



**GUIDE**  
DU BEL ÂGE



DÉPARTEMENT  
**BOUCHES**  
**DU RHÔNE**





# Sommaire

Aide à domicile - Hébergement .....	p. 4
Solidarité .....	p. 6
Santé .....	p. 9
Loisirs - Culture .....	p. 11

# ÉDITO

## BIEN VIEILLIR EN PROVENCE

Contribuer au “bien vieillir”, c’est toute l’ambition du Département, qui s’applique à favoriser des conditions de vie agréables pour les personnes du Bel Âge et leurs familles, sur l’ensemble du territoire des Bouches-du-Rhône.

Le schéma départemental 2017-2022, dédié au Bel Âge, traduit cette volonté. Privilégiant une approche globale et transversale, il coordonne l’ensemble des dispositifs et projets déployés par le Département pour préserver l’autonomie des seniors et leur garantir un accompagnement de qualité dans l’organisation de leur quotidien comme de leur parcours de vie.

Prestations, ressources, services adaptés aux besoins pluriels des personnes qui avancent en âge et de leur entourage, tout est mis en œuvre pour permettre à chacun de pouvoir vivre sa vieillesse comme il le souhaite, selon ses choix et son état de santé.

Et pour faciliter l’accès aux droits et à la prise de décisions, le Département a souhaité créer de nouveaux relais de proximité avec les Maisons du Bel âge, ouvertes sur l’information, les réseaux sociaux, les activités stimulantes, le soutien aux démarches administratives. Progressivement implantés sur le territoire, ces espaces sont un nouveau trait d’union, entre le Département et les personnes du Bel Âge, soutenant la prévention de l’isolement.

Ce guide pratique récapitule les informations utiles à un accompagnement sur mesure. Il soutient le choix prioritaire du domicile sans négliger d’autres formes d’hébergement, temporaire ou plus durable, en accueil familial ou dans des établissements.

Puisse ce guide vous apporter satisfaction, réconfort et sérénité !

**Martine VASSAL**

Présidente du Conseil départemental  
des Bouches-du-Rhône



## Aide à domicile - Hébergement

### Les prestations et interventions à domicile

Vous recherchez des solutions pour continuer à vivre chez vous. Vous pouvez bénéficier d'une ou de plusieurs prestations à domicile :

- Aide ménagère
- Repas livrés à domicile ou en foyers-restaurants
- Amélioration de l'habitat
- Réalisation de petits travaux
- Téléassistance

Plus de renseignements auprès du Pôle info seniors ou du CCAS (Centre communal d'action sociale).

### Les structures d'accueil

Vous souhaitez être hébergé dans un établissement spécialisé.

Si vous devez quitter votre domicile, vous pouvez être logé, suivant votre état de santé, au sein d'une résidence-autonomie, d'un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes, en établissements de soins longue durée ou en accueil de jour.

Afin de vous aider dans vos démarches, le Département met à votre disposition un annuaire des établissements situés dans les Bouches-du-Rhône. Pour le recevoir téléphonez au 04 13 31 27 13 ou 04 13 31 27 43 ou consultez le site du Département : [www.departement13.fr](http://www.departement13.fr)

### **Accueil familial pour personnes âgées**

Si vous souhaitez être hébergé au sein d'une famille agréée, partager son quotidien, dans un cadre de loi réglementé, le service Accueil Familial des Personnes Âgées du Département peut répondre à votre demande. Des conditions d'accueil sont garanties pour la personne accueillie : la protection de la santé, la sécurité et le bien-être physique et moral contre une rémunération journalière comprenant des indemnités de frais d'entretien et de mise à disposition de(s) pièce(s) réservée(s) à la personne accueillie.

Plus de renseignements au 04 13 31 90 62 ou 04 13 31 27 23/24

### **Les Maisons du Bel Âge**

Le Département crée les Maisons du Bel Âge. Il s'agit d'un modèle innovant qui doit permettre de développer une politique de proximité de façon concrète sur l'ensemble du territoire en proposant un éventail de services et actions pour répondre aux besoins et aux aspirations des personnes du bel âge (60 ans et plus) tout en assurant un suivi de qualité de l'aide apportée.

