

SENIORS A VILLENOUVELLE

Informations pratiques

**Centre Communal d'Action Sociale
Mairie de Villenouvelle**



**SENIORS,
BIEN DANS SA VILLE,
BIEN DANS SA VIE,**

C'est parce que Villenouvelle accorde une attention toute particulière à vos attentes et à votre bien-être, que le CCAS de votre commune a créé ce guide pratique et concret à glisser dans vos sacs.

Au fil des pages, nous vous invitons à découvrir à travers ces 8 rubriques l'ensemble des premières informations relatives à votre vie quotidienne.

Vos élus et le CCAS de Villenouvelle se tiennent à votre disposition pour vous apporter le soutien nécessaire dans votre quotidien.

Nicolas FEDOU
Le Maire

SOMMAIRE

	<i>Se déplacer</i>	4
	<i>Se distraire à Villenouvelle...</i>	6
	<i>...ou Ailleurs</i>	7
	<i>Se cultiver</i>	8
	<i>Partager son temps</i>	9
	<i>S'informer sur ses droits</i>	10
	<i>Vivre chez soi</i>	11
	<i>Prendre soin de soi</i>	14
	<i>Adresses utiles</i>	15
	<i>Numéros utiles</i>	16



Se déplacer

Dès 65 ans, voyagez moins cher sur les réseaux de transports collectifs de la Haute-Garonne

Transports collectifs

Vous pouvez bénéficier de tarifs préférentiels pour vous déplacer sur l'ensemble des réseaux de transports collectifs de la Haute-Garonne (train, car, lignes régionales) et voyager gratuitement en correspondance sur le réseau de Tisséo-SMTC métro-bus-tramway de l'agglomération toulousaine.

- Réduction et gratuité sur le réseau Arc-En-Ciel, le réseau routier de cars régionaux et les trains régionaux SNCF
 - **35 % de réduction** sont attribués sur l'achat d'un ticket à l'unité, sauf sur le réseau Arc-en-Ciel (ticket à 2€).
 - Bons gratuits dans la limite de 12 voyages AR par an

Pour en bénéficier il vous faut commander, pour 2,50€, une **carte de circulation** valable 1 an. Présentez vous en mairie avec une photo et une pièce d'identité.

- Vous bénéficiez de la gratuité des transports sur le réseau métro, tram et bus Tisséo (hors Navette aéroport).

Ce titre de transport vous permet d'effectuer, pendant 12 mois consécutifs, un nombre illimité de déplacements pour 18€ (8 € de frais de fabrication + 10 € de contribution annuelle)

Conditions d'accès :

Pour obtenir votre carte de transport :

- retirez le formulaire de demande à la Mairie de votre commune ou imprimez-le sur <http://mairie-villenouvelle31.fr/vie-sociale-solidarite/>

- joignez y :

une photographie d'identité récente (35 x 45 mm, visage dégagé, sans lunettes)

une pièce d'identité

1 justificatif de domicile (facture datant de moins de 3 mois)

- déposez le dossier à la mairie accompagné d'un chèque de 18 € établi à l'ordre de l'Agent Comptable Tisséo.

Vous recevrez par la Poste votre Carte Pastel.

Mobibus

Pour un déplacement personnalisé et un service à la demande, Tisséo dispose d'un mini-bus spécialement aménagé pour les personnes à mobilité réduite et pour les plus de 60 ans bénéficiant de l'APA (allocation personnalisée d'autonomie).

Commune la plus proche desservie : Baziège

Tarifs et prise de rendez-vous : 09 69 39 31 31

www.tisseomobibus.com

Les navettes du centre-ville de Toulouse

Service de navettes gratuites.

Fréquence de 10 à 15 minutes, elles sillonnent le centre-ville selon un itinéraire préétabli du lundi au samedi de 9h à 19h (sauf jours fériés).

Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site **www.tisseo.fr**

Autour du voyage en train

La SNCF propose différents services pour faciliter les voyages des personnes de plus de 60 ans :

Service d'accompagnement

Prise en charge de bagages

Se renseigner au 36 35

Marché de Villefranche-de-Lauragais

La communauté de communes organise et gère un service de transport collectif à la demande au profit des particuliers. Il s'agit d'un service de transport à la demande assuré par le prestataire TESTE, qui amène les administrés de leur domicile au marché de Villefranche le vendredi matin.

