

CENTR'  AIDER



Guide  
des  
aidants  
Val-de-  
Marne

---

Quelles  
solutions  
pour vous  
aider ?

Ce guide se veut clair et pratique pour répondre à vos besoins.

Pour la plupart des dispositifs présentés dans ce guide, aucune participation financière n'est demandée aux bénéficiaires. Il est non exhaustif et ses informations évoluent régulièrement.

**Retrouvez la version mise à jour sur [centraider.fr](https://centraider.fr)**

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous faire part de vos remarques en nous écrivant à : **[contact@centraider.fr](mailto:contact@centraider.fr)**

Nous remercions toutes les personnes qui ont contribué à la rédaction de ce guide, ainsi que les financeurs pour leur soutien et leur confiance.

**Autonomie Paris Saint-Jacques**

11, rue de l'École de Médecine,  
75006 Paris  
01 44 07 13 35

**Responsable de rédaction :**  
Marie Bouchaud

**Design graphique et illustrations :**  
Vérane Cottin

Imprimé en France  
par Gestion Graphique

Guide financé par  
Malakoff Humanis

Mise à jour : Avril 2024

▶ **J'ai un lien affectif ou familial avec une personne dans mon entourage**

▶ **Cette personne a besoin d'être aidée dans sa vie quotidienne**

▶ **Je l'aide de façon régulière**

▶ **Cette aide prend différentes formes (courses, ménage, administratif, soins...)**

## Je suis aidant(e)







<b>A QUI M'ADRESSER SELON MES BESOINS ?</b> .....	<b>6</b>
<b>TROUVER MON LIEU D'INFORMATION</b>	
Les plateformes d'accompagnement et de répit pour les aidants (PFR).....	<b>12</b>
Accueil de proximité	
-CCAS.....	<b>14</b>
-Espaces Autonomie.....	<b>18</b>
-Dispositifs d'Appui à la Coordination .....	<b>20</b>
Service d'accompagnement social.....	<b>22</b>
Dispositifs et structures dédiés au handicap.....	<b>24</b>
Associations d'usagers et Centres ressources .....	<b>26</b>
<b>ÉCHANGER ET ÊTRE SOUTENU</b>	
Médiation Aidants-Aidés / entre Aidants .....	<b>31</b>
Cafés des aidants .....	<b>32</b>
Groupes de parole.....	<b>34</b>
Soutien psychologique individuel .....	<b>36</b>
Lignes d'écoute et de soutien .....	<b>37</b>
<b>M'INFORMER ET ME FORMER</b>	
Formation pour les proches aidants.....	<b>38</b>
<b>PRENDRE DU TEMPS POUR MOI</b>	
Répit pour les proches aidants de personnes âgées.....	<b>41</b>
Répit pour les proches aidants de personnes en situation de handicap .....	<b>50</b>
<b>MES DROITS ET CEUX DE MON PROCHE</b>	
Congés et indemnités pour les aidants.....	<b>54</b>
Aides financières pour le proche aidé .....	<b>57</b>
Aides à la mobilité.....	<b>64</b>
Protéger et représenter mon proche .....	<b>66</b>
Lieux d'accès aux informations juridiques.....	<b>68</b>

## À qui m'adresser selon mes besoins

### Être soutenu en tant qu'aidant

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Être écouté Partager mon expérience Echanger avec d'autres aidants	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Groupes de parole</li> <li>- Cafés des aidants</li> <li>- Réseaux sociaux, forum</li> <li>- Soutien psychologique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PFR (p.12)</li> <li>• Associations d'usagers (p.26)</li> <li>• Espaces Autonomie (p.18)</li> </ul>
Connaître la maladie de mon proche	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formations</li> <li>- Education thérapeutique du patient</li> <li>- Rendez-vous avec des professionnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Associations d'usagers (p.26)</li> <li>• Centres ressources thématiques (p.28)</li> <li>• PFR (p.12)</li> </ul>
Être accompagné dans l'apaisement des tensions et l'élaboration de solutions concrètes	Médiation Aidants Aidés	• UDAF 94 (p.31)
Trouver du temps pour moi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Accueil à la journée</li> <li>- Accueil de nuit</li> <li>- Hébergement temporaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Centres d'accueil de jour</li> <li>• Services d'aide à domicile</li> <li>• Établissements d'accueil temporaire</li> <li>•  PFR (p.12)</li> </ul>
Gérer la fatigue et le stress	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ateliers prévention bien-être</li> <li>- Ateliers santé aidants</li> <li>- Formation des aidants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PFR (p.12)</li> <li>• Associations d'usagers (p.26)</li> <li>• Espaces Autonomie (p.18)</li> </ul>






### Connaître mes droits et ceux de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	A qui s'adresser ?
Connaître les dispositifs existants que je peux solliciter en tant que salarié	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aide financière</li> <li>- Congé proche aidant</li> <li>- Aménagement du temps de travail</li> <li>- Cotisation retraite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caisse de retraite complémentaire AGIRC ARCCO (p.60)</li> <li>• Services RH / service social de l'entreprise de l'aidant (p.56)</li> <li>• Comité d'entreprise de la société de l'aidant</li> <li>•  PFR (p.12)</li> </ul>
Connaître les dispositifs existants pour mon proche (fonctionnement des services, aide au financement, aides ponctuelles)	Pour mon proche âgé	• Espaces Autonomie (p.18)
	Pour mon proche en situation de handicap	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MDPH (p.24)</li> <li>• Communauté 360 (p.24)</li> <li>• Espaces Autonomie (p.18) (pour les plus de 18 ans)</li> </ul>

## À qui m'adresser selon mes besoins








### Être aidé dans la gestion courante et les démarches administratives

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Aide administrative courante	Courrier, tri et classement de papier	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Services d'aide à domicile</li> <li>•  CCAS (p.14)</li> </ul>
	Rédaction de courriers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ecrivains publics</li> <li>•  CCAS (p.14)</li> </ul>
Démarches « entrée en maison de retraite »	Rechercher une maison de retraite	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Site internet Via Trajectoire</li> <li>•  PFR (p.12)</li> <li>•  Espaces Autonomie (p.18)</li> </ul>
	Compléter le dossier d'entrée	• Espaces Autonomie (p.18)
Ouverture des droits en lien avec la situation de handicap		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaces Autonomie (p.18) (pour les plus de 18 ans)</li> <li>• MDPH (p.24)</li> </ul>
Demande de protection juridique et médicale	Mandat de protection future	• Notaires
	Sauvegarde médicale	• Médecins traitants
	Sauvegarde de justice Mesure de curatelle, de tutelle Habilitation familiale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tribunaux de proximité, juges des contentieux de la protection</li> <li>•  Points Justice (CDAD) (p.69)</li> </ul>





## À qui m'adresser selon mes besoins

### Répondre aux besoins de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Tâches ménagères	Entretien de la maison	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Services d'aide à domicile (SAD)</li> <li>• CCAS (p.14)</li> <li>•  Espaces Autonomie (p.18)</li> </ul>
	Entretien du linge	
Courses	Aide à domicile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Services d'aide à domicile (SAD)</li> <li>•  CCAS (p.14)</li> </ul>
	Livraison à domicile	
Repas	Préparation du repas Aide à la prise du repas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Services d'aide à domicile (SAD)</li> <li>• Portages de repas du CCAS</li> <li>• Services de livraison privés</li> <li>•  CCAS (p.14)</li> </ul>
	Portage de repas à domicile	
Présence à domicile	Aide à domicile journée/nuite	• Services d'aide à domicile (SAD)
Matériel médical	Lit médicalisé, siège de douche, fauteuil roulant, cannes, produits pour incontinence...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sociétés de matériel médical Ergothèque 94</li> <li>• ESCAVIE</li> <li>• Pharmacies</li> </ul>
Aménager le logement	Évaluation de l'aménagement du domicile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ergothèque 94</li> <li>• Ergothérapeutes</li> <li>• MDPH (p.24)</li> <li>•  DAC (p.20)</li> <li>• MaPrimeAdapt'</li> </ul>
Soins d'hygiène	Coiffeur, pédicure	• Coiffeurs et pédicures à domicile
	Aide à la toilette ; changement de protection...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Services de soins infirmiers à domicile (SSIAD)</li> <li>• Services d'aide à domicile (SAD)</li> <li>• Cabinets infirmiers libéraux</li> </ul>
Coordonner les actions/ interventions pour mon proche	Pour mon proche âgé	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaces Autonomie (p.18)</li> <li>• DAC si situation complexe (p.20)</li> </ul>
	Pour mon proche en situation de handicap	<ul style="list-style-type: none"> <li>•  Espaces Autonomie (p.18)</li> <li>• MDPH (p.24)</li> <li>• DAC si situation complexe (p.20)</li> </ul>

## À qui m'adresser selon mes besoins

### Répondre aux besoins de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Actes médicaux/ paramédicaux	Préparation pilulier	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pharmacies</li> <li>• Cabinets infirmiers libéraux</li> </ul>
	Constantes, soins...	• Cabinets infirmiers libéraux
Professionnels de santé	Actes réalisés à domicile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Audioprothésistes, dentistes, infirmiers, kinésithérapeutes, opticiens, orthoptistes, psychologues, radiologues, orthophonistes, ergothérapeutes, psychomotriciens, Podologues/pédicures...</li> </ul>
	Téléconsultation de médecine générale ou de spécialiste (offre en déploiement)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infirmiers libéraux</li> <li>• Services de soins infirmiers à domicile (SSIAD)  Espaces Autonomie (p.18)</li> </ul>
Sécurité de mon proche en cas de chutes, de malaises	Téléalarme Téléassistance	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Val'Ecoute (p.37)</li> <li>• Sociétés privées de téléassistance  CCAS (p.14)</li> </ul>
Coordination des soins	Aide à la mise en place des soins	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Médecins traitants</li> <li>• DAC si situation complexe (p.20)</li> </ul>
Accompagnement véhiculé	Sorties avec véhicule	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAM : accompagnement des personnes à mobilité réduite (p.64)</li> <li>• Services de transport spécialisés de personnes</li> <li>• Ambulances</li> <li>•  Aide à la mobilité des CCAS (p.14)</li> <li>• MDPH/CMI (p.65)</li> <li>• Services d'aide à domicile (SAD)</li> </ul>
Animal de compagnie	Garde en l'absence du maître Toiletage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Services spécialisés</li> <li>• Associations (Pas bête...)</li> <li>• Vétérinaires</li> </ul>
	Soins médicaux à domicile	• Vétérinaires à domicile
Accès aux clefs	Boitier à clefs Serrure numérique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Val'Ecoute (p.37)</li> <li>• Sociétés privées  CCAS (p.14)</li> </ul>

### Être aidé financièrement dans la prise en charge de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Établissement pour personnes âgées	APA	Dossier d'APA (p.59) en ligne sur le site du Département du Val-de-Marne <a href="http://www.valdemarne.fr">www.valdemarne.fr</a>  Permanences départementales sur RDV au 3994 ou sur <a href="http://www.valdemarne.fr">www.valdemarne.fr</a>
	APL	Caisse d'Allocations Familiales (CAF)
	Aide sociale	CCAS (p.14)
Aide à domicile, téléalarme, hébergement temporaire, aide au repas, fournitures pour incontinence, transport accompagné, aides techniques	S'il est âgé de plus de 60 ans	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dossier unique de Demande d'aides à l'autonomie à domicile (DAA) (p.59) <a href="http://www.valdemarne.fr">www.valdemarne.fr</a></li> <li>• CCAS (APA et aide sociale)</li> <li>• Caisses de retraite</li> </ul>
	S'il est en situation de handicap	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MDPH (AEEH, PCH)</li> <li>• Espaces Autonomie (p.18)</li> </ul>
Adaptation du logement	Aide à l'aménagement de l'habitat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agence Nationale pour l'amélioration de l'habitat (ANAH)</li> <li>• Bailleurs sociaux</li> <li>• Association SOLIHA</li> <li>• Caisse nationale d'assurance vieillesse (CNAV)</li> <li>• MaPrimeAdapt'</li> </ul>
Précarité financière		<ul style="list-style-type: none"> <li>• EDS - Espaces Départementaux des Solidarités (p.22)</li> </ul>

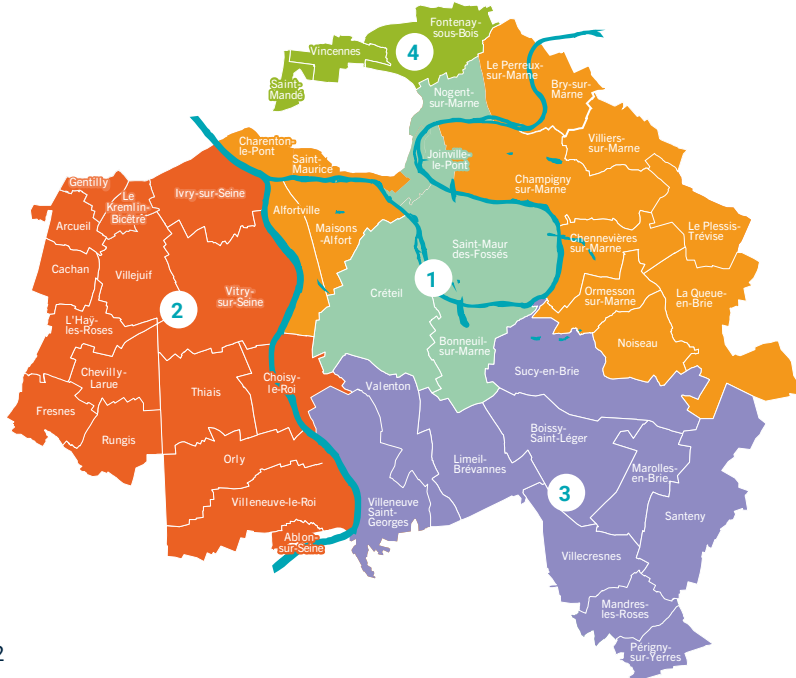


### Les Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PFR)

Les Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PFR) apportent un soutien et un accompagnement aux aidants.

Ces plateformes peuvent :

- vous apporter des **informations**, proposer des **formations** pour faire face à la prise en charge du proche aidé mais aussi des **conseils** pour prendre soin de votre santé.
- vous apporter du **soutien individuel ou en groupe** pour partager vos expériences, rompre l'isolement, renforcer des liens entre aidants confrontés à la même situation, etc.
- vous orienter vers des **solutions de répit** pour avoir du temps libre, vous reposer, etc.