Les Maisons du Bel Âge répondent à un double objectif : le maintien de l'autonomie et la lutte contre l'isolement des personnes du bel âge.

Les Maisons du Bel Âge sont un guichet unique d'accueil pour les seniors, un lieu ouvert, d'échanges, offrant un service de proximité :

- Missions d'information et d'orientation des seniors et des aidants familiaux
- Aide aux démarches administratives
- Animations seniors, lutte contre l'isolement, prévention de la perte d'autonomie.

### **Les Pôles infos seniors**



Le Département, chef de file de la politique en faveur des personnes du Bel Âge, pilote le dispositif des Pôles infos seniors, anciennement Centres locaux d'information et de coordination (CLIC).

Les Pôles infos seniors sont des lieux de proximité destinés aux personnes de plus de 60 ans, à leur entourage et aux professionnels. Ils vous informent sur les différents aspects de la vie quotidienne (maintien à domicile, accès aux droits, accueil en structure, loisirs, etc.).

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

vous renseigne sur les aides, les démarches et les interlocuteurs à contacter :

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





## Solidarité

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

L'APA a pour objectif d'améliorer la prise en charge des personnes âgées en perte d'autonomie.

#### **Qui peut en bénéficier ?**

Les personnes de plus de 60 ans en perte d'autonomie, vivant à domicile ou dans un établissement pour personnes âgées.

#### **À quoi sert l'APA ?**

À domicile ou en famille d'accueil, l'APA sert à compenser la perte d'autonomie dans le cadre d'un plan d'aide personnalisé et à prendre en charge, totalement ou en partie, les aides de toutes natures nécessaires pour accomplir les actes de la vie quotidienne.

**En établissement**, l'APA sert à prendre en charge une partie des dépenses liées à la dépendance en fonction des tarifs de l'établissement.

#### **Quelle est la procédure ?**

Appelez les services du Département ou le Centre communal d'action sociale de votre commune, qui vous adresseront un dossier. Renvoyez le dossier complété à l'adresse suivante :

Département des Bouches-du-Rhône

Direction des Personnes Handicapées et des Personnes du Bel Âge

Service APA - 4, quai d'Arenc - CS 70095 - 13304 Marseille Cedex 02

### Quels sont les critères d'attribution ?

Avoir 60 ans et plus. Être en perte d'autonomie (GIR 1 à 4).

### Comment est calculée l'APA ?

En fonction du degré d'autonomie et des ressources, un plan d'aide est élaboré par une équipe médico-sociale en collaboration avec le bénéficiaire et son entourage.

**Numéro unique Info APA 13 : 0 811 88 13 13**



## Quiétude 13

La téléassistance à domicile pour les plus de 60 ans  
ou les personnes en situation de handicap 24h/24 et 7 jours/7

Quiétude 13 est un central de téléphonie qui assure la réception de vos appels 24h/24, 7 jours/7 à l'aide d'un appareil très simple d'utilisation raccordé sur votre installation téléphonique sans travaux particuliers.

La numérotation automatique du central de réception se fait par une simple pression sur un bouton. Un dialogue immédiat se met en place par interphonie avec l'opérateur, sans décrocher le téléphone même à distance de l'appareil, qui, en cas de nécessité, prévient la famille ou les secours selon l'urgence de la situation.

Vous souhaitez souscrire un abonnement, contactez le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre commune ou le Service Quiétude 13 : au 04 13 31 98 74/75

## Les axes du Schéma départemental

Les grandes orientations retenues pour les années 2017-2022 sont :

- Mieux informer et faciliter l'accès aux dispositifs
- Soutenir les professionnels et les aidants et renforcer le lien social
- Améliorer et organiser l'offre de service et les dispositifs existants
- Maîtriser les actions menées.







## Santé

### **Prévention santé**

Des campagnes gratuites de dépistage des cancers du sein et du colon sont co-financées par le Département des Bouches-du-Rhône.

### **Dépistage du cancer du sein**

Un programme pour toutes les femmes de 50 à 74 ans.

