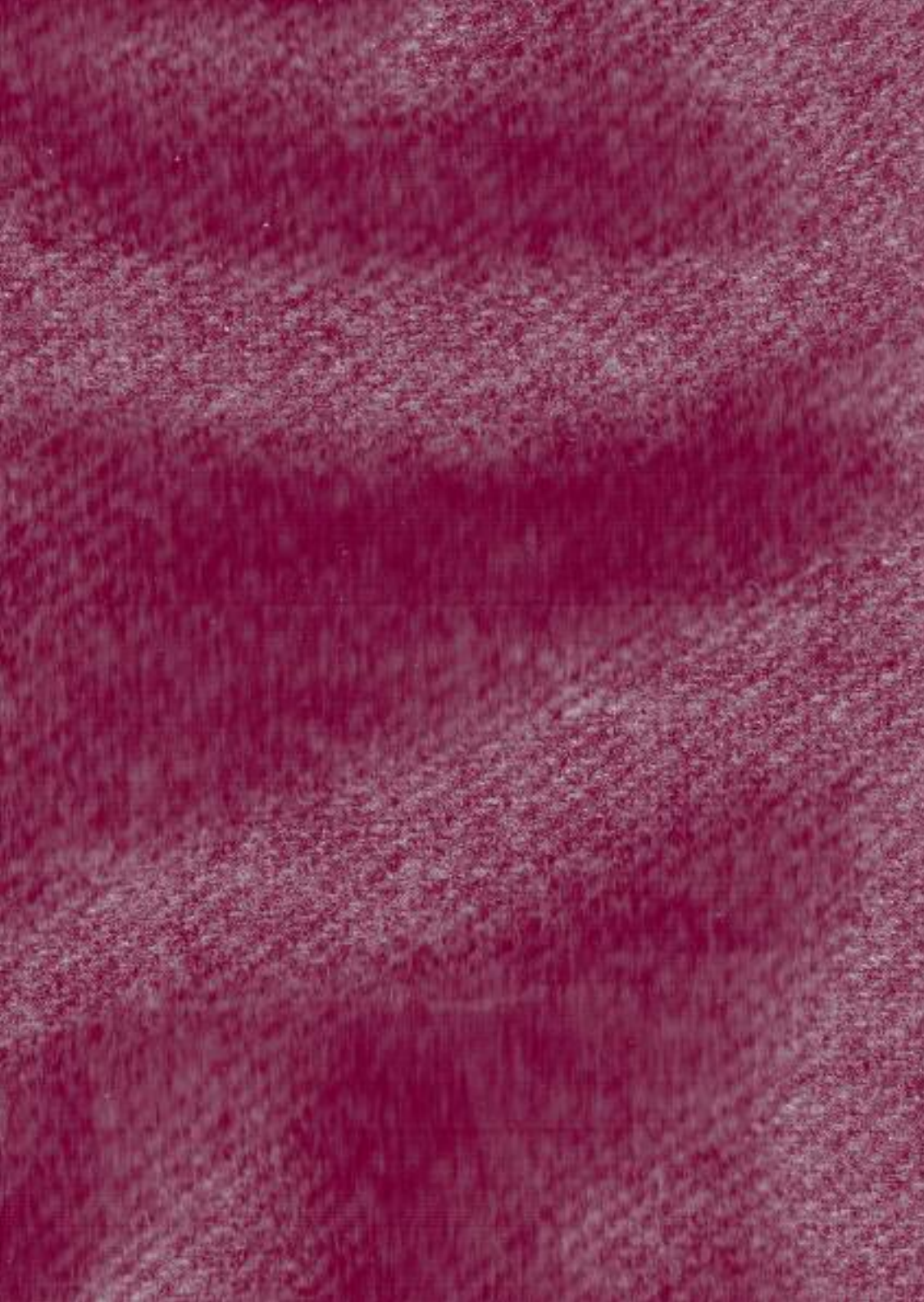


LES ESSENTIELS DE MONTROUGE  
LES ESSENTIELS DE MONTROUGE

# Aux côtés des Seniors





L'entrée dans la catégorie des seniors est significative d'un statut aux facettes très variées. Certains prennent leur retraite à l'issue d'une longue vie professionnelle, d'autres poursuivent une activité ; certains vont pouvoir vraiment s'occuper d'eux, d'autres disposent enfin de temps à consacrer à leur famille ; certains ont la chance d'être en pleine forme, d'autres sont en moins bonne santé. Autant de préoccupations et d'attentes différentes qui trouveront des réponses dans cette nouvelle édition de "Aux côtés des Seniors".