Pour les aidants de proches fragilisés par l'âge, la maladie, le handicap. Certaines propositions peuvent être spécialisées sur les troubles cognitifs ou les maladies neuro-dégénératives.

#### 1 La Plateforme d'Accompagnement et de Répit (PFR) Maison des Aidants

10A quai Beaubourg  
94100 Saint-Maur-des-Fossés

**06 08 85 83 28**

maisondesaidants@abcd94.fr

**Zone d'intervention :** Bonneuil-sur-Marne, Créteil, Joinville-le-Pont, Saint-Maur-des-Fossés, Nogent-sur-Marne

#### 3 La Plateforme d'Accompagnement et de Répit (PFR) Résidence Les Pastoureux

10, Rue Salvador Allende  
94460 Valenton

**01 56 87 21 31**

**06 07 25 74 89**

plateformederepit.valenton@orpea.net  
srad.valenton@orpea.net

**Zone d'intervention :** Valenton, Villeneuve-Saint-Georges, Limeil-Brevannes, Boissy-Saint-Leger, Villescresnes, Mandres-les-Roses, Périgny, Santeny, Marolles-en-Brie, Sucy-en-Brie.

#### 2 La Plateforme d'Accompagnement et de Répit (PFR) Val-de-Marne Ouest

6, rue du Colonel Marchand  
94800 Villejuif

**06 52 79 18 61**

par94@delta7.org

**Zone d'intervention :** Ablon-sur-Seine, Arcueil, Cachan, Chevilly-Larue, Choisy-le-Roi, Fresnes, Gentilly, L'Hay-les-Roses, Le Kremlin-Bicêtre, Orly, Rungis, Thiais, Villeneuve-le-Roi, Ivry-sur-Seine, Villejuif, Vitry-sur-Seine.

#### 4 Dispositif d'accompagnement pour les aidants La rencontre des aidants

74, avenue de Stalingrad  
94120 Fontenay-Sous-Bois

**06 27 82 58 88**

aidant@mri94.fr

**Zone d'intervention :** Fontenay-sous-Bois, Saint-Mandé, Vincennes



Plus d'informations sur les Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PFR)



Si vous habitez sur une commune qui n'est pas couverte par une Plateforme d'Accompagnement et de Répit (PFR), vous pouvez solliciter un Espace Autonomie (p.18)

## Accueil de proximité

### Les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS)

Les CCAS sont en charge de l'action sociale dans les communes.

Pour soutenir les habitants de la commune, notamment les personnes fragiles en raison de l'âge ou d'un handicap, le CCAS :

- **attribue des aides financières**, en nature ou sous forme de prêts,
- développe des activités, comme par exemple la **gestion d'établissements d'hébergement** pour personnes âgées ou de services à domicile,
- met en œuvre des **actions d'animation ou de soutien** : lutte contre l'isolement, maintien du lien social, accès à la culture et aux loisirs, actions de prévention, adaptation du logement...

#### Ses principaux domaines d'actions concernent :

- **l'accès aux droits** : instruction des dossiers d'aide sociale, aide alimentaire, précarité ...
- **l'accompagnement de la perte d'autonomie** : gestion de services d'aide à domicile, prévention et l'animation en direction des personnes âgées, gestion d'établissements d'hébergement pour personnes âgées...
- **le soutien au logement et à l'hébergement** : accès et maintien dans le logement, adaptation de l'habitat, logement/hébergement d'urgence, médiation locative...
- **la petite enfance, enfance/jeunesse** : gestion d'établissements d'accueil collectif, relais d'assistantes maternelles, soutien à la parentalité...
- le soutien aux personnes en **situation de handicap**.

#### Pour quelles démarches s'adresser au CCAS ?

- **l'information sur les droits**, les aides et les prestations sociales, l'orientation vers le bon organisme,
- **la demande d'APA** (allocation personnalisée d'autonomie), que certains CCAS instruisent par délégation du Département,
- **la demande d'ASH** (aide sociale à l'hébergement)...
- les demandes d'aides **spécifiques au CCAS** (exemple : portage de repas, téléalarme...)
- **la complétude du dossier MDPH** (pour CCAS conventionnés).

Les CCAS conventionnés avec la MDPH dans la liste sont suivi d'une \*

#### CCAS Ablon-sur-Seine

Hôtel de Ville  
16, rue du Maréchal Foch  
94480 Ablon-sur-Seine  
**01 49 61 33 60**  
ccas@ville-ablonsurseine.fr

#### CCAS Alfortville\*

160, rue Paul-Vaillant-Couturier  
94140 Alfortville  
**01 58 73 28 44**  
ccas.pole.autonomie@  
alfortville.fr

#### CCAS Arcueil\*

10, rue Paul-Doumer  
94110 Arcueil  
**01 46 15 08 64**  
action-sociale@  
mairie-arcueil.fr

#### CCAS Boissy-Saint-Léger

7, boulevard Léon-Révillon  
94470 Boissy-Saint-Léger  
**01 45 10 61 32**  
ccas@ville-boissy.fr

\* CCAS conventionnés MDPH

#### CCAS Bonneuil-sur-Marne

5/7, rue Paul-Vaillant-Couturier  
94380 Bonneuil-sur-Marne  
**01 45 13 88 73**  
service.social@bonneuil94.fr

#### CCAS Bry-sur-Marne

1, Grande Rue  
Charles-de-Gaulle  
94360 Bry-sur-Marne  
**01 45 16 68 00**  
social@bry94.fr

#### CCAS Cachan

Hôtel de Ville  
3-5, rue Camille Desmoulins  
94230 Cachan  
**01 49 69 15 70**  
action.sociale@  
ville-cachan.fr

#### CCAS Champigny sur-Marne\*

Hôtel de Ville 14, rue Talamoni  
94500 Champigny-sur-Marne  
**01 45 16 40 00**  
ccas@mairie-champigny94.fr

#### CCAS Charenton-le-Pont

21, bis, rue des Bordeaux  
94220 Charenton-le-Pont  
**01 45 18 36 18**  
ccas@charenton.fr

#### CCAS Chennevières-sur-Marne

Adresses postale : Hôtel de Ville  
14, av. du Maréchal-Leclerc  
45, rue Aristide Briand  
94430 Chennevières-sur-Marne  
**01 45 94 74 74**  
accueil.ccas@chennevieres.fr

#### CCAS Chevilly-Larue\*

Hôtel de Ville  
88, av. du Général-de-Gaulle  
94450 Chevilly-Larue  
**01 45 60 18 91**  
ServiceActionSociale@  
ville-chevilly-larue.fr

#### CCAS Choisy-le-Roi

Hôtel de Ville Place Gabriel-Péri  
94600 Choisy-le-Roi  
**01 85 33 48 00**  
ccas@choisyleroi.fr



## Trouver mon lieu d'information

### CCAS Créteil\*

2, bis place Salvador-Allende  
94000 Créteil

**01 49 80 92 94**

prestations.social@  
ville-creteil.fr

### CCAS Fontenay-sous-Bois

4, esplanade Louis Bayeurte  
94120 Fontenay-sous-Bois

**01 71 33 52 36**

ccas.mad@  
fontenay-sous-bois.fr

### CCAS Fresnes

7, square du 13 mai 1962  
94260 Fresnes

**01 72 04 55 70**

affairesocial@fresnes94.fr

### CCAS Gentilly

Hôtel de Ville  
14, place Henri Barbusse  
94250 Gentilly

**01 47 40 58 06**

aideadomicile@ville-gentilly.fr

### CCAS Ivry-sur-Seine

Hôtel de Ville  
Esplanade Georges-Marrane  
94200 Ivry-sur-Seine

**01 72 04 64 29**

**01 72 04 25 76**

ccas\_retraites@ivry94.fr

### CCAS Joinville-le-Pont

5 Rue Hippolyte Pinson  
94340 Joinville-le-Pont

**01 49 76 60 64**

ccas@joinvillepont.fr

16

### CCAS La Queue-en-Brie

Hôtel de Ville  
Place de l'Appel du 18 juin 1940  
94510 La Queue-en-Brie

**01 49 62 30 00**

ccas@laqueueenbrie.fr

### CCAS Le Kremlin-Bicêtre

**Service Senior**  
Mairie du Kremlin-Bicêtre  
Place Jean Jaurès  
94270 Le Kremlin-Bicêtre

**01 46 72 46 09**

retraite-pa@  
ville-kremlin-bicetre.fr

### CCAS Le Perreux-sur-Marne

7, allée Bellevue  
94170 Le Perreux-sur-Marne

**01 48 71 53 82**

ccas@leperreux94.fr

### CCAS Le Plessis-Trévisé

Hôtel de Ville  
36, avenue Ardouin  
94420 Le Plessis-Trévisé

**01 84 04 01 56**

accueil.ccas@  
leplessistravise.fr

### CCAS L'Haÿ-les-Roses\*

Hôtel de Ville  
41, rue Jean Jaurès  
94240 L'Haÿ-les-Roses

**01 46 15 34 00**

ccas@ville-lhay94.fr

\* CCAS conventionnés MDPH

### CCAS Limeil-Brévannes

Résidence Ile-de-France  
22, rue Gutemberg  
94450 Limeil-Brévannes

**01 45 10 77 77**

sonia.fehim@limeil.fr

### CCAS Maisons-Alfort

Hôtel de Ville  
118, av. du Général-de-Gaulle  
94700 Maisons-Alfort

**01 43 96 77 04**

ccas.ville@maisons-alfort.fr

### CCAS Mandres-les-Roses

Hôtel de Ville  
4, rue du Général Leclerc  
94520 Mandres-les-Roses

**01 45 98 78 86**

ccas@mandreslesroses.fr

### CCAS Marolles-en-Brie

Place Charles-de-Gaulle  
94440 Marolles-en-Brie

**01 45 10 38 38**

responsable.ccas@  
marollesenbrie.fr

### CCAS Nogent-sur-Marne\*

Maison sociale  
70, rue des Héros-Nogentais  
94130 Nogent-sur-Marne

**01 88 29 64 00**

ccas@ville-nogentsurmarne.fr

### CCAS Noiseau

2 rue Pierre Viénot  
94880 Noiseau

**01 56 74 15 74**

ccas@noiseau.fr

## Trouver mon lieu d'information

### CCAS Orly\*

Centre administratif  
7, avenue Adrien Raynal  
94310 Orly

**01 48 90 20 00**

ccas@mairie-orly.fr

### CCAS Ormesson-sur-Marne\*

1, rue Wladimir d'Ormesson  
94490 Ormesson-sur-Marne

**01 45 76 90 66**

ccas@ormesson.fr

### CCAS Périgny-sur-Yerres

Hôtel de Ville  
Rue Paul Doumer  
94520 Périgny-sur-Yerres

**01 45 98 90 45**

ccas@perigny-sur-yerres.org

### CCAS Rungis

1, rue de la Grange  
94150 Rungis

**01 45 12 80 51**

ccasrungis@ville-rungis.fr

### CCAS Saint-Mandé\*

Hôtel de Ville  
10, place Charles Digeon  
94160 Saint-Mandé

**01 49 57 78 50**

ccas@mairie-saint-mande.fr

### CCAS Saint-Maur-des-Fossés\*

94, Bd de Bellechasse  
94100 Saint-Maur-des-Fossés

**01 53 48 19 14**

ccas@mairie-saint-maur.com

### CCAS Saint-Maurice

Hôtel de Ville  
55, rue du Maréchal Leclerc  
94410 Saint-Maurice

**01 45 18 80 53**

**01 45 18 81 33**

social@ville-saint-maurice.fr

### CCAS Santeny

1 rue de la fontaine  
94440 Santeny

**01 56 32 32 44**

ccas@mairie-santeny.fr

### CCAS Sucy-en-Brie\*

Hôtel de Ville  
2, av. Georges Pompidou  
94370 Sucy-en-Brie

**01 49 82 24 50**

ccas@ville-sucy.fr

### CCAS Thiais\*

7, rue Chèvre d'Autreville  
94320 Thiais

**01 48 92 42 81**

ccas@ville-thiais.fr

### CCAS Valenton\*

Hôtel de Ville  
48, rue Colonel Fabien  
94460 Valenton

**01 43 86 37 37**

ccas.val@ville-valenton.fr

### CCAS Villecresnes

9, rue de l'Église  
94440 Villecresnes

**01 45 10 39 07**

service.social@villecresnes.fr

### CCAS Villejuif

1, Esplanade  
Pierre-Yves Cosnier  
94800 Villejuif

**01 45 59 20 20**

ccas-accueil@villejuif.fr

### CCAS Villeneuve-le-Roi

Hôtel de Ville  
Place de la Vieille Église  
94290 Villeneuve-le-Roi

**01 49 61 46 53**

ccas@ville-villeneuve-le-roi.fr

### CCAS Villeneuve-St-Georges\*

9, rue de la Marne  
94190 Villeneuve-St-Georges

**01 45 10 13 20**

ccas@villeneuve-saint-georges.fr

### CCAS Villiers-sur-Marne

5, rue Léon Dauer  
94350 Villiers-sur-Marne

**01 49 41 31 62**

ccas@mairie-villiers94.com

### CCAS Vincennes\*

espace Regine  
et Pierre Souweine  
70, rue de Fontenay  
94300 Vincennes

**01 43 98 66 95**

dvs@vincennes.fr

### CCAS Vitry-sur-Seine

Hôtel de Ville  
2, av. Youri Gagarine  
94400 Vitry-sur-Seine

**01 46 82 82 16**

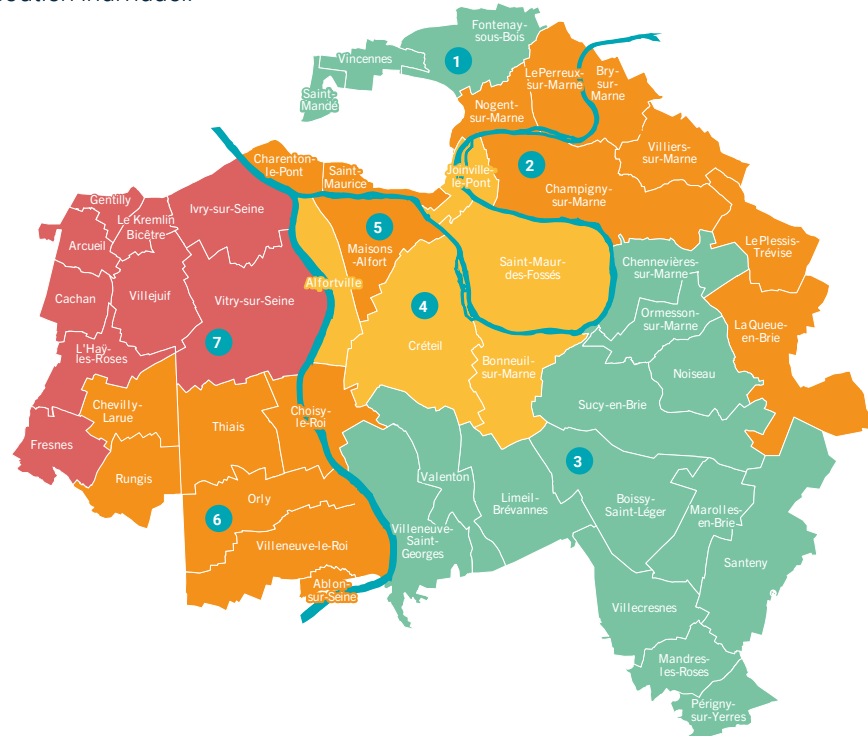
ccas@mairie-vitry94.fr

## Accueil de proximité

### Les Espaces Autonomie

Vous avez des difficultés au quotidien (toilette, repas, courses...) ?  
Les équipes du Département Val-de-Marne vous aident pour rechercher des solutions liées à la perte d'autonomie :

- écoute et analyse de votre besoin.
- propositions d'aides adaptées pour mettre en place : soins infirmiers, transports, téléassistance, hébergement, loisirs, vacances...
- accompagnement dans vos démarches.
- rencontres et échanges pour les aidants.
- soutien individuel.