Le tarif est de **2 € l'aller-retour quel que soit le lieu de montée.**

Tout administré intéressé par ce service est invité à prendre contact avec le transporteur **TESTE** au **05 34 666 222** au plus tard la veille entre **9h/12h et 14h/18h.**



Se distraire à Villenouvelle...

Les cheveux d'argent

Club du 3ème âge, Villenouvelle - Mauremont
Joseph PINEL : 06.71.64.98.12 ou 05.61.27.02.83

Médiathèque de Villenouvelle

Horaires d'ouverture :

- Mardi et Jeudi : 17h00 - 19h00
- Mercredi : 16h00 - 18h30
- Samedi : 10h00 - 12h30

Cotisation annuelle : Adultes, 5€ par an et par personne

Service de portage de livres, CD, DVD à domicile

Renseignements au 05.34.66.99.67

Associations de Villenouvelle

Listing et coordonnées disponibles sur :

- « **Le Petit Villenouvellois** »
- **Site internet : mairie-villenouvelle31.fr**
- **Agenda de Villenouvelle**

La bibliothèque sonore

Prêts de livres et de revues sonores

Service gratuit, livraison à domicile, accessible sur production d'un certificat médical précisant l'incapacité de lire.

Association reconnue d'utilité publique, la bibliothèque sonore permet aux personnes souffrant d'un handicap les empêchant de lire de continuer à profiter de la littérature.

Bibliothèque sonore de Toulouse

5, rue Marc Arcis

31200 Toulouse

05 61 47 34 94

bs.advbs.fr



...*Ou Ailleurs*

SORTIR DANS LE LAURAGAIS

Cinéma Ciné Bor

Villefranche de Lauragais

Programme disponible au 05 34 66 14 33 et sur allocine.fr

Théâtre CUI CUI

4 rue d'Alger, 31290 Villefranche de Lauragais

Renseignements et réservation au 06 10 13 07 67

Théâtre du Moulin de Flottes

31460 Auriac sur Vendinelle

theatredumoulindeflottes.com

Site internet*

lesfetesdulauragais.fr

SORTIR A TOULOUSE

Gratuité des musées

Les musées toulousains sont gratuits (hors expositions temporaires) le 1^{er} dimanche de chaque mois, dans le cadre de la journée sans voiture (un dimanche de septembre) et pour les journées du patrimoine en septembre.

La carte So Toulouse

Carte gratuite, proposée par l'office du tourisme de Toulouse, elle permet d'accéder à des tarifs préférentiels aux différents sites culturels de la ville et à des visites guidées variées.

Renseignement auprès de l'office du tourisme : 0 892 18 01 80

Donjon du Capitole, Square Charles de Gaulle, Toulouse

Site internet*

toulouseweb.com

toulouscope.fr

*liste non exhaustive



Se cultiver

Université du 3e Age

Son objectif est d'améliorer les conditions de vie des personnes âgées par la formation permanente et par la recherche, au sein d'une université, en utilisant ses ressources intellectuelles, humaines et administratives.

Les activités débutent fin septembre et se terminent mi-juin.

Programme : conférences-débat, groupes de lecture/discussion, ateliers de conversation anglais/espagnol, etc.

Université Toulouse 1 Capitole

Bureau AR201

2, rue du Doyen Gabriel Marty - 31042 Toulouse Cedex 9

05 61 63 36 37

ut-capitole.fr

Université du Temps Libre

Ouverte à tous les publics sans distinction, elle répond aux désirs de tous ceux qui, animés d'une même curiosité, souhaitent s'initier à des disciplines, découvrir des thèmes, s'informer sur des questions d'actualité, acquérir des contenus.

Elle prend la forme de conférences dispensées par des enseignants-chercheurs de l'Université Toulouse 2 Jean-Jaurès, dans les domaines de l'histoire, des arts, du cinéma, de la philosophie, de la psychologie, etc.

Université du Temps Libre

56, rue du Taur - 31000 Toulouse

05 61 50 24 02

univ-tlse2.fr



Devenez [bénévole à Villenouvelle](#) pour la bibliothèque, les associations, les temps d'activités périscolaires....

Renseignements auprès de la mairie

[Centre Toulousain du Bénévolat](#)

Cette association promeut le bénévolat au profit d'associations à orientation sociale dans le domaine caritatif, civique, culturel, sportif ou de détente. Le centre accueille les candidats bénévoles et les informe pour leur permettre de s'orienter selon leurs souhaits, leurs compétences et disponibilités vers les associations adhérentes.