Ce guide a pour vocation d'apporter toutes les informations utiles au plus grand nombre d'entre vous : loisirs, santé, services à domicile, hébergement, aides financières... Tout au long de l'année, d'autres supports viennent compléter ce guide et vous permettent de suivre l'actualité qui vous concerne : le magazine *Séniors A Montrouge - SAM* - est adressé plusieurs fois par an, le site Internet de la ville [92120.fr](http://92120.fr) mais aussi le journal d'informations municipales *Montrouge Magazine*, distribué dans vos boîtes à lettres.

Nous espérons répondre ainsi à vos préoccupations et vous souhaitons bonne lecture.

**Jean-Loup METTON**  
*Maire de Montrouge*  
*Conseiller général*  
*des Hauts-de-Seine*  
*Président de la*  
*Communauté de*  
*Communes de*  
*Châtillon-Montrouge*  
*Président du Centre*  
*d'Action Sociale*

**Daniel FLAMME**  
*Maire Adjoint*  
*Délégué aux Affaires*  
*Sociales, aux Anciens*  
*Combattants et*  
*Associations*  
*Patriotiques*  
*Vice Président du Centre*  
*d'Action Sociale*

La ville de Montrouge et les Seniors	p. 4
Des hommes et des femmes aux côtés des Seniors	p. 8
Être bien chez soi ou dans une maison de retraite	p. 10
Faciliter la vie de tous les jours	p. 27
Préparer l'après	p. 35
Les soutiens financiers et exonérations	p. 37
Des petits aux grands plaisirs	p. 40
Les dispositifs spécifiques aux personnes invalides, handicapées ou aux anciens combattants	p. 48
Contacts utiles	p. 53

# V<sup>la</sup>ille de Montrouge

---

## et les Seniors

### **Une vraie politique locale personnalisée**

Soucieuse de la qualité de vie des personnes âgées présentes sur son territoire, la Ville de Montrouge met tout en œuvre pour donner du bien-être à ces personnes. Les assister et les maintenir à leur domicile ou faire que leur vie soit agréable en maison de retraite sont les principaux objectifs que s'est donnée la Ville.

Ces aides sont adaptées aux besoins de tous, à leur santé et à toutes les situations.

Pour cela, elles couvrent un large panel de prestations allant de la plus anodine comme une aide pratique au domicile, à la plus importante en ce qui concerne les personnes dépendantes et handicapées.

Plusieurs services municipaux travaillent en parfaite coordination pour assurer différentes prestations qui sont proposées aux Seniors.

### **Le Centre Municipal de Santé**

Il fait partie intégrante de la Mairie de Montrouge. Il propose à tous les habitants de la commune de nombreuses consultations médicales et paramédicales telles que la rhumatologie, la kinésithérapie, la phlébologie, la nutrition et l'échographie.





Il met également à la disposition de tous les Montrougiens un service dentaire et stomatologie, des soins infirmiers, un laboratoire d'analyses médicales en partenariat avec un autre centre de santé.

Il est ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 18h.

### **Le Service de Soins Infirmiers à Domicile**

Entièrement financé par la Sécurité Sociale, ce service assure sur prescription médicale des prestations de soins infirmiers techniques ou de base, d'hygiène, de confort et d'accompagnement psychologique à des personnes âgées dépendantes ou à des adultes handicapés. Les Montrougiens de plus de 60 ans et ceux de moins de 60 ans s'ils présentent un handicap, assurés sociaux, ont accès à ce service, tous les jours de la semaine de 8h à 20h.

Le SSIAD est doté d'une équipe pluridisciplinaire composée d'un médecin coordinateur gériatre, d'une infirmière coordinatrice, d'infirmières, d'aides-soignantes et d'une secrétaire. Cette équipe est soucieuse d'offrir la prise en charge la mieux adaptée aux besoins des personnes concernées : cela peut permettre d'éviter ou d'écourter une hospitalisation, de faciliter le retour au domicile après, d'accompagner jusqu'au terme de leur vie les personnes préférant rester à leur domicile.