#### 1 Espace Autonomie secteur 1

**01 56 71 56 01**

espace-autonomie-1@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Fontenay-sous-Bois, Saint-Mandé, Vincennes

#### 2 Espace Autonomie secteur 2

**01 56 71 56 02**

espace-autonomie-2@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Bry-sur-Marne, Champigny-sur-Marne, Le Perreux-sur-Marne, Le Plessis-Tréville, Nogent-sur-Marne, Villiers-sur-Marne

#### 3 Espace Autonomie secteur 3

**01 56 71 56 03**

espace-autonomie-3@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Boissy-saint-Léger, Chennevières-sur-Marne, Limeil-Brévannes, Mandres-les-Roses, Marolles-en-Brie, Noiseau, Ormesson-sur-Marne, Périgny-sur-Yerres, Santeny, Sucy-en-Brie, Valenton, Villecresnes, Villeneuve-saint-Georges

#### 4 Espace Autonomie secteur 4

**01 56 71 56 04**

espace-autonomie-4@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Alfortville, Bonneuil-sur-Marne, Créteil, Joinville-le-Pont, Saint-Maur-des-Fossés

#### 5 Espace Autonomie secteur 5

**01 56 71 56 05**

espace-autonomie-5@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Charenton-le-Pont, Maisons-Alfort, Saint-Maurice

#### 6 Espace Autonomie secteur 6

**01 56 71 56 06**

espace-autonomie-6@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Ablon-sur-Seine, Chevilly-Larue, Choisy-le-Roi, Orly, Rungis, Thiais, Villeneuve-le-Roi

#### 7 Espace Autonomie secteur 7

**01 56 71 56 07**

espace-autonomie-7@valdemarne.fr

**Zone d'intervention :** Arcueil, Cachan, Fresnes, Gentilly, L'Hay-les-Roses, Ivry-sur-Seine, Le Kremlin-Bicêtre, Villejuif, Vitry-sur-Seine



Les Espaces Autonomie vous accueillent sur rendez-vous à votre domicile ou à proximité de votre domicile.

### Les Dispositifs d'Appui à la Coordination (DAC)

Les DAC sont des **services d'information et de coordination** dédiés aux personnes en situation complexe (perte d'autonomie, maladie chronique, handicap) quels que soient leur âge et leur(s) pathologie(s).

Les équipes des DAC peuvent effectuer des visites à domicile afin **d'évaluer les besoins de votre proche et proposer, en lien avec les autres professionnels**, un accompagnement personnalisé pour la mise en place des aides et des soins.

L'objectif des DAC est de **favoriser le maintien à domicile** et d'aider à mieux structurer le parcours de santé, en tenant compte des souhaits de la personne concernée et des besoins des aidants.

Ils sont également **un service ressource** pour les professionnels des secteurs sanitaire, social et médico-social. Ils ont également un rôle d'animation auprès des partenaires de leur territoire ; ils participent à des instances territoriales entre professionnels et contribuent à l'observatoire partagé des besoins et de l'offre en santé.

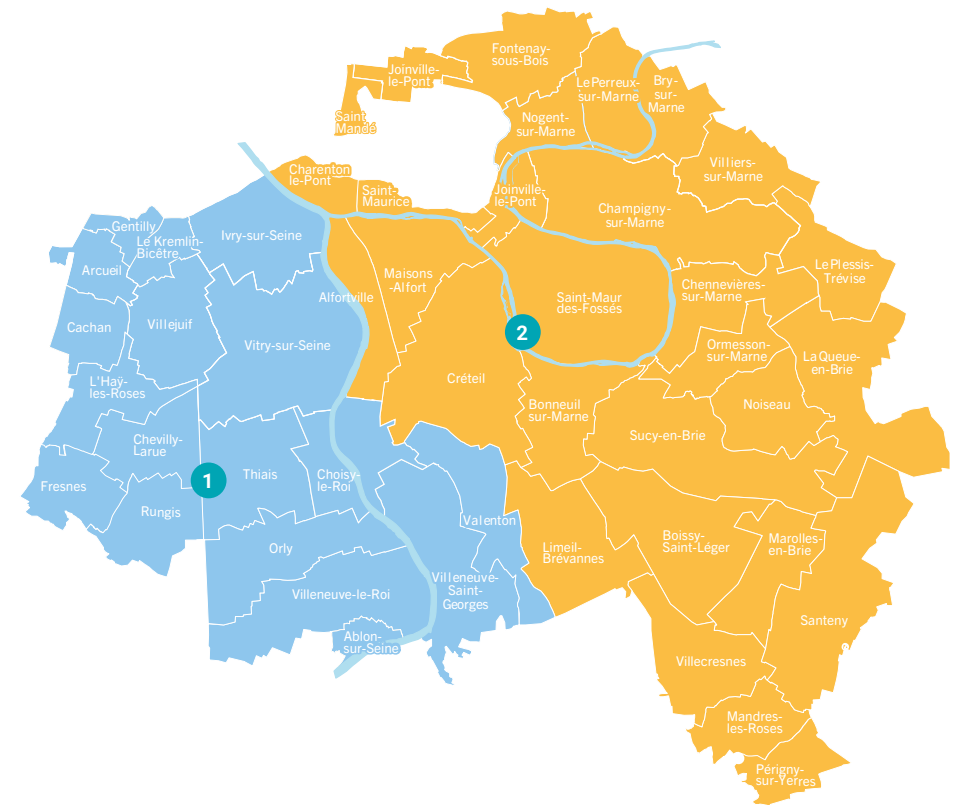


### 1 DAC 94 Ouest Association Onco 94 Ouest

24, rue Albert Thuret  
94669 Chevilly-Larue  
**01 46 63 00 33**  
contacts@dac94ouest.fr

### 2 DAC 94 Est Association PARTAGE 94

Hôpital Albert Chenevier,  
Bâtiment Chevrier, 1er étage  
40 rue de Mesly  
94000 Créteil  
**01 89 168 168**  
secretariat@dac94est.fr



## Service d'accompagnement social

### Espaces départementaux des Solidarités (EDS)

Les EDS (ou Espaces départementaux des Solidarités) sont des **lieux d'accueil**. Dans ces lieux, des professionnels de l'action sociale du Département vous accompagnent et vous guident selon vos besoins, notamment en cas de **précarité, violences intra-familiales, ruptures d'hébergement...** Un bilan d'accès aux droits vous permet de faire le point sur vos droits et savoir comment en bénéficier.

#### Alfortville EDS

5, rue Jean Douat  
94120 Fontenay-sous-Bois  
**01 56 71 54 00**  
eds.alfortville@valdemarne.fr

#### Boissy-Saint-Léger EDS

4, boulevard de la Gare  
94470 Boissy-Saint-Léger  
**01 56 71 45 00**  
eds.boissy@valdemarne.fr  
Zone d'intervention :  
Boissy-Saint-Léger,  
Bonneuil-sur-Marne et  
Limeil-Brévannes.

#### Champigny-sur-Marne EDS

**Champigny centre**  
2, Avenue Danielle Casanova  
94500 Champigny-sur-Marne  
**01 56 71 46 00**  
eds.champcentre@  
valdemarne.fr

#### Hauts-de-Champigny EDS

12, place Rodin  
94500 Champigny-sur-Marne  
**01 56 71 52 30**  
eds.champigny-haut@  
valdemarne.fr

#### Chevilly-Larue EDS

3, rue du Béarn  
94550 Chevilly-Larue  
**01 56 71 52 90**  
eds.chevilly@valdemarne.fr

#### Choisy-le-Roi EDS

Immeuble Orix  
1, place des Alliés  
94600 Choisy-le-Roi  
**01 56 71 44 33**  
eds.choisy@valdemarne.fr  
Zone d'intervention :  
Choisy-le-Roi et Thiais.

#### Créteil EDS

13-15 rue Gustave Eiffel  
Bâtiment Eiffel - 94000 Créteil  
**01 45 13 81 64**  
eds.creteil@valdemarne.fr

#### Fontenay-sous-Bois EDS

5, rue Jean Douat  
94120 Fontenay-sous-Bois  
**01 56 71 47 00**  
eds.fontenay@valdemarne.fr

#### Fresnes EDS

9, place du 19 mars 1962  
94260 Fresnes  
**01 56 71 49 00**  
eds.fresnes@valdemarne.fr  
Zone d'intervention : Fresnes,  
Chevilly-Larue et Rungis.

#### Gentilly EDS

16, avenue Raspail  
94250 Gentilly  
**01 56 71 53 00**  
eds.gentilly@valdemarne.fr  
Zone d'intervention : Arcueil,  
Gentilly et Le Kremlin-Bicêtre.

#### Ivry-sur-Seine EDS

38-42, rue Raspail  
94200 Ivry-sur-Seine  
**01 56 71 44 34**  
eds.ivry@valdemarne.fr

#### Joinville-le-Pont EDS

Le Parangon - 68, rue de Paris  
94340 Joinville-le-Pont  
**01 56 71 40 00**  
eds.joinville@valdemarne.fr

#### L'Haÿ-les-Roses EDS

4, rue Dispan  
94240 L'Haÿ-les-Roses  
**01 56 71 48 60**  
eds.lhay@valdemarne.fr  
Zone d'intervention :  
L'Haÿ-les-Roses et Cachan.

#### Le Perreux-sur-Marne EDS

1, allée Victor Basch  
94170 Le Perreux-sur-Marne  
**01 56 71 44 00**  
eds.leperreux@valdemarne.fr

#### Le Plessis-Tréville EDS

46, av. du Général de Gaulle  
94420 Le Plessis-Tréville  
**01 56 71 48 00**  
eds.leplessis@valdemarne.fr  
Zone d'intervention :  
Le Plessis-Tréville,  
La Queue-en-Brie et  
Villiers-sur-Marne.

#### Maisons-Alfort EDS

2, rue Louis Pergaud  
4ème étage porte gauche  
94700 Maisons-Alfort  
**01 56 71 54 90**  
eds.maisons-alfort@  
valdemarne.fr

#### Orly EDS

35 rue des Hautes Bornes  
94310 Orly  
**01 56 71 44 36**  
eds.orly@valdemarne.fr

#### Sucy-en-Brie EDS

17, rue de Boissy  
94370 Sucy-en-Brie  
**01 56 70 47 50**  
eds.sucy@valdemarne.fr

Zone d'intervention :  
Sucy-en-Brie, Mandres-  
les-Roses, Marolles-en-  
Brie, Noisieu, Ormesson,  
Périgny-sur-Yerres, Santeny,  
Villecresnes.

#### Villejuif EDS

100, avenue de Stalingrad  
94800 Villejuif  
**01 46 77 42 50**  
eds.villejuif@valdemarne.fr

#### Villeneuve-Saint- Georges EDS

25, rue d'Alembert  
94190 Villeneuve-Saint-  
Georges  
**01 56 71 42 00**  
eds.villeneuve@valdemarne.fr

#### Vitry-sur-Seine EDS

27, avenue Maximilien  
Robespierre  
94400 Vitry-sur-Seine  
**01 46 82 16 17**  
eds.vitry@valdemarne.fr

## Dispositifs et structures dédiées au handicap

### Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)

Guichet unique pour toutes les **démarches liées aux diverses situations de handicap**.

La MDPH évalue la situation de la personne en lien avec la famille et les personnels soignants et **détermine le degré d'aides possibles** : ces aides peuvent être administratives (carte mobilité, Reconnaissance en qualité de travailleur handicapé...) ou financières.

Une notification d'orientation est nécessaire pour les démarches d'admission au sein des services et établissements médicaux sociaux.

#### MDPH du Val-de-Marne

7-9, voie Félix Eboué  
Immeuble Solidarités  
94046 Créteil

01 43 99 79 00

Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30  
sauf le mardi après-midi.

mdph94@valdemarne.fr



### Communauté 360 (C360)

Les **C360** s'adressent aux personnes **en situation de handicap**. Elles portent une attention particulière aux personnes et à leurs aidants qui ne bénéficient pas d'un accompagnement ou du soutien d'un professionnel.

Pour contacter la C360 de votre département, un numéro vert existe.

Les appels sont réceptionnés par une **équipe de conseillers en parcours**. Cette équipe répond aux questions ou réoriente vers les services les plus compétents.

#### Communauté 360

 N°Vert  
0 800 360 360

Numéro accessible  
aux personnes sourdes  
et malentendantes  
via la solution ACCEO



## Associations d'usagers

Les associations d'usagers proposent de l'aide, du soutien, de l'appui aux patients et à leurs proches : information, formation, transmission d'expérience et soutien.