Vous résidez dans les Bouches-du-Rhône. Vous recevez une invitation à réaliser une radiographie des seins (mammographie). L'examen chez le radiologue est pris en charge à 100 %, sans avance, par votre caisse d'Assurance Maladie. Une deuxième lecture des radiographies est effectuée par un médecin radiologue spécialisé, au siège de l'association Arcades. Le résultat définitif vous sera donné dans un délai d'environ 2 semaines et les films vous seront rendus. Ce dépistage est gratuit, n'hésitez plus !

ARCADES : 04 91 48 46 47

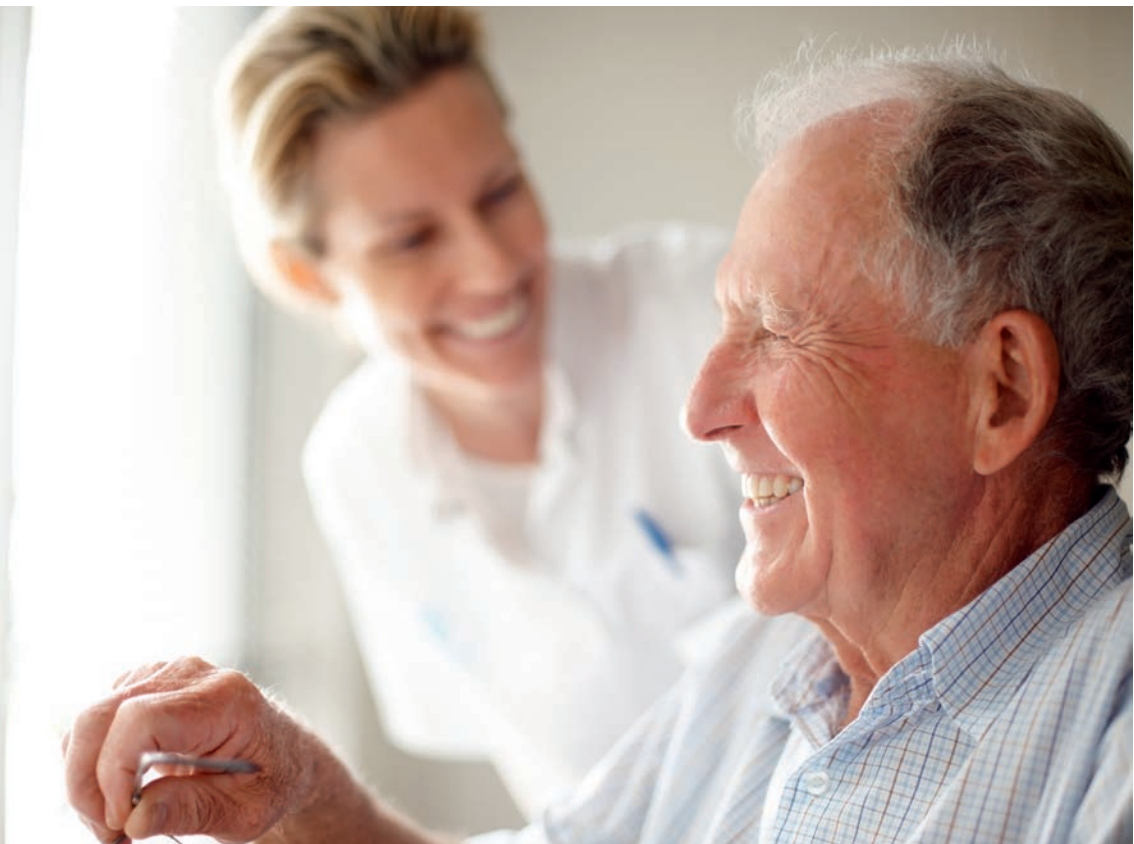
## Dépistage du cancer du colon

Pour les hommes et les femmes de 50 à 74 ans

Vous résidez dans les Bouches-du-Rhône, vous recevez une invitation à consulter votre médecin généraliste. Au cours de la consultation, votre médecin vous remet un test Hémocult II® à réaliser chez vous.

Vous envoyez le test à l'association Arcades qui le lira. La notification du test Hémocult vous est envoyée ainsi qu'à votre médecin.