Les inscriptions se font par téléphone au 01 41 17 04 98 tous les jours de 8h30 à 15h30.



### **Le Service de Maintien à Domicile**

Ce service agréé apporte une aide régulière aux Montrougiens retraités de plus de 60 ans qui sont semi dépendants ou dépendants dans les actes essentiels de la vie quotidienne. Fort de 37 auxiliaires de vie, le SMAD collabore étroitement avec les autres intervenants médicaux et paramédicaux comme les médecins traitants, le SSIAD, les infirmières du CMS ainsi qu'avec d'autres réseaux de santé.

L'auxiliaire de vie apporte, après évaluation des besoins, des prestations de confort et des aides au quotidien : aide à la toilette sans prescription médicale, aide à la préparation des repas et surveillance de la prise de repas, stimulation intellectuelle et physique, promenades, sorties et accompagnement aux rendez-vous médicaux sur la Ville de Montrouge.

Ce service demande une participation financière qui peut être prise en charge avec constitution d'un dossier de demande d'aide auprès de la caisse de retraite du bénéficiaire ou si la personne est éligible à l'Allocation Personnalisée d'Autonomie. De plus, 50% des frais engagés par le bénéficiaire sont déductibles des impôts. Enfin, il n'y a pas de frais de dossiers ni de frais d'adhésion ni frais de résiliation, et le tiers payant fonctionne avec certaines caisses (MGEN, CNAV, MPF de la Poste, CCUES). Le paiement peut également s'effectuer par Chèque Emploi Service Universel (CESU).

L'accueil téléphonique au SMAD est de 8h30 à 12h30 et de 14h à 16h au 01 46 12 75 30. Les rendez-vous sont organisés le lundi, le mercredi et le vendredi.

## **Le Centre d'Action Sociale**

Cet établissement public travaille en étroite collaboration avec la Municipalité et en partenariat avec le Conseil Général, la Caisse d'Allocations Familiales ainsi que le secteur associatif. Sa mission est d'accueillir, de conseiller et d'aider les Montrougiens qui doivent surmonter des difficultés ponctuelles. Le CAS développe des aides en faveur du maintien à domicile en proposant des aides spécifiques telles que la téléalarme, les dispositifs d'aides financières ou encore le portage de repas. Enfin, le CAS propose un panel important de loisirs, de sorties... Il est ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 11h45 et de 13h30 à 17h15, sauf le jeudi de 8h30 à 11h45.

## **Une Instance de Concertation des Personnes Âgées**

Pour le bon fonctionnement de l'ensemble de ses services, la Ville a créé une instance de concertation des personnes âgées. Cette assemblée de professionnels volontaires, des services publics ou privés et des membres d'associations, se réunit bimestriellement. Le but est d'étudier les situations complexes signalées et de tenter de les améliorer. Sa mission est de donner un bon niveau d'information à tous les intervenants quant aux moyens mis à disposition et assurer ainsi aux bénéficiaires le service le plus adapté à sa situation. Avec cette coordination, les personnes aidées se voient offrir un soutien optimal, cela dans le respect des règles de discrétion.

## **Améliorer le quotidien des personnes âgées et handicapées dans la ville**

Depuis plusieurs années, "faciliter la ville" aux personnes âgées et handicapées fait partie des préoccupations du Conseil Municipal. La Mairie de Montrouge s'investit dans sa mission en modifiant et en adaptant son paysage urbain avec des passages piétons surélevés, des aménagements pour l'accès aux nouveaux bâtiments publics, la création d'emplacements de stationnement réservés. Des aides spécifiques complémentaires sont également proposées telles que la carte d'invalidité. En 2003, la Mairie de Montrouge a signé la Charte Ville Handicap, en marquant ainsi son engagement. Parallèlement, elle a mis en place une Commission Handicap, chargée de travailler sur les dispositifs à améliorer pour une meilleure intégration des personnes handicapées dans la Ville.