Du lundi au vendredi de 14h30 à 17h30

95, grande rue Saint-Michel

31400 Toulouse

05 61 25 94 90

benevolat31.jimbo.com



S'informer sur ses droits sociaux

Vous avez besoin d'une aide à domicile, vous rencontrez des difficultés financières, vous devez aménager votre logement en vue de le rendre accessible, vous souhaitez bénéficier de la téléassistance, vous souhaitez vous renseigner pour un proche ; des professionnels peuvent vous aider :

Maison des solidarités du Conseil départemental

75 avenue de la Fontasse
31290 Villefranche de Lauragais
Tel : 05 62 71 94 40

Du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h,
Accueil, information, orientation, conseil et accompagnement par une équipe pluridisciplinaire (travailleurs socio et médico sociaux)

CPAM

Place Jean Moulin
31290 Villefranche de Lauragais
Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 17h
3646
ameli.fr

MSA Midi-Pyrénées Sud

Sécurité sociale agricole
61 allée de Brienne
31064 TOULOUSE Cedex 9
05 61 10 40 40
msa-mps.fr

CARSAT Midi-Pyrénées

Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail
2 rue George Vivent
31065 Toulouse cedex 9
3960
carsat-mp.fr

RSI MIDI-PYRENEES

Sécurité sociale et retraite des professionnels indépendants
11 rue de la Tuilerie
BP 13801
31138 Balma cedex
36 48
rsi.fr



Vivre chez soi

Parce que vivre à domicile est le souhait du plus grand nombre, des services interviennent pour prévenir et pallier la perte d'autonomie.

❖ L'AIDE À DOMICILE

Les organismes (entreprises ou associations de services à la personne) fonctionnent en mode prestataire ou mandataire.

Le service à domicile intervenant en mode prestataire

Les organismes prestataires emploient directement des salariés.

Ces derniers interviennent au domicile des particuliers.

L'organisme prestataire adresse une facture mensuelle des heures effectuées par l'aide à domicile.

A savoir : le particulier n'est pas l'employeur de l'aide à domicile et n'a donc aucune formalité à sa charge.

Le service à domicile intervenant en mode mandataire

Les organismes mandataires se chargent de recruter un employé pour le compte d'un particulier (contrat de travail, relations avec l'URSSAF...). Le particulier s'acquitte des frais d'intervention de l'aide à domicile et des frais de gestion.

A savoir : le particulier peut ainsi garder la liberté de choix de son personnel et la faculté d'organiser les horaires et interventions en fonction de ses besoins.

Attention! En contre partie, il « assure les responsabilités légales liées au statut d'employeur » (ex : gestion des conflits, procédure de licenciement...).

L'emploi direct

La personne emploie en direct un salarié sans recourir à un organisme d'aide à domicile. Elle est ainsi particulier employeur. La personne recrute elle-même l'intervenant de son choix. Toutes les responsabilités et démarches administratives lui incombent.

Particulier emploi Midi-Pyrénées

Service de proximité de la FEPEM (Fédération des Particuliers Employeurs de France) qui apporte des informations concrètes, conseille et accompagne dans les démarches d'emploi d'un salarié au domicile de l'employeur.

12 allée François Verdier

31000 Toulouse

Tél : 0825 07 64 64 (0,15 € TTC)

midi-pyrenees@fepem.fr ou **particulieremploi.fr**

❖ LES PROFESSIONNELS DE L'INTERVENTION À DOMICILE*

AMFPAD (Aide Aux Mères Aux Familles et Aux Personnes à Domicile)

Entretien de la maison, courses, aide à la personne, toilettes...

Conventionnement : CRAM, CNRACL, RSI, CAF, DDASS

134 r République

31290 VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS

05 34 45 06 33

amfpad.fr

PASTEL SERVICES

Ménage - Repassage - Aide à domicile et à la personne (toilettes....), garde d'enfants
CESU acceptés - Crédit d'impôt selon la loi de finance en vigueur - Agrément qualité.

Intervention 15 kms autour de Villefranche de Lauragais

7 Rue Emile Zola

31290 Villefranche-de-Lauragais

05 61 54 64 87

LAURAG' AIDE

Service prestataire, mise à disposition de salariés : aide ménagère, auxiliaire de vie....