ARCADES : 04 91 53 65 55





## Loisirs - Culture

### Entraide Solidarité 13 (ES 13)



L'Entraide solidarité (ES13) est un réseau composé de 289 clubs d'activités pour les personnes du Bel Âge. De multiples animations sont organisées tout au long de l'année : repas, goûters, lotos, lecture, danses de salon, gymnastique, musique et chant, sorties sportives et culturelles, etc., encadrées par 2 503 bénévoles.

Pour connaître les adresses des clubs et l'ensemble des activités proposées :

ES 13

148, rue Paradis -13006 Marseille

Tél. : 04 91 04 78 00

## **Espaces seniors**

Au nombre de 11, ces espaces ont pour vocation d'accueillir des associations du 3<sup>e</sup> âge pour leurs activités propres, mais aussi des seniors à titre individuel. Gestionnaire des espaces seniors, l'association Entraide Solidarité 13 y propose à leur intention de nombreuses animations de loisirs et de culture parmi lesquelles : informatique, gymnastique, théâtre, arts plastiques, anglais, italien, etc.

## **Colis**

Chaque année, la collectivité offre par le biais des associations seniors près de **74 000 colis de fin d'année**, aux retraités répondant aux critères fixés par le règlement départemental d'aide sociale.

## **Les Espaces seniors du département**

### **La Timone**

58, av. de la Timone  
13010 Marseille - 04 13 31 03 84

### **Le Florian**

197, bd de Pont-de-Vivaux  
13010 Marseille - 04 13 31 04 64

### **Les Olives**

259, av. des Olives  
13013 Marseille - 04 13 31 04 00

### **Le Saint-Joseph**

25, bd Dorgeles  
13014 Marseille - 04 13 31 03 81

### **Jean Martin**

10, rue Jean Martin  
13005 Marseille - 04 13 31 04 02

### **Pierre d'Hozier**

8, rue Pierre d'Hozier  
13002 Marseille - 04 13 31 03 90  
Espace seniors Florian



### **Marx Dormoy**

33, rue Marx Dormoy  
13004 Marseille - 04 13 31 03 96

### **Le Verduron**

15, allée des Vignes  
13015 Marseille - 04 13 31 04 93

### **La Valbarelle**

170, av. de la Valbarelle  
13011 Marseille - 04 13 31 05 91

### **«Les Cigales»**

247, chemin des Cigales  
13330 Pélissanne - 04 13 31 05 95

### **«La Tour Maguit»**

Chemin du grand puits  
13170 Les Pennes Mirabeau - 04 42 74 31 50

Renseignements : 04 13 31 16 22



Espace seniors Les Cigales



## Parcs départementaux

De la Camargue aux Calanques, en passant par les Alpilles et Sainte-Victoire, les Bouches-du-Rhône disposent d'une exceptionnelle richesse en matière de sites naturels. Conscient de leur valeur comme de leur fragilité, le Département s'attache chaque jour à les préserver. Ce sont aujourd'hui plus de 16 500 hectares d'espaces naturels sensibles que le Département protège et valorise.

Certains domaines départementaux sont traversés par le GR2013. La collectivité organise des visites de ses parcs départementaux comme Pichauris, Saint-Pons, Sainte-Victoire etc.

Le guide des domaines départementaux est téléchargeable sur : [departement13.fr](http://departement13.fr)



Le Département s'est engagé dans une démarche de certification de la qualité de l'accueil pour offrir à chaque usager :

- un accès plus facile à nos services,
- un accueil attentif, courtois et efficace,
- un accueil confidentiel, informatif et adapté,
- une écoute permanente des suggestions d'amélioration.



Le certificat AFAQ AFNOR a été obtenu pour la qualité de l'accueil téléphonique et de l'accueil sur site du public dans 63 sites du Département des Bouches-du-Rhône.

Les horaires et coordonnées mentionnés dans ce guide sont valables à la date de publication, mais sont susceptibles de modification par la suite. Nous vous invitons à en vérifier l'exactitude par un appel préalable auprès des services concernés, ou bien sur le site Internet.

---

Crédits photos :

Phovoir, Shutterstock, Marc Michalczak, Jean-Paul Herbecq, Christian Rombi, Serge Ben Lisa

Septembre 2017 - Ne pas jeter sur la voie publique