### Par pathologie/handicap

#### A2MCL Association des Aidants et Malades à Corps de Lewy

**06 62 63 34 97**

[www.a2mcl.org](http://www.a2mcl.org)

#### AFA association Afa Crohn RCH France

Écoute et information pour les personnes concernées par la maladie de Crohn et autres maladies inflammatoires chroniques de l'intestin, ainsi que leurs proches, service gratuit

**0 811 091 623**

Du lundi au vendredi 14h-18h  
[www.afa.asso.fr](http://www.afa.asso.fr)

#### AFM téléthon pour les maladies neuromusculaires/rares du 94

Service Régional Ile-de-France Sud

47 rue du Trou Grillon  
91280 Saint-Pierre-du-Perray

**01 60 75 13 13**

[iledefrance@afm-telethon.fr](mailto:iledefrance@afm-telethon.fr)

#### APHASIE Ile de France « GAIF »

**01 43 73 23 87**

[g.renaudie@wanadoo.fr](mailto:g.renaudie@wanadoo.fr)  
[michele.drevet@laposte.net](mailto:michele.drevet@laposte.net)

#### Allo TDAH

Soutien et information sur le Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH), par des bénévoles de l'association, service gratuit

**07 69 44 02 32**

Du lundi au samedi 9h30-11h, 16h-17h30 et 21h-22h.

[tdah-partout-pareil.info](http://tdah-partout-pareil.info)

#### TDAH et Cie

Rendre visible l'invisible. Accompagnement et écoute des parents dans leur quotidien. Sensibilisation au TDAH et mise en réseau avec des professionnels.

**06 58 59 18 38**

**06 17 65 09 27**

Du lundi au vendredi de 9 à 19h et samedi de 10h à 17h

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

#### APF France Handicap

Délégation Val-de-Marne

**01 42 07 17 25**

[dd.94@apf.asso.fr](mailto:dd.94@apf.asso.fr)

#### L'association Familles traumatismes crâniens

Délégation du Val-de-Marne

**06 85 40 80 00**

[michele.depreaudet@aftcidparis.org](mailto:michele.depreaudet@aftcidparis.org)

#### Cancer Contribution

Informier, aider, lutter contre les inégalités d'accès, et défendre les droits des patients et des proches.

39 rue Camille Desmoulins  
94800 Villejuif

[asso.cancercontribution@gmail.com](mailto:asso.cancercontribution@gmail.com)

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

#### Ligue contre le cancer Comité Val-de-Marne

**01 48 99 48 97**

[cd94@ligue-cancer.net](mailto:cd94@ligue-cancer.net)

#### FFD Fédération Française des Diabétiques

**01 40 09 24 25**

[www.federationdesdiabetiques.org](http://www.federationdesdiabetiques.org)

Ligne d'écoute psychologique pour les diabétiques et leurs proches. Service anonyme et gratuit

**01 84 78 28 13**

7j/7 et 24h/24

#### France Parkinson

**01 43 43 43 15**

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

#### France Alzheimer Val-de-Marne

4 Rue du Maréchal Vaillant,  
94130 Nogent-sur-Marne

**01 48 72 87 82**

[alzheimer.val-de-marne@wanadoo.fr](mailto:alzheimer.val-de-marne@wanadoo.fr)

[www.francealzheimer.org/valdemarne/](http://www.francealzheimer.org/valdemarne/)

#### La Ligue Française contre la Sclérose en Plaques

**01 53 98 98 80**

[www.ligue-sclerose.fr](http://www.ligue-sclerose.fr)

#### UNAFAM - Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

Écoute par des psychologues du lundi au vendredi, de 9h à 13h et de 14h à 18h (17h le vendredi)

**01 42 63 03 03**

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

#### Délégation UNAFAM Val-de-Marne

**01 41 78 36 90**

#### Valentin Häuy Association Avec les aveugles et les malvoyants

**01 44 49 27 27**

[www.avh.asso.fr](http://www.avh.asso.fr)

### Réseaux et Centres ressources

#### APAJH 94 Association Pour Adultes et Jeunes Handicapés

41 rue Le-Corbusier  
94000 Créteil

**01 45 13 14 50**

apajh94@apajh94.fr

#### Aide handicap École

 N°Vert

**0 805 805 110**

Ligne vous permettant écoute, soutien et accompagnement à la scolarisation de votre enfant en situation de handicap

#### CRAIF Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

10, rue Waldeck Rochet  
93300 Aubervilliers

**01 49 28 54 20**

contact@craif.org  
www.craif.org

#### La maison de l'autisme

10, rue Waldeck Rochet  
93300 Aubervilliers

**0800 71 40 00**

du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h et jusqu'à 20h le mardi et le jeudi

#### Céapsy Centre ressource sur les troubles psychiques

102, avenue du Général Leclerc, 75014 Paris

**01 88 40 38 80**

Les lundi, mercredi et jeudi de 13h30 à 17h30  
le mardi de 9h30 à 12h30  
le vendredi de 13h30 à 17h

#### CESAP Comité d'Études, d'Éducation et de Soins Auprès des Personnes Polyhandicapées

**01 53 20 68 58**

formation@cesap.asso.fr  
www.cesap.asso.fr

#### Centre de Ressources Francilien du Traumatisme Crânien

Immeuble l'Eurocenter  
80 rue de Paris,  
93100 Montreuil

**01 48 97 97 20**

contact@crftc.org  
www.crftc.org

#### Maladies rares info services

 N°Vert

**0800 40 40 43**

#### RES RIP Réseau Rhumatismes Inflammatoires Pédiatriques

**06 08 99 45 57**

contact@resrip.fr

#### Sindéfi Structure Régionale d'Expertise et de Coordination en Neurologie: sclérose en plaques et autres maladies neurologiques inflammatoires, maladie de Parkinson jeunes

Départements :  
75-77-91-93-94

**01 58 43 39 00**

www.sindefi.org  
coordination@sindefi.org

#### Surdi Info Service

Information et orientation des personnes sourdes ou malentendantes, et de leur entourage.

Possibilité de joindre une psychologue le vendredi (13h30-16h30) ou de prendre rdv avec elle au **0 812 040 040**

Permanence les lundis et mardis de 14h à 19h les jeudis et vendredis de 9h à 13h

Par visio, par tchat, par SMS au **06 13 70 49 77**  
www.surdi.info

### Aidants de proches en fin de vie ou en soins palliatifs

#### Centre National des Soins Palliatifs et de la Fin de Vie

Information, orientation, écoute, soutien et accompagnement.

**01 53 72 33 04**

le mardi et le jeudi après-midi de 14h à 17h30

contact@spfv.fr

www.parlons-fin-de-vie.fr

#### Derniers Secours

Formation courte ouverte à tous et gratuite pour sensibiliser, informer et guider dans l'accompagnement des derniers moments de la vie.

108, avenue Emile Zola - 75015 Paris

derniers-secours@sfap.org  
www.derniers-secours.fr

#### Association Jalmalv Paris Île-de-France

Écoute par des bénévoles pour des aidants d'un proche fragilisé par la maladie, l'âge, la fin de vie.

 N°Vert **08 05 65 00 56**

du lundi au vendredi entre 14h et 19h

www.jalmalvparis.com

### Aidants endeuillés

#### Empreintes - Accompagner le deuil

Écoute, accompagnement et formations.

**01 42 38 08 08**

Entretiens individuels ou familiaux, groupes d'entraide, ateliers d'écriture. Adultes, enfants, adolescents.

7, rue Taylor - 75010 Paris

contact@empreintes-asso.com  
www.empreintes-asso.com



## Pour les jeunes aidants

**JADE Association nationale des Jeunes Aidants Ensemble****07 67 29 67 39**

de 8h30 à 18h30

contact@jeunes-aidants.com

**Fil Santé Jeunes****0800 235 236**

de 9h à 23h

Communication par ch@t sur facebook ou twitter

Filsantejeunes.com

**Les Funambules-Falret**

Service de prévention et d'accompagnement dédié aux jeunes de moins de 30 ans dont un proche (parent, frère, sœur) souffre de troubles psychiques.

27-29, rue Pajol  
75018 Paris**01 84 79 74 60**

lesfunambules@oeuvre-falret.asso.fr

www.jefpsy.org

**La pause Brindille**

Service d'écoute (par ch@t, appel ou visio) pour les jeunes aidants de 13 à 25 ans qui sont confrontés à la maladie d'un proche, son handicap ou son addiction. Ligne proposée par l'association La Pause Brindille et gérée par des jeunes qui peuvent être aidants et qui sont eux-mêmes supervisés par des professionnels de l'écoute. Service confidentiel et gratuit

**06 03 42 22 04**

Mardi 17h-22h, mercredi 14h-18h, vendredi 18h30-23h30.

**Brind'Ecoute**

Un temps d'échange digital en visio pour les jeunes aidants est également organisé par La Pause Brindille tous les derniers mercredis du mois (sur inscription, gratuit et anonyme si on le souhaite) de 18h à 19h30.

ecoute@lapausebrindille.org



## Médiation Aidants-Aidés / entre Aidants

La médiation familiale permet de travailler la construction ou la reconstruction des liens et la gestion des tensions familiales.

Dans le contexte aidants-aidés elle se propose d'accompagner les familles **dans une visée d'apaisement des tensions et d'élaboration de solutions concrètes, amiables et durables**, dans le respect du parent.Celles-ci peuvent toucher tant **l'organisation de son maintien à domicile ou son entrée en établissement**, que la répartition de l'obligation alimentaire, la succession, la cohabitation avec un proche en situation de handicap, ou **la prise de décision d'une mesure de protection**.

Le médiateur familial est un professionnel diplômé d'Etat, impartial, indépendant et sans pouvoir de décision.

## Médiation aidants-aidés/entre aidants

**CMFM Centre de Médiation et de Formation à la Médiation****01 44 64 84 70****UDAF Médiation pour aidants et aidés**

Répondre au besoin d'apaisement des tensions des aidants et des familles, en cas de perte d'autonomie d'un de leur proche.

**UDAF 94****01 45 10 32 86****07 64 43 76 55**

mediation@udaf94.fr

**UDAF 94**4 bd de la Gare  
94470 Boissy-Saint-Leger**Centre Social Andrée Chedid**4 ter avenue de la Victoire  
94054 Orly**Maison de la famille**8 place Lucien Delahaye  
94160 Saint-Mandé**Maison Pour Tous**Espace Jean Ferrat  
21, rue Charles Beuvin  
94000 Créteil**CCAS**21 bis, rue des Bordeaux  
94370 Charenton-le-Pont**Centre Social de la Maison du Rond d'Or**  
16-19 place de la Fraternité  
94370 Sucy-en-Brie**Maison de la Parentalité**  
25 av. du Port au Fouarre  
94100 Saint-Maur-des-Fossés

Une participation financière peut vous être demandée.

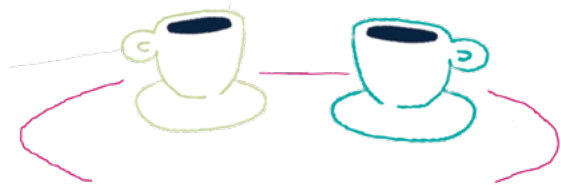


### Les Cafés des aidants® de l'Association française des aidants

L'Association française des aidants milite pour la reconnaissance du rôle et de la place des aidants dans la société. Elle anime notamment le réseau national des Cafés des aidants®.

Les Cafés des aidants® sont des **lieux d'accueil libre, des espaces d'information et d'écoute** destinés à tous les aidants, **quels que soient l'âge et la pathologie de leur proche**. L'objectif des Cafés des aidants® est d'offrir un lieu dédié pour **échanger et rencontrer d'autres aidants** dans un cadre convivial. À chaque rencontre, une thématique est proposée pour amorcer les échanges autour de son vécu d'aidant.

**Exemples de thèmes : se retrouver dans le labyrinthe des dispositifs, que signifie aider un proche ?**



Pour des informations plus complètes et actualisées sur les lieux, jours et horaires, consultez le site de l'Association française des aidants : [aidants.fr](http://aidants.fr)

Les Cafés des aidants® sont accessibles à tous quel que soit le lieu de résidence.

### ARCUEIL

Organisé par :  
**PFR Delta 7**

«Au Bureau»,  
3 place de la Vache Noire  
94110 Arcueil

**06 52 79 18 61**

[par94@delta7.org](mailto:par94@delta7.org)

### CHAMPIGNY- SUR-MARNE

Organisé par : **UDAF 94  
et le CCAS**

Maison pour Tous  
Youri Gagarine  
6, av. du 11 Novembre 1918  
94500 Champigny-sur-Marne

**01 48 80 96 29**

**01 45 10 17 30**

[aidants@udaf94.fr](mailto:aidants@udaf94.fr)

[mpt.ygagarine@mairie-champigny94.fr](mailto:mpt.ygagarine@mairie-champigny94.fr)

Un lundi par mois  
de 14h30 à 16h

### SAINT-MAUR- DES-FOSSÉS

Organisé par : **la Maison  
des Aidants ABCD 94**

Café Le Varenne  
94 avenue du Bac  
94210 La Varenne Saint-Hilaire

**06 08 85 83 28**

**01 74 02 05 71**

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

Un mardi par mois  
de 14h à 16h

Café des parents aidants  
d'un enfant malade ou en  
situation de handicap

Organisé par : **La Maison  
des Familles et de la  
Parentalité et l'UDAF 94**

25 avenue du Port au Fouarre  
94100 Saint-Maur-des-Fossés

**01 45 11 65 74**

[maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com](mailto:maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com)

Le 4ème lundi de chaque  
mois de 14h30 à 16h

Organisé par : **l'UDAF 94**

Maison des Séniors  
6 promenade Louis Vuillermoz  
94120 La Varenne Saint-Hilaire

**01 45 11 65 17**

Un lundi par mois  
de 14h30 à 16h

### VALENTON

Organisé par : **PFR  
Les Pastoureaux**

10 avenue Salvador Allendé  
94460 Valenton

**06 07 25 74 89**

1er mardi du mois  
de 14h30 à 16h

### VILLEJUIF

« Au Bureau »,  
42 avenue Maxime Gorki  
94800 Villejuif

**06 52 79 18 61**

Un lundi par mois,  
de 18h à 19h30

### VINCENNES

Organisé par : **La rencontre  
des aidants, MRI 94**

« Bar restaurant  
Terminus Château »

9 avenue de Nogent  
94300 Vincennes

**06 27 82 58 88**

Un vendredi par mois  
de 14h30 à 16h30

[aidant@mri94.fr](mailto:aidant@mri94.fr)

## Les groupes de parole

Plusieurs associations ou autres types de structures proposent des **groupes de parole**.