49 rue Déodat de Séverac

31540 SAINT FELIX LAURAGAIS

05 62 57 07 19 ou 06 48 76 15 73

lauragaide.e-monsite.com

O2 LAURAGAIS

Ménage, repassage, bricolage, jardinage, garde d'enfants

7 Place Gambetta

31290 Villefranche-de-Lauragais

02 43 72 02 02 (numéro national)

lauragais.agence.o2.fr

*Liste non exhaustive

❖ [ASSOCIATION INTERMÉDIAIRE*](#)

[AILES \(Association d'Insertion Locale par l'Emploi de Services\)](#)

Accompagnement socio-professionnel de demandeurs d'emploi. Mise à disposition de personnels pour toutes tâches (service à domicile, travail en entreprise, en association...).

Place Ancienne Sous Préfecture

31290 VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS

05 61 27 07 31 ou 09 66 87 07 31

ailes-association@wanadoo.fr

*Liste non exhaustive

❖ [AUTRES SERVICES À DOMICILE](#)

[Portage de repas](#)

La mairie assure la gestion du service de portage de repas à domicile pour les personnes de plus de 60 ans et dans certains cas des personnes malades ou handicapées.

Tarif du repas : 7,24€

Menus : <http://recape.fr/restaurateur-pour-collectivites/menus/27-personnes-agees.html>

Renseignements et inscriptions auprès du secrétariat de mairie.

[Portage de livres](#)

Service offert par la médiathèque de Villenouvelle.

Renseignements au 05.34.66.99.67



Prendre soin de soi

Votre médecin traitant reste votre interlocuteur privilégié.

Le bilan de santé gratuit

Vous souhaitez faire le point sur votre santé

Le centre d'examens de santé de la CPAM vous permet de bénéficier gratuitement d'un examen médical préventif.

Pour qui?

Tous les cinq ans, le bilan de santé est possible et gratuit pour tous les assurés sociaux et leurs ayants droit (à partir de 8 ans) affiliés à la CPAM.

Inscrivez-vous :

Centre d'examens de santé - Espace Santé

05 61 14 75 75

12, place Saint-Étienne - 31093 Toulouse Cedex 9

Du lundi au vendredi à partir de 8h

Pour tout complément d'informations :

toulouse.ameli.fr

Dispositifs canicule et grand froid

Pour lutter contre l'isolement des personnes âgées fragiles et/ou handicapées, une veille sanitaire est mise en place du 1er juin au 31 août, par l'Institut national de veille sanitaire dans le cadre du plan canicule. Au titre de ces mesures, le CCAS recense les personnes fragiles résidant à domicile.

Les seniors recensés bénéficient également du dispositif Grand Froid en période de températures extrêmement basses.

Faites-vous recenser en mairie



Adresses utiles

France ALZHEIMER 31

Ecoute, Information et aide à l'orientation

Permanence et accueil :

Les lundis et mardis de 14h à 17h

Les jeudis de 9h à 12h

5 rue du Chairedon – Place Olivier

31 300 Toulouse

05 61 21 33 39

Secrétariat administratif du lundi au vendredi de 9h à 12h30 : **09 60 01 58 21**

francealzheimer31.org

France PARKINSON 31

Soutien et information des malades et de leur entourage

Information du public et des pouvoirs publics

Maison des associations

3 place Guy Hersant, Boîte aux lettres n° 177

31400 Toulouse

Déléguée départementale : C. Belmudes **06 51 67 33 51**

corinne.belmudes@gmail.com

Alma 31

L'association en réseau Alma France permet de briser le silence qui entoure la violence envers les personnes âgées : des bénévoles formés réceptionnent les appels et proposent des réponses adaptées, en liaison avec les services médico-sociaux voire les services de police et de justice.

Permanence d'écoute téléphonique tous les mercredis de 9h à 12h

05 61 21 41 69

2 rue Malbec

31000 Toulouse

3977

alma31.fr



Numéros utiles

Mairie : 05.61.81.64.88

Médecins de garde 39 66

Uniquement le soir à partir de 20h et le week-end

Samu : 15

Police/Gendarmerie : 17

Pompiers : 18

Les petits frères des pauvres : 06 70 05 76 61

Association reconnue d'utilité publique.

Lutte contre l'exclusion et l'isolement de la personne âgée.

Site web : petitsfreresdespauvres.fr

<http://mairie-villenouvelle31.fr/vie-sociale-solidarite/>