## **Donner du plaisir et proposer des loisirs**

Parce qu'à partir d'un certain âge, nous avons davantage le temps de profiter de tous les moments, la Ville de Montrouge met tout en œuvre pour proposer régulièrement aux Seniors des sorties, des voyages et des animations diverses. Ceux-ci rythment les saisons et les grandes périodes de l'année. Ils sont pour chacun des moments de plaisir, de découvertes et de rencontres.

# H des Hommes et des femmes aux côtés des Seniors

---

Au travers du Centre d'Action Sociale, de son Centre Municipal de Santé et des Services de Maintien à Domicile et de Soins Infirmiers à Domicile, la Ville de Montrouge met tout en œuvre pour faciliter le quotidien des Seniors. Avec plus de 8 métiers différents, ce sont près de 70 professionnels du secteur qui œuvrent sans relâche pour le bien-être des Montrougiens.

## **Les professionnels à l'écoute et aux côtés des seniors**

### **Quatre structures**

Le Centre d'Action Sociale, le Centre Municipal de Santé, les Services de Maintien à Domicile et de Soins Infirmiers à Domicile comptent des professionnels qui ont en charge la direction et l'organisation des missions qui leurs sont confiées.

### **Les infirmières**

Elles sont chargées de la mise en application des prescriptions médicales. Elles accomplissent par ailleurs les soins d'hygiène et de confort aux bénéficiaires. Elles les accompagnent en surveillant leur santé et en dialoguant avec eux.

### **Les aides soignantes**

Elles assurent sous la responsabilité des infirmières les besoins élémentaires des personnes âgées. Elles épaulent les gestes simples du quotidien.

### **Les agents sociaux**

Ils accompagnent et soutiennent les personnes âgées chez elles. Ils peuvent notamment préparer les repas, faire les courses, participer à l'entretien du logement ou aider dans les démarches administratives...

### **Les agents d'accueil**

Ils gèrent les différentes demandes, les inscriptions, les instructions des dossiers de placement en maison de retraite et pour la Maison Départementale du Handicap.





### **Le chargé de la restauration**

Il est chargé des relations quotidiennes avec le prestataire qui livre les repas et les bénéficiaires de ce service. Il reste attentif aux besoins spécifiques, tels que les régimes spécifiques.

### **L'agent de la téléalarme**

Il a pour mission d'enregistrer toutes les demandes d'abonnements. Il effectue notamment le lien avec le prestataire et la centrale d'écoute médicalisée ainsi qu'avec la famille et les proches. Il gère la facturation de ce service. Il répond enfin à tous les appels de convivialité.

### **Les agents du "pôle Aide Sociale"**

Des agents assurent la gestion et le suivi des demandes d'aides financières en liaison avec les travailleurs sociaux intervenant sur la commune.

### **Les agents du "pôle loisirs"**

Ils veillent à l'enregistrement des inscriptions aux activités proposées par le Centre d'Action Sociale. Ils adressent également les lettres d'information et les invitations aux personnes concernées.

### **Les médecins et auxiliaires médicaux**

Professionnels de Santé avec des compétences pluridisciplinaires qui travaillent en commun afin d'optimiser la réponse aux besoins de soins et qui œuvrent pour votre bien-être. Une brochure d'information est disponible au Centre Municipal de Santé

# Etre bien chez soi ou dans une maison de retraite

## **Bien évoluer chez soi**

Depuis de nombreuses années, la Ville de Montrouge mène des actions en faveur des Seniors. En partenariat avec le Conseil Général, elle propose des aides spécifiques afin de maintenir ou d'améliorer la qualité de vie de chacun. Plusieurs services personnalisés sont ainsi proposés afin d'offrir un environnement adapté aux besoins.

## **Simplifier le quotidien par le maintien à domicile**

Selon certains critères et certaines conditions, son objectif est de permettre à des personnes en difficulté de rester dans leur cadre de vie habituel par le biais d'une intervention d'aide à domicile. Cette dernière les aide à effectuer les gestes de la vie de tous les jours qu'ils ne peuvent plus effectuer seuls, comme par exemple :

- Les courses
- La préparation du repas
- L'aide à l'entretien de l'appartement (ménage...)
- L'aide à la toilette : hygiène du corps
- L'aide à l'habillage
- L'aide pour les démarches administratives simples





Ce service ne prend pas en charge les soins infirmiers. Les grands nettoyages de fonds (lessivages des murs, parquets à cirer...) ne sont pas compris dans la prestation.