Les groupes de parole sont des espaces bienveillants, sans jugement où l'on peut **confronter ses expériences** et y recevoir des **conseils** ou des **informations** qui peuvent aider dans le vécu de sa situation.

Participer à un groupe de parole vous permet **de rompre votre isolement, d'échanger** avec des personnes qui traversent ou ont traversé les mêmes difficultés que vous et aussi de **sortir de chez vous**.

### En pratique

Les groupes de parole se réunissent à date fixe et au même lieu.

### Halte relais France Alzheimer Val-de-Marne

Groupe de parole pour les aidants et accueil pour les aidés  
Renseignements et inscriptions  
**01 48 72 87 82**

**Boissy-Saint-Leger**  
Ehpad Harmonie  
2 place Charles Louis.  
2<sup>e</sup> lundi de chaque mois de 14h à 17h.

**Chevilly-Larue**  
Salle Jacqueline Auriol  
1 avenue Guynemer.  
2<sup>e</sup> jeudi de chaque mois de 14h à 17h.

**Champigny-sur-Marne**  
Foyer Talamoni  
3 rue du Beau Site.  
4<sup>e</sup> mardi de chaque mois de 14h à 17h.

**Choisy-le-Roi**  
Résidence Benoit Frachon  
31 bd des Alliés.  
3<sup>e</sup> jeudi de chaque mois de 14h à 17h.

**Créteil**  
Local du secteur Sud  
13 av. du Général Billotte.  
3<sup>e</sup> jeudi de chaque mois de 14h à 17h.  
Pour les malades jeunes et pour les aidants de malades jeunes.

**Le Perreux-sur-Marne**  
Centre Luc Maine  
30 rue Pierre Barberet  
3<sup>e</sup> vendredi de chaque mois de 14h à 17h.

**Nogent-sur-Marne**  
Maison des Associations  
2 rue Jean Monnet.  
3<sup>e</sup> mardi de chaque mois de 14h à 17h.

**Vincennes**  
Maison des Associations  
41/43 rue Raymond du Temple.  
1<sup>er</sup> lundi de chaque mois de 14h à 17h.

### SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

Organisé par : la Maison des Aidants ABCD 94  
Résidence de l'Abbaye  
10A Quai Beaubourg  
94100 St-Maur-des-Fossés  
**06 08 85 83 28**  
maisondesaidants@abcd94.fr  
1 fois par mois le vendredi  
14h à 16h

### UNAFAM 94 Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

9, rue Viet - 94000 Créteil  
**01 41 78 36 90**  
94@unafam.org  
Participation financière demandée.

### ESPACE PAROLE FAMILLE

propose une équipe d'intervenants (psychologues, assistantes sociales...) pour animer des groupes de parole avec les familles.  
**06 31 24 72 88**  
espaceparolefamilles@laposte.net

### CRÉTEIL

Organisé par : l'Espace Autonomie 4  
Groupe de parole à destination des aidants de l'ensemble du département  
**01 56 71 56 04**  
espace-autonomie-4@valdemarne.fr  
1 fois par mois le lundi à 14h ou le samedi à 10h.

### FONTENAY-SOUS-BOIS SAINT-MANDE VINCENNES

Actions de soutien à destination des aidants familiaux  
**06 27 82 58 88**  
aidant@mri94.fr

### BONNEUIL-SUR-MARNE

Organisé par l'Espace Autonomie 4 et le CCAS  
Rue du 8 mai 1945  
94380 Bonneuil-sur-Marne  
exclusivement pour les habitants de Bonneuil-sur-Marne  
**01 45 13 89 34**  
1 fois par mois le mercredi de 14 à 15h

### Groupe de parole pour les aidants en visio

#### PFR Delta 7

**06 52 79 18 61**  
par94@delta7.org  
Groupe d'échanges aidants-ehpad  
de 10h à 12h le vendredi

#### Happy visio

Groupe de parole à destination des aidants du Val-de-Marne.  
www.happyvisio.com  
avec le code partenaire AIDANTS94.  
Proposé 2 fois par mois avec un psychologue.

## Soutien psychologique individuel

Le soutien psychologique est un **espace de parole** au sein duquel vous pouvez évoquer votre situation, votre histoire personnelle et la relation avec votre proche aidé. Lors des entretiens avec le psychologue, vous **abordez vos difficultés** (par exemple : les troubles de votre proche, sa perte d'autonomie, son acceptation des aides) mais également **vos satisfactions ressenties dans la relation d'aide**.

Des psychologues peuvent vous accompagner :

- dans l'offre de soutien des Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PFR)
- dans les Espaces Autonomie du département du Val-de-Marne
- au sein de certains Dispositifs d'Appui à la Coordination (DAC)
- au sein des associations de malades comme France Alzheimer, France Parkinson...
- au sein de certains services à domicile intervenant auprès de votre proche aidé.

**Se renseigner auprès des structures pour savoir si ce soutien est disponible.**

### Le Lien Psy

Suivi psychothérapique, programme de sensibilisation à l'impact de la relation d'aide en individuel. Ces séances se déroulent à domicile ou à l'association.

**01 77 75 97 13**

contact@lelienpsy.fr  
www.lelienpsy.fr

### L' EPOC Espace Psychanalytique d'Orientation et de Consultations

Espace de prévention et de soutien en direction des aidants.

**01 40 05 96 59**

Consultations psychologiques à domicile  
**06 84 23 52 89**  
www.lepoc.org

### En pratique

Ces consultations à domicile sont réservées aux personnes ne pouvant se déplacer pour aller consulter dans les structures de soins. Elles sont payantes.

## Lignes d'écoute et de soutien

### Avec Nos Proches

Ecouter et soutenir les aidants et les anciens aidants.

**01 84 72 94 72** (prix d'un appel local) de 8h à 22h, tous les jours.

Au bout du fil, des bénévoles qui ont vécu l'accompagnement d'un proche fragilisé.

Toutes les informations sur : [www.avecnosproches.com](http://www.avecnosproches.com)

### Allo Alzheimer

Ligne d'écoute téléphonique.

**09 70 81 88 06** (coût d'un appel local) de 20h à 22h, 7jours/7

[www.allo-alzheimer.fr](http://www.allo-alzheimer.fr)

### France Alzheimer 94

Ecoute téléphonique

**01 48 72 87 82** (coût d'un appel local)

Lundi, mardi, jeudi de 10 à 17h  
et vendredi de 10h à 16h

### Association Jalmalv Paris Île-de-France

Ligne d'écoute téléphonique. Écoute par des bénévoles pour des aidants d'un proche fragilisé par la maladie, l'âge, la fin de vie.

**N°Vert 08 05 65 00 56**

du lundi au vendredi entre 14h et 19h

[www.jalmalvparis.com](http://www.jalmalvparis.com)

### AFSEP Association française des sclérosés en plaque

Ecoute et soutien des personnes concernées par la sclérose en plaques et de leurs proches, par deux psychologues, service anonyme et gratuit

**N°Vert 0 805 691 379**

Lundi mardi 18h à 20h, mercredi jeudi vendredi 18h à 19h, samedi dimanche 13h à 14h

### Val'Ecoute

Val'Ecoute est une téléassistance proposée par le Département du Val-de-Marne qui propose aussi un soutien psychologique pour les proches aidants des abonnés Val'Ecoute.

Pour plus d'infos contactez le Conseil départemental du Val-de-Marne au **39 94**.

### Nouveau souffle (association)

Soutien pour les aidants à bout de souffle, reposant sur des techniques de psychologie positive et de gestion du stress, sous forme de 3 séances individuelles de 1h par téléphone ou en visio, par des coachs ayant eux-mêmes vécu le rôle d'aidant. Service gratuit et confidentiel.

[www.nouveausouffle-asso.com](http://www.nouveausouffle-asso.com)

**Demande d'accompagnement par formulaire d'inscription**



### Formation

Des formations sont proposées aux proches aidants. Certaines sont spécifiques à la pathologie du proche aidé (maladie d'Alzheimer ou apparentée, maladie de Parkinson...), d'autres sont plus généralistes.

Ces formations peuvent **vous aider et vous soutenir** dans l'accompagnement de votre proche. Vous y trouverez des **réponses aux questions** que vous pouvez vous poser au quotidien.



### Des formations en présentiel

#### France Alzheimer

Renseignements sur les modalités et les lieux

**01 48 72 87 82**

#### Formation sur les maladies neurocognitives

10A Quai Beaubourg,  
94100 St-Maur-des-Fossés

**06 08 85 83 28**

maisondesaidants@abcd94.fr

#### France Parkinson

Programme A2PA (formations, rencontres thématiques, échanges). Renseignements sur les modalités et les lieux

aidants.parkinson@gmail.com

#### Programme EHPAD AIDANT

Renseignements sur les modalités et les lieux

**06 23 01 23 85**

ehpad.aidant@aphp.fr

➤ Des formations sont également proposées via les Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PFR). Se renseigner directement auprès des structures contact p.12



### Des formations sur internet

#### Association française des aidants

www.aidants.fr

#### Savoir être aidant

www.savoiretainant.fr

#### Soutenir les aidants

www.soutenirlesaidants.fr

#### Compagnie des aidants

www.lacompagniedesaidants.org

#### France Alzheimer

Renseignements au **01 48 72 87 82**

#### CESAP Comité d'Etudes, d'Education et de Soins auprès de Personnes Polyhandicapées

www.cesap.asso.fr

#### Form'aid@nts

Plateforme d'apprentissage en ligne de l'UNAFAM - Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques.

www.formaidants.fr

#### Collectif je t'aide

Chaine Youtube avec des webinaires sur les solutions pour les aidants

www.youtube.com/@collectifjetaide/streams

#### Happy Visio

Programme de conférences d'information et de soutien.

www.happyvisio.com

(Inscription avec le code partenaire **AIDANTS94**)

## Le répit

**Définition du Larousse** : «Un repos, une interruption dans une occupation absorbante ou contraignante».

Le répit peut aussi consister à avoir plaisir à retrouver son proche en partageant avec lui autre chose qu'un quotidien régi par la maladie ou le handicap.



L'APA (p 59), la PCH (p 61), l'AEEH (p62) et les caisses de retraite peuvent aider au financement des solutions de répit.

## Répit pour les proches aidants de personnes âgées

### Accueils de jour

Les journées en accueil de jour thérapeutique ont pour objectifs de **stimuler les capacités** de la personne accueillie, de retisser du lien social et de **favoriser une vie à domicile le plus longtemps possible**.

Ils ont aussi pour objectif d'apporter des temps de pause et de répit pour les aidants, par une prise en charge du proche âgé fragilisé par une maladie neuro-évolutive ou apparentée.

L'accueil est proposé en journée pour un à trois jours par semaine.

### En pratique

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) peut être sollicitée pour financer une partie du coût. Voir page 59.

#### ABLON-SUR-SEINE

**Clémentine Pitois**  
19 bis quai de la Baronnie  
94480 Ablon-sur-Seine  
**01 49 61 32 22**  
clementinepitois-ablon@domusvi.com

#### BONNEUIL-SUR-MARNE

**Résidence les Bords de Marne**  
9 av. du Maréchal Leclerc  
**01 45 13 91 20**  
abcd94@orange.fr

#### CHAMPIGNY-SUR-MARNE

**Résidence Arc Boisé**  
6, rue Juliette de Wils  
94500 Champigny-sur-Marne  
**01 41 77 69 00**  
e.hanus@colisee.fr

#### BRY-SUR-MARNE

**Fondation Favier**  
1 rue du 136<sup>ème</sup> de Ligne,  
94360 Bry-sur-Marne  
**01 49 83 47 97**  
adj-bry@gcsms94.fr

#### ALFORTVILLE

**Pôle gérontologique Raymonde Olivier Valibouse**  
Place du 11 Novembre,  
94140 Alfortville  
**01 53 48 55 14**  
ADJ-ROV@gcsms94.fr

### CHARENTON-LE-PONT

**Résidence Gabrielle d'Estrées**  
26 rue Gabriel Péri  
94220 Charenton-le-Pont  
**01 45 18 22 00**  
gabrielledestrees@  
fondationpartageetvie.org

### CRÉTEIL

**ABCD 94 - Résidence de la Cristolienne**  
16 bis av. du chemin de Mesly  
94028 Créteil  
**01 49 80 20 80**  
secretariatajour@abcd94.fr

**Arpavie**  
**Le Hameau de Mesly**  
60 av. du Dr Paul Casalis,  
94000 Créteil  
**01 49 56 20 90**  
hameau-mesly.accueil@  
arpavie.fr

### FONTENAY-SOUS-BOIS

**Résidence de la Dame Blanche**  
45 av. de la Dame Blanche  
94120 Fontenay-sous-Bois  
**01 43 94 63 57**  
adj-db@gcsms94.fr

**Saint-François**  
33 rue du Commandant  
Jean Duhail  
94120 Fontenay-sous-Bois  
**01 45 14 07 00**  
gcoudert@monsieur-  
vincent.org  
**AJ autonomie**  
73 rue Etienne d'Orves  
94120 Fontenay-sous-Bois  
**01 49 74 71 04**  
secretariatalternatives-  
csms94.fr

### MAISONS-ALFORT

**Simone Veil**  
10, rue Bourgelat  
94700 Maisons-Alfort  
**01 49 77 64 00**  
residenceveil@isatis.asso.fr

### ORMESSON-SUR-MARNE

**Résidence Amboile**  
26 route de Provins  
94490 Ormesson-sur-Marne  
**01 58 08 94 92**  
adj-orm@gcsms94.fr

### LA QUEUE-EN-BRIE

**Villa Caudacienne**  
2 allée du Docteur  
Ginette Amado  
94510 La Queue-en-Brie  
**01 71 34 13 00**  
contact.caudacienne@  
lna-sante.com

### LE-PERREUX-SUR-MARNE

**Maison Les Lierres**  
19 rue du Bac  
94170 Le Perreux-sur-Marne  
**01 48 71 95 00**  
administration.leslierres@  
korian.fr

### L'HAY-LES-ROSES

**Résidence Pierre-Tabanou**  
32 av. du Général de Gaulle  
94240 - L'Hay-les-Roses  
**07 85 30 54 76**  
ajjardindessens@pts94.fr

### SAINT-MANDÉ

**Foyer de jour André Villette**  
7, rue Mongenot  
94160 Saint-Mandé  
**01 49 57 70 00**  
fj-educateurs@ilvm.fr

### SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

**Résidence de l'Abbaye**  
3 impasse de l'Abbaye  
94100 Saint-Maur-des-Fossés  
**01 55 12 17 20**  
secretariatajour@abcd94.fr

**Résidence de l'Orme**  
4-8 rue Vassal  
94100 Saint-Maur-des-Fossés  
**01 45 11 01 60**  
saintmaur@orpea.net

### VALENTON

**Les Pastoureaux**  
10, rue Salvador Allende  
94460 Valenton  
**01 56 87 21 31**  
direction.valenton@  
orpea.net

### VILLEJUIF

**CASA DELTA 7**  
6, rue du Colonel Marchand  
94800 Villejuif  
**01 42 11 10 35**  
casavillejuif@delta7.org



## Répit pour les proches aidants de personnes âgées

### Les hébergements temporaires

L'hébergement temporaire est une solution de répit pour vous soulager par une prise en charge de votre proche âgé en perte d'autonomie. Il s'agit **d'un accueil de jour et de nuit** au sein d'un Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) ou d'un établissement réservé à l'hébergement temporaire.

