiques, culturelles, sportives, manuelles.



07 71 72 39 26



Hôtel de ville du Perreux sur Marne - Place de la libération - 98 Av. du Général de Gaulle



## Autour Du Patient 94 CPTS

Autour du Patient 94 est une Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) regroupant les professionnels de santé de Nogent-sur-Marne, Bry-sur-Marne, Le Perreux-sur-Marne. Elle a pour objectif de réunir les professionnels du soin (personnes, établissements et maisons de santé, associations...) afin de faciliter l'accès aux soins, de favoriser l'échange entre professionnels de santé autour des patients et de faire émerger des projets pour améliorer la coordination des soins de proximité sur le territoire.

Retrouvez sur notre site internet toutes nos ressources sur le maintien à domicile et le bien vieillir à destination :

- des usagers

<https://autourdupatient.fr/parcours-maintien-a-domicile-usagers/>

- et des professionnels de santé

<https://autourdupatient.fr/maintien-a-domicile/>

### Nous contacter :

[autourdupatient94@gmail.com](mailto:autourdupatient94@gmail.com)

06 27 84 93 26

[www.autourdupatient.fr](http://www.autourdupatient.fr)

### Nous suivre :