Les Aides à Domicile travaillent du lundi au vendredi, de 8h à 19h. Leurs interventions respectent les besoins des personnes et sont déterminées au préalable lors d'une visite d'évaluation à domicile.

Les samedi et dimanche sont réservés exclusivement à la préparation des repas.

## Pour qui ?

**Les conditions d'attributions sont les suivantes :**

- Habiter à Montrouge
- Etre retraité de plus de 60 ans
- Etre dépendant ou semi-dépendant

## Comment s'inscrire à ce service ?

### Les démarches à effectuer :

**1.** Fixer un rendez-vous avec le Service d'Aide à Domicile soit par téléphone, soit en se rendant sur place afin de fixer une date de rencontre au domicile de l'intéressé.

Celui-ci est ouvert de 9h à 12h et de 14h à 17h et accueille sans rendez-vous les mardi et jeudi. Tél. : 01 46 12 75 30.

**2.** Prévoir une visite au domicile afin d'évaluer le nombre d'heures nécessaires et le type de prestation.

**3.** Constituer un dossier avec les documents suivants :

- Un certificat médical
- Une copie du dernier avis d'imposition
- Une copie de la carte d'identité
- Une copie des derniers versements des caisses de retraite sur votre compte
- Une copie de l'attestation de la carte vitale
- Une copie des justificatifs des autres allocations perçues
- Facultatif : les derniers relevés de pension (pour certaines caisses)

**4.** Retourner le dossier au Service d'Aide à Domicile





### **Les tarifs**

Une participation financière est toujours demandée. La prise en charge par la caisse de retraite ou par le Conseil Général est en fonction des ressources de la personne. Une facture est adressée à l'intéressé tous les mois ainsi qu'un relevé annuel, pouvant donner droit à une réduction d'impôts.

### **Bon à savoir**

Il existe d'autres services à la personne qui peuvent intervenir au domicile des personnes en perte d'autonomie, tels que AGEMO au 01 46 55 25 35 ou ADESSA au 01 44 52 82 82.

## Apporter du bien être par des soins infirmiers à domicile

Afin de soulager et d'aider les personnes de plus de 60 ans retraitées ou handicapées qui en ont besoin, la ville de Montrouge a mis en place un service de soins infirmiers à domicile. Les agents du service interviennent tous les jours de la semaine, de 8h à 20h. Ils mettent tout en œuvre pour adapter leur visite aux besoins et habitudes des personnes.

### Bon à savoir

Le médecin-conseil de l'assurance-maladie du bénéficiaire est informé de l'inscription de la personne à cette prestation. Il peut exercer des contrôles et peut mettre fin à cette prise en charge s'il estime qu'il n'y en a pas la nécessité.

### Pour qui ?

Ce service est destiné aux Seniors de plus de 60 ans retraités ou aux personnes de moins de 60 ans, handicapées.

### Comment s'inscrire à ce service ?

Il suffit de téléphoner au 01 41 17 04 98. La demande de l'intéressé est alors enregistrée.





**Le dossier doit être constitué avec les pièces suivantes :**

- La photocopie de l'attestation d'affiliation à la sécurité sociale
- Le certificat médical attestant de la nécessité de soins à domicile

L'infirmière coordinatrice vient évaluer à domicile les besoins et détermine la prestation la plus adaptée au bénéficiaire.

**Les tarifs**

La sécurité sociale finance la totalité de ce service. Pour tous renseignements complémentaires, contacter le Service de Soins à Domicile pour personnes âgées au 01 41 17 04 98.

**Bon à savoir**

**D'autres contacts sont mis à la disposition des personnes souhaitant bénéficier de soins à domicile :**

- Pour les infirmiers libéraux qui se déplacent, se reporter au "Guide de Montrouge".
- Pour des urgences dentaires à domicile, se reporter au "Guide de Montrouge".

## Une présence quotidienne avec la téléalarme

La Municipalité développe un système d'assistance et d'intervention afin de soutenir et d'assister les personnes en cas de besoin. Il s'agit d'un transmetteur intégré dans un médaillon, qui, sur simple pression de la personne en difficulté, assure une liaison directe avec une centrale de réception médicalisée. Selon la situation, le centre renvoie son appel vers des spécialistes (SAMU 92, les urgences médicales...).