Il peut être **ponctuel ou régulier**, pour une **durée de 3 mois maximum** par an, **continue ou non**.

Ce type de séjour vous permet de vous ressourcer, en **mettant une parenthèse dans votre quotidien**.

Pour votre proche, il peut être l'occasion qu'il se familiarise avec un établissement adapté, et pour vous, **d'échanger avec des professionnels** formés à la prise en charge en gérontologie.

Pour vous aider à rechercher un établissement adapté à vos besoins : **Via Trajectoire** est un service public gratuit et sécurisé qui propose une aide à l'orientation personnalisée dans le domaine de la santé et un annuaire des établissements sanitaires pour personnes âgées, pour personnes en situation de handicap.

#### Via Trajectoire

[trajectoire.sante-ra.fr](http://trajectoire.sante-ra.fr)

#### Gouvernement

[pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://pour-les-personnes-agees.gouv.fr)



## Établissements ayant des places d'hébergement temporaire

<b>ABLON-SUR-SEINE</b>	Clémentine Pitois *	19 bis quai de la Baronnie	<b>01 49 61 32 22</b>
<b>ARCUEIL</b>	La maison du Grand Cèdre* **	10 av. Paul Vaillant-Couturier	<b>01 49 69 16 60</b>
<b>BONNEUIL-SUR-MARNE</b>	Résidence des Bords de Marne* **	9 av. du Maréchal Leclerc	<b>01 45 13 91 20</b>
<b>BONNEUIL-SUR-MARNE</b>	Érik Satie* **	12 rue Danielle Mitterrand	<b>01 57 44 33 00</b>
<b>BRY-SUR-MARNE</b>	Fondation Favier * **	1 à 5 rue du 136ème de Ligne	<b>01 49 83 47 00</b>
<b>CACHAN</b>	Résidence Saint Joseph* **	2 rue de la Citadelle	<b>01 49 69 20 00</b>
<b>CRÉTEIL</b>	Résidence de la Cristolienne* **	16 bis av. du chemin de Mesly	<b>01 49 80 20 80</b>
<b>CHAMPIGNY-SUR-MARNE</b>	Joseph Guittard **	21 rue des Hauts Moguichets	<b>01 55 98 05 98</b>
<b>CHAMPIGNY-SUR-MARNE</b>	Résidence Arc Boise*	6 rue Juliette de Wils	<b>01 41 77 69 00</b>
<b>CHOISY-LE-ROI</b>	Georges Léger* **	4 av. du général Leclerc	<b>01 48 90 01 01</b>
<b>CHOISY-LE-ROI</b>	La Maison de la Chanteraine* **	4, allée des Lilas	<b>08 05 29 17 00</b> <b>01 48 92 28 00</b>
<b>CHEVILLY-LARUE</b>	Résidence Saint-Jean Eudes Fondation de Rothschild*	5 rue Outrequin	<b>01 56 34 20 50</b>
<b>FONTENAY-AUX-ROSES</b>	Maison du Parc Public **	1 rue Scarron	<b>01 41 13 09 70</b>
<b>FONTENAY-AUX-ROSES</b>	Résidence Arcade LNA Santé * **	128 rue Boucicaut	<b>01 41 13 30 00</b>
<b>IVRY-SUR-SEINE</b>	L'Orangerie* **	10 rue Fouilloux	<b>01 75 37 76 00</b>
<b>JOINVILLE-LE-PONT</b>	Résidence La Vallée de la Marne*	49 quai de la Marne	<b>01 41 81 70 70</b>
<b>LA QUEUE-EN-BRIE</b>	Villa Caudacienne **	2 allée du Docteur Ginette Amado	<b>01 71 34 13 00</b>

\*Etablissements proposant une unité ou un pôle spécifique à la maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée

\*\* Etablissements habilités à l'Aide Sociale à l'Hébergement (ASH)

<b>LE KREMLIN-BICETRE</b>	Résidence Bicêtre*	21 Avenue Eugène Thomas	<b>01 85 53 22 55</b>
<b>LE-PERREUX-SUR-MARNE</b>	La Cascade* **	5 rue de l'Embarcadère	<b>01 43 24 25 52</b>
<b>LE PERREUX-SUR-MARNE</b>	Les Lierres Korian*	19 Rue du Bac	<b>01 48 71 95 00</b>
<b>L'HAY-LES-ROSES</b>	Résidence Pierre-Tabanou **	32 av. du Général de Gaulle	<b>01 46 63 14 91</b>
<b>MAISONS-ALFORT</b>	La résidence Médicis	1 rue Amédée Chenal	<b>01 41 79 78 20</b>
<b>MANDRES - LES-ROSES</b>	Résidence Normandy Cottage*	5 rue du Docteur Schweitzer	<b>01 45 98 90 01</b>
<b>ORLY</b>	La maison du Saule Cendré**	77 av. Adrien Raynal	<b>01 48 84 37 60</b>
<b>RUNGIS</b>	Les Forières* **	6 rue de la Grange	<b>01 82 39 32 90</b>
<b>SAINT-MANDE</b>	Résidence Lanmodez* **	58 avenue Sainte-Marie	<b>01 48 08 85 50</b>
<b>SAINT-AURICE</b>	Le Val d'Osne*	55 bis rue du Maréchal Leclerc	<b>01 56 29 57 57</b>
<b>SAINT-AUR-DES-FOSSÉS</b>	Maison de retraite de l'Orme * **	4-8, rue Vassal	<b>01 45 11 01 60</b>
<b>SAINT-AUR-DES-FOSSÉS</b>	Résidence Sévigné *	83, rue du Pont de Creteil	<b>01 41 81 46 46</b>
<b>SUCY-EN-BRIE</b>	Résidence Les Cèdres **	6 av. Albert Pleuvry	<b>01 45 90 57 51</b>
<b>THIAIS</b>	Les Jardins de Thiais*	61 avenue René Panhard	<b>01 58 42 21 30</b>
<b>VALENTON</b>	Les pastoureaux *	10 rue Salvador Allende	<b>01 56 87 21 31</b>
<b>SAINT-PIERRE-DU-PERRAY</b>	La maison du Cèdre bleu	12 rue du Château	<b>01 60 75 87 78</b>
<b>VILLECRESNES</b>	La maison du Jardin des Roses* **	54 rue d'Yerres	<b>01 56 32 21 00</b>
<b>VILLEJUIF</b>	Antoine de Saint-Exupéry* **	23-29 rue Guy Môquet	<b>01 49 87 76 55</b>
<b>VILLENEUVE-SAINT-GEORGES</b>	Résidence Beauregard*	1 avenue Rey	<b>01 43 82 10 10</b>
<b>VINCENNES</b>	Le Verger de Vincennes*	21 avenue des Murs du Parc	<b>01 49 57 27 00</b>



### Séjours de répit pour les proches aidants de personnes âgées de plus de 60 ans

#### Int'act

Organise des séjours de **vacances adaptées** pour des personnes âgées en perte d'autonomie et / ou dépendantes (fragilisées par un handicap, des troubles cognitifs, une maladie neurodégénérative, ....) avec ou sans leur proche aidant.

#### Travel âge

Propose des **séjours touristiques accompagnés** en France et à l'étranger pour les retraités, certains pouvant présenter une mobilité réduite ou une perte d'autonomie légère.

#### ANCV

L'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances (ANCV), établissement public de l'État, est chargé de la mission de **service public** consistant à favoriser l'accès du plus grand nombre aux vacances. Elle agit notamment au moyen d'une gamme **d'aides en faveur de personnes fragiles**, éloignées des vacances.

#### Int'act

**01 83 81 67 11**  
sejours@int-act.fr  
www.int-act.fr

#### Travel âge

**06 16 56 50 34**  
www.travel-age.com

#### ANCV

**09 69 32 06 16**  
www.ancv.com



### Séjours de répit pour les proches aidants d'enfants en situation de handicap et/ou malades

#### Urgence Répit

Des référents de parcours accompagnent les familles dans l'organisation des **séjours de vacances** en famille en organisant les temps de répit et surtout, leur financement. Il est destiné aux **familles ayant un enfant en situation de handicap, âgé de moins de 20 ans, bénéficiaires de l'Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé (AEEH).**

#### Urgence Répit

**0805 035 800**  
du lundi au vendredi  
de 9h à 17h  
[www.urgence-repit.fr](http://www.urgence-repit.fr)

#### Réseau Passerelles

Le Réseau Passerelles propose **aux familles ayant un enfant en situation de handicap**, 40 destinations en France, au sein de **campings et de villages de vacances** ordinaires, combinant une offre de logement adapté et un dispositif d'accueil et de prise en charge de leur enfant, par une équipe professionnelle, jusqu'à 35 heures par semaine, sans surcoût pour les familles.

#### Réseau Passerelles

3, rue de l'Arrivée,  
75015 Paris  
[www.reseau-passerelles.org](http://www.reseau-passerelles.org)

#### L'association L'Envol

Organise des **programmes adaptés aux jeunes malades de 6 à 25 ans et à leur famille** (séjours adaptés, ateliers à l'hôpital, sorties récréatives et kits d'activités).

#### L'Envol

**01 81 69 49 72**  
**07 62 31 33 44**  
[familles@lenvol.asso.fr](mailto:familles@lenvol.asso.fr)  
[www.lenvol.asso.fr](http://www.lenvol.asso.fr)

### Séjours de répit pour les proches aidants de personnes en situation de handicap et/ou malades

#### Séjours vacances répit Alzheimer

Séjours partagés «détente», séjours «aidants isolés», séjours «malades jeunes» et séjours «répit» pour les personnes dont la maladie est très évoluée.

#### Séjours vacances répit Alzheimer

**01 42 97 52 41**  
[sejoursvacances@francealzheimer.org](mailto:sejoursvacances@francealzheimer.org)

#### VRF Vacances Répit Familles

À la fois **structures médico-sociales et lieux de vacances**, les Villages VRF permettent d'accueillir dans un même endroit, l'aidant et le proche aidé. Les soins quotidiens de la personne accompagnée sont confiés à une équipe médico-sociale intégrée au village. **3 sites** : VRF Les Cizes, VRF La Salamandre, VRF Touraine.

#### VRF

Accompagnement aidants/aidés dans un Village Répit Famille  
[www.vrf.fr](http://www.vrf.fr)  
**05 57 885 885**  
[contact@vrf.fr](mailto:contact@vrf.fr)

#### Séjours Falret

**Séjour Répit** : un programme alternant atelier de formation et loisirs pour acquérir des savoir-faires afin **d'épauler son proche** malade/handicapé psychique tout en préservant sa qualité de vie.

#### Séjours Falret

**06 78 73 86 19**  
[repit.info@falret.org](mailto:repit.info@falret.org)  
[www.falret.org](http://www.falret.org)

**Séjour Parenthèse** : Un accueil conjoint aidant/aidé avec un emploi du temps séparé pendant la journée afin de **vivre des moments à soi, l'esprit serein** grâce à l'accompagnement des personnes malades par 4 professionnels en santé mentale.

### Séjours de répit pour les proches aidants de personnes en situation de handicap et/ou malades

#### Fondation des Petits Frères des Pauvres

Séjours en Sologne pour les personnes atteintes jeunes de la maladie d'Alzheimer et leurs aidants.

Fondation des  
Petits Frères  
des Pauvres

01 40 23 14 15

fondation.petitsfreres  
despauvres.fr

#### Tourisme&handicaps

L'association, composée de représentants professionnels et de représentants d'associations de personnes handicapées, recense dans un moteur de recherche les établissements et lieux touristiques labellisés **Marque d'Etat «Tourisme & Handicap»**.

Tourisme&  
handicaps

04 44 11 10 41

ass-tourisme-  
et-handicaps@orange.fr  
tourisme-handicaps.org

#### Les bobos à la ferme

Propose une **offre spéciale de séjour de répit** pour les aidants familiaux. En fonction des besoins, tout un **panel de services est à disposition**, de la location de lit médicalisé, lève-personne, la mise en place de passage d'aides-soignants et infirmiers.

Les bobos  
à la ferme

Répit des aidants  
handicap  
www.lesbobos  
alaferme.fr

#### Evasion France handicap

Spécialiste de l'organisation de séjours de vacances adaptés aux personnes en situation de handicap en France et à l'étranger.

Evasion France  
handicap

01 40 78 56 62

evasion@apf.asso.fr

### Autres solutions de répit

#### Le Répit

L'établissement Le Répit de la Fondation de Rothschild accueille chaque jour **12 personnes en situation de handicap quel que soit l'âge**. Ce lieu de répit offre un **accueil adapté à des profils hétéroclites** par une prise en charge d'une très grande variété de handicaps et d'âges.

Le Répit

Fondation de Rothschild  
13 bis, rue des Ecluses  
Saint-Martin, 75010 Paris

01 40 03 48 70

L'accueil est opéré  
du lundi au samedi  
dans la limite de  
90 jours par an.

#### Les P'tits Matins

Un accueil dédié aux **enfants de 0 à 6 ans** en situation de handicap ou à besoins spécifiques et à leurs parents. **Un lieu pour partager avec d'autres**, se poser, jouer et regarder son enfant évoluer. Un lieu ouvert où l'on vient quand on le veut et dont on part quand on le veut.