Un agent du Centre d'Action Sociale effectue le lien avec le prestataire et la centrale d'écoute ainsi qu'avec la famille en cas de besoin.

### Pour qui ?

Cette prestation s'adresse aux personnes qui remplissent les critères suivants :

- Habiter à Montrouge
- Être handicapé ou isolé, sans condition d'âge

### Comment bénéficier de cette prestation ?

Un agent du Centre d'Action Sociale enregistre toutes les demandes d'abonnement. Pour toutes informations complémentaires, contacter le 01 46 12 74 23.

### Les tarifs

Le montant de l'abonnement mensuel est de 12,50 Euros pour les personnes imposables et 10 Euros pour les personnes non imposables.

## Proposer une livraison de repas équilibrés avec le portage de repas

La Ville de Montrouge propose aux Seniors qui le souhaitent une livraison quotidienne de repas équilibrés et variés à domicile, midi et soir, du lundi au vendredi. Ce service peut, selon les besoins, être utilisé pour quelques jours ou pour de plus longues périodes. Les repas, cuisinés à partir de produits de qualité, sont composés de manière à préserver l'équilibre alimentaire des personnes. Ils sont constitués d'une entrée, d'un plat principal avec un poisson ou une viande accompagné(e) de légumes, ainsi que d'un fromage ou d'un laitage et enfin d'un dessert. Des repas sans sucre, sans sel, sans sucre ni sel, ou encore mixés sont également disponibles.

Les menus sont diffusés à l'avance. La livraison des repas se déroule le matin. Les repas sont confectionnés selon le principe de la liaison froide.

Les personnes inscrites à ce service doivent réchauffer leur plat.

### Pour qui ?

Ce service est destiné aux personnes âgées ou isolées sans condition d'âge qui ne peuvent plus se déplacer.



### Comment s'inscrire à ce service ?

L'inscription s'effectue au Centre d'Action Sociale, ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 11h45 et de 13h30 à 17h15 (sauf le jeudi). Fermeture le vendredi à 17h.

Pour tous renseignements complémentaires, contacter le 01 46 12 74 22.

### Les tarifs

Les tarifs sont calculés en fonction des ressources du bénéficiaire (en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2010)

Tranche	Quotient Social	Prix unitaire du repas
A	inférieur à 641 Euros	3,40 Euros
B	de 642 à 739 Euros	4,50 Euros
C	de 740 à 807 Euros	5,80 Euros
D	de 808 à 998 Euros	6,70 Euros
E	de 999 à 1 199 Euros	7,70 Euros
F	supérieur à 1 200 Euros	8,50 Euros

### Comment calculer son quotient social ?

**La formule ci-après permettra d'estimer son quotient social :**

R-L = Quotient Social

(R) = Somme de ressources, notamment les retraites complémentaires

(L) = Coût du logement hors charges (propriétaires ou locataires)

## Se protéger des grosses chaleurs avec le plan canicule

Depuis de nombreuses années, afin de protéger les personnes fragilisées et pour qu'elles ne se sentent plus seules, la Mairie de Montrouge a mis en place un dispositif gratuit pendant la période estivale.

En cas de températures anormalement élevées, le personnel du Centre d'Action Sociale téléphone aux personnes ayant demandé leur inscription sur le registre canicule de la commune. Les agents sociaux peuvent se déplacer au domicile des bénéficiaires en cas de nécessité. Les personnes qui en ont besoin peuvent également appeler le numéro Solidarité Canicule au 01 46 12 74 51.

Par ailleurs, chaque année, une personne attitrée, employée par la Mairie de Montrouge parcourt le territoire de la commune afin d'instaurer un dialogue avec les Seniors et plus particulièrement ceux qui sont en situation de difficulté. Cette personne est détentrice d'une attestation signée par le Maire et doit la présenter.





### **Pour qui ?**

**Les bénéficiaires de ce service doivent respecter plusieurs critères :**

- Habiter à Montrouge
- Avoir plus de 65 ans ou avoir 60 ans et être reconnu inapte au travail ou handicapé à 80% et être isolé.

### **Comment s'inscrire à ce service ?**

Il s'agit de remplir le questionnaire de demande d'inscription envoyé par la Mairie à tous les montrougiens de plus de 60 ans. En cas de non-réception, le formulaire est également disponible à l'accueil du Centre d'Action Sociale. Il doit être ensuite retourné au Centre d'Action Sociale.

### **Attention**

L'adhésion à cette prestation relève d'une démarche volontaire des inscrits ou d'un tiers (famille, voisins, amis...). Ce dispositif s'adresse aux personnes isolées et vulnérables.

## **Renforcer et multiplier les contacts avec l'aide au téléphone**

Afin d'améliorer les échanges entre les Seniors et leurs proches, la Ville et le Conseil Général des Hauts-de-Seine, proposent de prendre en charge la moitié des frais d'abonnement d'une ligne téléphonique.



### **Pour qui ?**

#### **Certaines conditions doivent être respectées :**

- Avoir plus de 65 ans ou être titulaire d'une carte d'invalidité à 80 %
- Etre non ou peu imposable
- Ne pas résider en structure d'accueil

### **Comment bénéficier de cette prestation ?**

Les dossiers d'inscription peuvent être envoyés directement aux bénéficiaires sur simple demande téléphonique auprès du Centre d'Action Sociale (01 46 12 74 10). Néanmoins, pour les personnes qui le souhaitent, les dossiers peuvent être remplis sur place.

#### **Certaines pièces administratives sont indispensables à la constitution du dossier :**

- La dernière facture téléphonique
- Un justificatif de domicile
- Une copie de la pièce d'identité
- Une copie de l'avis d'imposition ou de non imposition le plus récent
- Un relevé d'identité bancaire (RIB)

Le dossier doit être remis au Centre d'Action Sociale qui le transmettra ensuite au Conseil Général.

### **Les différentes aides financières**

Parce que la vie de retraité peut occasionner de nouvelles dépenses, la Ville de Montrouge, en partenariat avec le Conseil Général, veille à ce que les Montrougiens puissent bénéficier d'aides financières pour vivre sereinement chez eux.

## **Apporter une aide avec l'allocation personnalisée à l'autonomie (APA)**

Il s'agit d'une aide versée par le Département des Hauts-de-Seine qui permet de financer au moins partiellement des prestations destinées aux personnes âgées qui ne peuvent plus ou difficilement accomplir les gestes simples de la vie quotidienne.

L'APA finance en totalité ou partiellement les dépenses liées aux assistances prévues dans le plan d'aide, c'est-à-dire les interventions d'un service d'aide à domicile, le portage de repas, la téléalarme, les fournitures d'hygiène, le transport ainsi que l'adaptation du logement ou de l'environnement.

### **Comment calculer le montant de l'APA ?**

**Le montant de l'APA est calculé notamment en fonction de deux paramètres :**

- Les besoins relevés par le plan d'aide et la nature de l'assistance nécessaire (rémunération de l'aide à domicile, frais de transport ou d'hébergement temporaire...)
- Les revenus

### **D'autres ressources sont prises en compte pour le calcul de la participation :**

- Les revenus déclarés perçus par la personne âgée et son conjoint qui figurent sur le dernier avis d'imposition ou de non-imposition
- Les revenus soumis au prélèvement libératoire
- Une partie de la valeur locative du patrimoine immobilier dormant, à l'exception de la résidence principale lorsqu'elle est occupée par la personne, par son conjoint ou concubin, par un enfant ou un petit enfant
- Le montant de l'APA est égal au montant du Plan d'Aide effectivement utilisé par le bénéficiaire, diminué le cas échéant d'une participation laissée à sa charge

Pour une demande à domicile, les ressources du couple sont divisées par 1,7 si les deux membres du couple résident conjointement au domicile.

La participation (ou ticket modérateur) varie selon les ressources du demandeur.

Ressources	Participation financière
Inférieures ou égales à 689,50 Euros	Pas de participation financière demandée
Comprises entre 689,50 et 2747,70 Euros	La participation demandée varie en fonction du niveau des ressources
Égales ou supérieures à 2747,70 Euros	La participation demandée s'élève à 90% du montant du plan d'aide



### **Pour qui ?**

**Des conditions sont nécessaires pour pouvoir bénéficier de cette aide :**

- Avoir 60 ans et être en situation de perte d'autonomie
- Attester d'une résidence stable et régulière en France. Pour les personnes de nationalité étrangère, il s'agit de confirmer leur situation régulière en matière de séjour en France

### **Comment obtenir cette allocation ?**

L'instruction de la demande d'APA se déroule en plusieurs temps.