Les P'tits Matins

Association Parler à d'Autres  
5, rue de la Boule Rouge,  
75009 Paris

01 53 34 85 50

Accueil libre et gratuit les  
mercredi et samedi matins  
de 9h30 à 12h.

lplgaccueil@gmail.com  
www.lesptitsmatins.fr

#### Handi-Répit Créteil

Etablissement qui propose une **prise en charge ponctuelle ou rythmée** de personnes en situation de handicap, **adultes et enfants (de 6 à 60 ans)**, afin de permettre le maintien à domicile et le répit des familles. C'est aussi un accompagnement Hors des Murs, **au domicile et à proximité** et un lieu pour construire le répit des aidants, des familles et des proches.

Handi-Répit Créteil

9-11, rue Georges Enesco  
94000 Créteil

01 48 53 61 80

contact@handi-repit.com

## Congés pour les aidants

Pour permettre de concilier le lien d'aidant et le maintien d'une carrière professionnelle, des droits à des congés spécifiques existent en faveur des salariés aidants.



## Congé de proche aidant

Le congé de proche aidant **permet à un salarié de suspendre ou de diminuer son activité professionnelle pour accompagner un proche en situation de handicap, invalide, en perte d'autonomie ou âgé avec lequel il réside ou entretient des liens étroits et stables.**

Ce droit vaut pour une **durée maximale de 3 mois** (sauf dispositions conventionnelles autres), possiblement fractionnable ; **il peut être renouvelé** sans toutefois dépasser 1 an sur l'ensemble de la carrière.

**Ce congé peut être indemnisé** par l'allocation journalière du proche aidant (AJPA), qui permet de compenser une partie de la perte de salaire, dans la limite de 66 jours sur l'ensemble de la carrière.

## Congé de présence parentale

Le congé de présence parentale **permet à un salarié de s'occuper d'un enfant à charge atteint d'une maladie, d'un handicap ou qui est victime d'un accident d'une particulière gravité**, et dont l'état de santé nécessite une présence soutenue et des soins contraignants. Le salarié bénéficie d'une réserve de jours de congés qu'il peut utiliser en fonction de ses besoins.

Le congé est attribué pour une **période maximale de 310 jours par enfant** et par maladie, accident ou handicap. Le congé peut être pris en une ou plusieurs fois. Le salarié peut, avec l'accord de son employeur, transformer le congé en période d'activité à temps partiel ou le fractionner par demi-journée.

**Ce congé peut être indemnisé** par l'allocation journalière de présence parentale (AJPP).

### Informations complémentaires

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920)



### Informations complémentaires

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1631](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1631)



### Congé de solidarité familiale

Le congé de solidarité familiale **permet à un salarié de s'absenter pour assister un proche en fin de vie.**

En l'absence de dispositions conventionnelles, la durée du congé est de 3 mois renouvelable une fois. Il peut être pris de manière continue ou fractionnée. Il peut aussi être transformé en période d'activité à temps partiel, dans la limite de 66 jours sur l'ensemble de la carrière.

**Ce congé peut être indemnisé** par l'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie (AJAP).

### Aidants salariés

Don de jours de congés, aménagement du temps de travail... Certains employeurs ont des dispositions pour aider les aidants. Renseignez-vous auprès de votre direction des ressources humaines (DRH).

### Assurance vieillesse des aidants

**Permet une continuité dans la constitution des droits à la retraite** des personnes cessant ou réduisant leur activité professionnelle pour **s'occuper d'un enfant ou d'une personne gravement malade ou en situation de handicap.**

#### Informations complémentaires

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1767](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1767)



#### Informations complémentaires

au **32 30**  
[www.caf.fr](http://www.caf.fr)  
[www.monparcourshandicap.gouv.fr/aides/affiliation-des-aidants-lassurance-vieillesse-du-parent-au-foyer-avpf](http://www.monparcourshandicap.gouv.fr/aides/affiliation-des-aidants-lassurance-vieillesse-du-parent-au-foyer-avpf)



### Aides financières pour le proche aidé

Cette liste présente les principales aides financières. N'hésitez pas à vous rapprocher des services dédiés à l'information présentés dans la première partie de ce guide pour obtenir les renseignements adaptés à votre situation.



### Financer les aides à domicile et l'hébergement pour les plus de 60 ans et les personnes en situation de handicap

#### Aide sociale Aide ménagère

##### Modalités

L'Aide sociale Aide ménagère **prend en charge les frais d'intervention d'une aide à domicile** pour effectuer certaines tâches ménagères (aide pour le repas, le ménage, la lessive).

C'est une aide destinée aux personnes ayant 65 ans et plus, ou aux personnes en situation de handicap de moins de 60 ans (80%, titulaire de l'AAH, pension d'invalidité déclarés « inaptés au travail »), qui résident en Val-de-Marne depuis plus de 3 mois et **qui ont de faibles ressources\***.

\*inférieures au plafond d'attribution de l'Allocation de Solidarité aux Personnes Agées (ASPA). Pour indication, le plafond au 01/01/2024 est de 1 012,02 €/mois pour une personne seule et 1 571,16 €/mois pour deux conjoints, concubins ou partenaires pacsés. Ce plafond est révisé chaque année.

#### L' Aide Sociale à l'Hébergement (ASH)

##### Modalités

Si les ressources financières ne dépassent pas un certain montant, l'Aide Sociale à l'Hébergement (ASH) permet de **financer tout ou partie des frais liés à l'hébergement temporaire ou définitif en EHPAD** (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes), en **USLD** (unité de soins de longue durée) ou résidence autonomie. Ces établissements doivent y être habilités.

Pour bénéficier de l'Aide Sociale à l'Hébergement, il faut :

- Etre âgé de 65 ans ou être en situation de handicap.
- Disposer de ressources inférieures au montant des frais d'hébergement.
- Résider en France de façon stable et régulière ou avoir un titre de séjour en cours de validité.

##### En pratique

Elle n'est pas cumulable avec l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).

Important : après le décès du bénéficiaire, les sommes avancées au titre de l'aide sociale légale peuvent être récupérables sur succession sous certaines conditions.

##### Informations complémentaires

Rapprochez-vous du CCAS ou de votre ville pour obtenir le formulaire de demande d'Aide sociale.

##### En pratique

Il convient de déposer la demande d'ASH avant l'admission en établissement. Pour que l'aide soit accordée à compter du jour d'entrée dans l'établissement, la demande doit être déposée dans un délai de 4 mois maximum auprès de la mairie de résidence du proche aidé.

**Important** : après le décès du bénéficiaire, les sommes avancées au titre de l'Aide Sociale à l'Hébergement peuvent être récupérables sur succession sous certaines conditions.

##### Informations complémentaires

Rapprochez vous du CCAS ou de votre ville pour faire la demande d'ASH.

### Financer les aides à domicile pour les plus de 60 ans

#### L' Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

##### Modalités

L'APA à domicile permet de financer une partie des dépenses nécessaires au maintien à domicile, telles que les **aides humaines** (habituellement dénommées « aide à domicile », « auxiliaire de vie », etc.) et les **aides techniques** (siège de douche, barre d'appui, téléassistance, portage de repas, etc.).

L'APA est une **allocation destinée aux personnes âgées de 60 ans et plus en perte d'autonomie**.

Son attribution dépend de **l'évaluation du niveau de la perte d'autonomie de la personne âgée** (GIR\* 1 à 4) : les personnes doivent avoir besoin d'aide pour accomplir les actes de la vie quotidienne (se lever, se laver, s'habiller...), ou doivent nécessiter d'une surveillance régulière.

Le montant de l'allocation est calculé en fonction des ressources du foyer.

**L'APA en établissement** aide à payer une partie du tarif dépendance facturé aux résidents des Établissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) et des Unités de Soins de Longue Durée (USLD). L'APA n'est **pas récupérable sur succession**.

\*GIR : Groupe Iso-Ressource correspond au niveau de perte d'autonomie d'une personne âgée.

##### En pratique

**L'APA à domicile** : une visite au domicile de la personne âgée est réalisée pour évaluer sa perte d'autonomie, ses besoins et définir le Groupe Iso-Ressource (GIR\* 1 à 6).

**Une aide ponctuelle peut être accordée en cas d'hospitalisation du proche aidant** si l'aidant ne peut pas être remplacé et que son aide est indispensable à la vie à domicile de son proche. Une aide régulière peut être accordée pour le financement de l'accueil de jour.

**L'APA à domicile pour financer une solution de répit** : une majoration de l'APA est possible pour financer une solution de répit.

##### Informations complémentaires

Rapprochez-vous du CCAS de votre ville pour obtenir le formulaire de demande d'APA

ou réalisez votre demande en ligne sur le site du Département du Val-de-Marne :

<https://autonomie.valdemarne.fr/genesisUsager/application/accueil>



### Financer les aides à domicile pour les plus de 60 ans

#### Les aides des caisses de retraite

##### Modalités

Les caisses de retraite peuvent proposer à leurs pensionnés des **aides financières pour participer au financement d'heures d'aides à domicile, d'aide au transport, de portage de repas et d'aides techniques**, sous conditions de ressources.

Destinées à prévenir le risque de perte d'autonomie des personnes âgées, leur attribution dépend de l'évaluation du niveau de perte d'autonomie (GIR 5 ou 6) : les personnes n'ont pas perdu leur autonomie pour les actes essentiels de la vie courante et peuvent avoir seulement besoin d'une aide ponctuelle pour la préparation des repas et le ménage.

##### En pratique

Une visite à domicile de la personne âgée est réalisée pour évaluer sa perte d'autonomie, ses besoins et définir le Groupe Iso-Ressource (GIR\* 1 à 6).

##### Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la **caisse de retraite principale de votre proche aidé**.

**Vous pouvez connaître votre caisse principale, en allant sur le site : Mes Régimes (info-retraite.fr) en indiquant votre nom et votre numéro de sécurité sociale.**

#### Caisses de retraite complémentaires

##### Modalités

Les caisses de retraite complémentaires et organismes de prévoyance peuvent proposer à leurs allocataires des services et/ou un appui financier en faveur des aidants et des personnes qu'ils accompagnent.

##### En pratique

Rapprochez-vous de votre caisse de retraite complémentaire (AGIRC ARRCO, Malakoff Humanis, Ircantec...)

Action sociale mutualisée AGIRC ARRCO (Sortir plus, aide momentanée et bien chez moi) : **09 71 09 09 71**

#### Mutuelles et complémentaires santé

##### Modalités

Certains contrats permettent la prise en charge d'heures d'aides à domicile en sortie d'hospitalisation.

##### En pratique

Rapprochez-vous de votre mutuelle ou de votre complémentaire santé.

### Financer les aides à domicile pour les personnes en situation de handicap

#### La Prestation de Compensation du Handicap (PCH)

##### Modalités

La PCH est une **aide financière** destinée à **compenser la perte d'autonomie des personnes en situation de handicap dans la vie quotidienne**, y compris la vie sociale.

La PCH est destinée à compenser des charges précises liées à : un besoin d'aide humaine, un besoin d'aides techniques, un besoin d'aménagement du logement ou du véhicule, des surcoûts liés aux transports, des dépenses spécifiques ou exceptionnelles liées au handicap, un besoin d'aide animale.

Critères d'attribution :

- Avoir **une difficulté absolue** ou au moins **deux difficultés graves** parmi les 20 activités du référentiel d'accès à la PCH (s'alimenter, s'habiller, faire sa toilette...).
- Être âgé de **moins de 60 ans**. Une dérogation d'âge est possible pour :
  - Les personnes dont le handicap répondait aux critères d'attribution de la PCH avant 60 ans.
  - Les personnes qui exercent toujours une activité professionnelle et dont le handicap répond aux critères d'attribution de la PCH.
  - Les personnes qui bénéficient de l'Allocation Compensatrice pour Tierce Personne (ACTP).
- Résider en France

##### En pratique

Si la PCH a été accordée avant 60 ans, il est possible de continuer à en bénéficier après 60 ans si les conditions d'attribution sont toujours remplies. On peut alors opter pour la PCH ou l'APA à chaque fin de droit.

Les personnes dont le handicap répondait avant 60 ans aux critères d'attribution de la PCH peuvent prétendre à la PCH après 75 ans si les conditions d'attribution sont toujours remplies. On peut alors opter pour la PCH ou l'APA à chaque fin de droit.

La PCH est cumulable avec l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH), sous condition avec la Majoration pour Tierce Personne (MTP) mais n'est pas cumulable avec l'ACTP.

##### Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la **MDPH du Val-de-Marne**

Immeuble Solidarités 7-9, voie Félix Eboué 94046 Créteil

**01 43 99 79 00**

Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 sauf le mardi après-midi.

mdph94@valdemarne.fr

### Financer les aides à domicile pour les personnes en situation de handicap

#### L' Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé (AEEH)

##### Modalités

L' AEEH est une **aide financière destinée à compenser les dépenses liées à la situation de handicap d'un enfant de moins de 20 ans.**

Critères d'attribution :

- Une incapacité d'au moins 80%.
- Une incapacité comprise entre 50% et 79%, si l'enfant fréquente un établissement spécialisé ou si son état exige le recours à un dispositif adapté ou à des soins préconisés par la MDPH.
- Être à charge des parents. Il n'est pas possible de bénéficier de l'AEEH si l'enfant est en internat avec une prise en charge intégrale des frais de séjour par l'Assurance Maladie, l'Etat ou l'Aide Sociale. Cependant, l'AEEH peut être versée lorsque l'enfant placé en internat revient au foyer pendant les vacances scolaires, en fin de semaine, etc.

##### En pratique

L' AEEH est accordée par la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH), son versement est effectué par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF).

Un complément peut être accordé par la MDPH selon le type de dépenses effectuées.

##### Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la **MDPH du Val-de-Marne**

Immeuble Solidarités 7-9, voie Félix Eboué 94046 Créteil

**01 43 99 79 00**

Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 sauf le mardi après-midi.

[mdph94@valdemarne.fr](mailto:mdph94@valdemarne.fr)



### Ressources pour les personnes en situation de handicap

#### L' Allocation aux Adultes Handicapés (AAH)

##### Modalités

L' AAH (Allocation Adultes Handicapés) permet de garantir un **revenu minimum aux adultes en situation de handicap.**

Critères d'attribution :

- Un taux d'incapacité évalué par la MDPH d'au minimum 80%. Toutefois, il peut être de 50% à 79% si la personne a une restriction substantielle et durable d'accès à un emploi.
- Avoir au moins 20 ans (ou 16 ans à la condition de n'être plus considéré à la charge de ses parents pour le bénéfice des prestations familiales).
- Résider en France.

##### En pratique

L' AAH est accordée par la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH), son versement est effectué par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF). Les revenus du conjoint ne sont pas pris en compte pour le calcul de l'allocation.

##### Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la **MDPH du Val-de-Marne**

Immeuble Solidarités 7-9, voie Félix Eboué 94046 Créteil

**01 43 99 79 00**

Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 sauf le mardi après-midi.

[mdph94@valdemarne.fr](mailto:mdph94@valdemarne.fr)

#### La pension d'invalidité

##### Modalités

La pension d'invalidité est versée pour **compenser la perte de salaire à la suite d'un accident ou d'une maladie d'origine non professionnelle.**

Critères d'attribution :

- La demande peut être formulée à l'initiative de l'organisme de sécurité sociale, du médecin traitant, du médecin du travail ou de la personne concernée.
- Être considéré invalide au sens de la Sécurité Sociale avec une capacité de travail ou de revenus réduite d'au moins 2/3.
- Affiliation à la Sécurité Sociale depuis au moins 12 mois.
- Justifier sur les 12 derniers mois avant l'arrêt d'au moins 600 heures de travail salarié ou cotisé sur un salaire au moins égal à 20 -30 fois le SMIC horaire.

##### En pratique

La pension d'invalidité relève de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie (CRAMIF). Elle est attribuée à titre provisoire et peut être modifiée, suspendue ou supprimée selon l'évolution de la situation.

La demande peut être formulée à l'initiative de l'organisme de Sécurité Sociale ou de la personne concernée.

Se rapprocher du service social de la CRAMIF.

##### Informations complémentaires

S'adresser à son agence de Caisse Primaire d'Assurance Maladie au **36 46** ou en ligne : [www.ameli.fr/assure/droits-demarches/invalidite-handicap/invalidite](http://www.ameli.fr/assure/droits-demarches/invalidite-handicap/invalidite)



## Aides à la mobilité

### PAM Francilien

Le service PAM (Pour Aider à la Mobilité) est un **service régional de transport à la demande**, d'adresse à adresse. Il est réservé aux personnes justifiant d'un **taux d'invalidité** d'au moins **80 %** ou évalué GIR\* 1 à 4, pour qu'elles puissent se déplacer ponctuellement ou quotidiennement (trajet domicile-travail, loisirs...). Il est assuré par du personnel spécialement formé et dans des **véhicules adaptés**.

### PAM Francilien

**0 800 00 18 18**  
(service et appel gratuits)  
du lundi au dimanche de  
7h à 20h.

contact@pam.  
iledefrance-mobilites.fr

www.pam.iledefrance-  
mobilites.fr

#### En pratique

Rapprochez-vous de votre Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) : certains mettent en place des aides au transport.



## La Carte Mobilité Inclusion (CMI)

La carte mobilité inclusion, ou CMI, doit être demandée auprès de la **Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)**. Elle a pour but de vous faciliter la vie quotidienne si vous êtes en situation de handicap et / ou en perte d'autonomie. Cette carte est gratuite. Selon vos besoins et votre situation, la carte mobilité inclusion comporte une ou plusieurs mentions : **«priorité», «invalidité» et «stationnement pour personnes handicapées»**.

### La carte mobilité inclusion (CMI) mention priorité :

La mention «priorité» vous donne droit :

- à la priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, les espaces et salles d'attente, les établissements et les manifestations recevant du public,
- à un accès prioritaire dans les files d'attente dans les lieux publics

### La carte mobilité inclusion (CMI) mention invalidité :

La mention «invalidité» vous donne droit :

- à la priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, les espaces et salles d'attente
- à un accès prioritaire dans les files d'attente dans les lieux publics
- à des réductions fiscales (voir le site impots.gouv.fr)
- des réductions tarifaires notamment dans les transports en commun.

### La carte mobilité inclusion (CMI) mention «stationnement pour personnes handicapées» :

La mention «stationnement» vous donne droit :

- au stationnement gratuit et sans limitation de durée sur les places réservées.

➤ **Titulaire de la CMI avec mention besoin d'accompagnement** : votre accompagnateur bénéficie de la gratuité du transport.  
**CMI sans mention** : votre accompagnateur bénéficie de 50% de réduction sur les carnets de Tickets T+, les tickets «Origine-Destination» (à l'unité ou en carnet), sur les trajets réalisés avec un contrat Navigo Liberté + (pour les Franciliens uniquement).

### Protéger et représenter mon proche au niveau juridique

#### Les mesures de protection

En tant qu'aidant, si votre proche n'est pas en mesure de prendre des décisions éclairées sur la gestion de son budget, de son patrimoine et/ou son quotidien, vous pouvez **faire appel au juge des contentieux de la protection** pour demander la mise en place d'une **mesure de protection juridique** et la désignation d'un acteur pour l'accompagner ou se substituer à lui. On parle dès lors de curatelle simple ou renforcée, de tutelle, ou encore de sauvegarde de justice.

#### L'habilitation familiale :

Permet aux proches (ascendant, descendants, frère, soeur, concubin) d'une personne incapable de manifester sa volonté de **la représenter dans tous les actes de sa vie** ou pour certains seulement selon son état. L'habilitation familiale est une mesure de protection plus simple que les mesures traditionnelles de protection judiciaire, même si elle nécessite aussi l'intervention d'un juge.

#### Mandat de protection future

Vise à **désigner à l'avance** une ou plusieurs personnes pour représenter l'auteur qui établit le mandat afin **d'anticiper** une éventuelle **perte de capacité physique ou mentale**, qui se traduirait par une mise sous tutelle ou curatelle. Le mandataire pourra alors protéger les intérêts personnels et/ou patrimoniaux.

Le mandat peut être réalisé auprès d'un notaire ou prendre la forme d'un acte sous signature privée, contresigné par un avocat.

Voir articles 477 à 488 du Code Civil

[www.legifrance.gouv.fr/codes/id/LEGISCTA000006165759](http://www.legifrance.gouv.fr/codes/id/LEGISCTA000006165759)

### Protéger et représenter mon proche au niveau médical

#### Personne de confiance

La personne de confiance peut assurer les missions suivantes :

- Accompagner son proche dans ses démarches et l'assister lors de ses rendez-vous médicaux.
- **Etre consulté par les médecins** pour rendre compte des volontés de son proche, s'il n'est pas en mesure d'être consulté lui-même.
- Aider le proche à prendre des décisions concernant sa santé et participer au recueil de son consentement (par exemple, lors d'une campagne de vaccination).

Dans le cas où l'état de santé de votre proche ne lui permet plus de donner son avis ou de faire part de ses décisions, le médecin ou l'équipe médicale **consulte en priorité la personne de confiance**.

Son avis guide le médecin pour prendre des décisions. La personne de confiance doit donc **connaître les volontés de son proche** et les exprimer lorsqu'elle est appelée à le faire.

Les directives anticipées peuvent également lui être confiées.

Vous pouvez trouver un modèle sur le site service-public.fr :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R40462](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R40462)



#### Directives anticipées

Toute personne majeure peut, si elle le souhaite, faire une déclaration écrite appelée directives anticipées pour **préciser ses souhaits concernant sa fin de vie**. Ce document aidera les médecins, le moment venu, à prendre leurs décisions sur les soins à donner, si la personne ne peut plus exprimer ses volontés.

Vous pouvez trouver un modèle sur le site service-public.fr :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R44952](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R44952)



## Lieux d'accès aux informations juridiques

Ces Points-Justice sont **ouverts à tous** et proposent **gratuitement** : des informations et consultations juridiques, des aides et accompagnements dans les démarches administratives et juridiques, notamment en matière de protection de votre proche. Des permanences juridiques sont proposées dans les mairies.

### Conseil Départemental de l'Accès au Droit (CDAD) Val-de-Marne

Le CDAD est chargé de mettre en œuvre dans le département une politique d'accès au droit. Le CDAD du Val-de-Marne n'organise pas de permanence physique dans ses locaux. Il vous faut prendre contact dans un Point-Justice pour avoir un rendez-vous dans une permanence juridique.

### Maisons de la Justice et du Droit

#### Champigny-sur-Marne Maison de la Justice et du Droit

15, rue Albert Thomas  
94500 Champigny-sur-Marne  
**01 45 16 18 60**  
Uniquement sur RDV  
Permanence juridique  
téléphonique : vendredi  
9h-12h et 14h-17h

#### Val-de-Bièvre Maison de la Justice et du Droit

65, rue Jean-Jaurès  
94800 Villejuif  
**01 43 90 25 25**  
Uniquement sur RDV



#### CDAD du Val-de-Marne

Tribunal judiciaire de Créteil  
Place du Palais  
94000 Créteil  
cdad-val-de-marne@justice.fr  
**01 49 81 16 44**

## Point-Justice

#### Créteil Point d'Accès au Droit

7 bis place Salvador Allende  
94000 Créteil  
**06 20 36 74 59**

#### Point-justice Jeunes

71, rue de Brie  
94000 Créteil  
**01 48 99 20 93**

#### Point-justice Aide Juridictionnelle

Tribunal Judiciaire de Créteil  
Place du Palais  
94000 Créteil  
padbaj94@gmail.com  
(Sans rendez-vous)

#### Créteil Espace Droit Famille

Place de la Habette  
94000 Créteil  
**01 48 98 05 78**

#### Fontenay-sous-Bois Point d'Accès au Droit et à la Médiation

12 bis avenue Charles Garcia  
94120 Fontenay-sous-Bois  
**01 71 33 58 61**  
padm@fontenay-sous-bois.fr

#### Orly Point d'Accès au Droit

2 place Gaston Viens  
94310 Orly  
**01 48 53 69 28**  
padorly@mairie-orly.fr

#### Valenton Point-Justice

Relais social France Services  
2 cour de la Ferme  
94460 Valenton  
**01 43 82 81 30**  
Uniquement sur RDV  
relaissocial.val@ville-valenton.fr

#### Villeneuve Saint-Georges Point d'Accès au Droit

Espace Léopold Sédar Senghor  
40, rue Léon Blum  
94190 Villeneuve-Saint-Georges  
**01 43 86 38 00**

#### Point d'Accès au Droit

Antenne municipale du Bois Matar  
85, av. du président Kennedy  
94190 Villeneuve-Saint-Georges  
**01 43 86 38 00**

#### Vincennes Point-Justice

Espace Pierre Souweine  
70, rue de Fontenay  
94300 Vincennes  
**01 43 98 66 95**

#### Point-Justice

Mairie  
53 bis rue de Fontenay  
94300 Vincennes  
**01 43 98 65 00**

#### Vitry-sur-Seine Point d'Accès au Droit

Maison des Vitry'Haut  
15, rue Lebrun  
94400 Vitry-sur-Seine  
**01 45 73 97 27**  
**0 805 100 330**

#### Point d'Accès au Droit

Relais Mairie de la gare  
28 avenue  
Paul Vaillant Couturier  
94400 Vitry-sur-Seine  
**01 43 91 15 00**  
**0 805 100 330**

#### Nogent-sur-Marne Maison des Associations et de la Citoyenneté

2 rue Jean Monnet  
94130 Nogent-sur-Marne  
**01 43 24 63 21**

Tous les Point-Justice reçoivent les usagers uniquement sur rendez-vous.

## Accompagnement juridique

### Droit Pluriel

Aide à l'accès au droit des personnes en situation de handicap. Des juristes et avocats étudient la situation et vous répondent gratuitement par mail, téléphone ou en visioconférence en langue française des signes (LSF).

#### Droit Pluriel

**09 80 80 01 49**  
messagerie LSF

[agir@droitpluriel.fr](mailto:agir@droitpluriel.fr)

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

### France Tutelle

France Tutelle accompagne les aidants-tuteurs familiaux tout au long de la mesure de protection judiciaire en les informant, en **les conseillant** et en mettant à leur disposition **toutes les ressources nécessaires** pour mener à bien leur mission. France Tutelle aide également **les familles qui s'interrogent** ou souhaitent mettre en place des dispositifs juridiques permettant d'anticiper leur propre vulnérabilité ou celle d'un proche afin d'organiser une protection juridique sur mesure.

#### France Tutelle

**09 83 59 78 03**  
Hotline téléphonique gratuite.

Prise de RDV sur  
[www.francetutelle.org](http://www.francetutelle.org)

### APOGEI 94 Tutelle du Val-de-Marne (ATVM)

Service d'information des tuteurs familiaux d'APOGEI 94 (Association Parentale d'Organisation et de Gestion d'Etablissements pour personnes handicapées mentales d'Apogei).

#### APOGEI 94

48 bis boulevard Rabelais  
94100 Saint-Maur-des-Fossés

**01 82 39 00 61**

**01 48 89 51 00**

[atvmconseil@apogei94.net](mailto:atvmconseil@apogei94.net)

### CIDFF Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles

Les CIDFF exercent une mission d'intérêt général confiée par l'État dans le but de favoriser l'autonomie professionnelle, sociale et personnelle des femmes ainsi que de promouvoir l'égalité entre les femmes et les hommes.

#### CIDFF

12 avenue  
François Mitterrand  
94000 Créteil

**01 72 16 56 50**

[cidff94@gmail.com](mailto:cidff94@gmail.com)

[www.cidff94.fr](http://www.cidff94.fr)

### UDAF 94 Union Départementale des Associations Familiales

Protection juridique des majeurs, information aux tuteurs familiaux.

Une permanence téléphonique est assurée tous les mardis matins, de 9h à 12h, pour l'aide aux tuteurs familiaux au **01 45 10 17 30**.

Les contacts peuvent donner lieu à des prises de rendez-vous.

#### UDAF 94

4A boulevard de la gare  
94475 Boissy-Saint-Léger  
Cédex

**01 45 10 17 30**

[atf@udaf94.fr](mailto:atf@udaf94.fr)

### PUPIL

Application qui permet d'accompagner au quotidien les aidants pour alléger les tâches de tuteur, curateur ou habilité.

#### PUPIL

[pupil-app.fr](http://pupil-app.fr)

# centraider.fr

Recense pour vous **les structures, les professionnels, les bénévoles** près de chez vous et vous informe sur **les aides et les droits** qui vous sont destinés.



centraider.fr