**Étape n°1 :** un dossier de demande doit être retiré au Centre d'Action Sociale.

Il est téléchargeable sur le site Internet du Conseil général [www.hauts-de-seine.net](http://www.hauts-de-seine.net).

**Étape n°2 :** le dossier doit être rempli et retourné au Centre d'Action Sociale. Il doit être complété avec les pièces suivantes :

- Une photocopie de la pièce d'identité ou du passeport ou un extrait d'acte de naissance ou une photocopie de l'intégralité du livret de famille
- Pour les personnes étrangères : une photocopie de la carte de résidence ou un titre de séjour
- Un relevé d'identité bancaire ou postal
- Un avis d'imposition ou de non-imposition
- Si vous êtes propriétaires, la taxe foncière de vos biens immobiliers
- Un certificat médical

**Étape n°3 :** le Président du Conseil Général dispose d'un délai de 10 jours pour envoyer au demandeur l'accusé de réception.

**Étape n°4 :** la demande est évaluée au cours d'une visite à domicile par un membre de l'équipe médico-sociale départementale pour déterminer le degré d'autonomie de la personne et les aides dont elle a besoin.

Au cours de la visite à domicile, la personne peut demander la présence d'un proche, d'un médecin désigné par ses soins. Ce dernier peut être consulté, le cas échéant, par l'équipe médico-sociale.

**Étape n°5 :** l'équipe médico-sociale recommande un plan d'aide en fonction du degré de perte d'autonomie et du besoin d'aides de la personne. Ces aides peuvent être domestiques, humaines, techniques ou alternatives comme un accueil de jour ou temporaire en Maison de retraite ou autres. Les personnes ont un délai de 10 jours pour signer le plan d'aide finançable par le Conseil général des Hauts de Seine ou bien apporter des modifications.

### **Attention**

Dans le cas d'une demande de changement, les personnes disposent d'un délai de 10 jours pour accepter ou refuser le nouveau plan proposé.

Si le bénéficiaire ne donne pas de réponse, la proposition est considérée comme refusée.

Le versement de l'APA ne donne pas lieu à une récupération sur succession ou donation.

### **Être accueilli dans sa famille avec l'allocation aux familles hébergeant leurs ascendants**

Cette allocation départementale mensuelle d'hébergement de 300 Euros est versée au profit des enfants ou des petits enfants accueillant à leur domicile leur ascendant en ligne directe.

### **Pour qui ?**

Afin de disposer de cette aide, les critères cumulatifs concernant les seniors et les ascendants doivent être respectés.

### **Pour les ascendants :**

- Avoir plus de 75 ans ou de 60 ans si la personne est bénéficiaire de l'APA
- Ne pas disposer de ressources supérieures à 1400 Euros mensuels par personne
- Avoir résidé de manière continue dans le département des Hauts-de-Seine pendant un an

### **Pour les descendants :**

- Être majeur
- Ne pas être imposable sur le revenu au-delà de 2 550 Euros par personne, 3 500 Euros par couple
- Avoir résidé de manière continue dans le département des Hauts-de-Seine, durant plus d'un an

## **Comment obtenir cette allocation ?**

Les personnes peuvent adresser directement leur demande à l'adresse suivante :

Conseil Général des Hauts-de-Seine, Direction des Personnes Âgées, Handicapées et de la Santé, Service de l'Aide Sociale aux Personnes Âgées, Hôtel du Département, 2-16 Boulevard Soufflot, 92015 Nanterre Cedex ou auprès du Centre d'Action Sociale de Montrouge.

Pour des informations complémentaires, une permanence téléphonique est mise en place au 01 47 29 35 90 ou au 01 46 12 74 10.

## **Bien vivre sa maison de retraite**

Sur Montrouge, trois établissements spécialisés sont habilités à l'Aide Sociale, c'est-à-dire ayant passé une convention avec le Conseil Général. Il existe également deux autres structures qui accueillent les personnes âgées.

### **Les maisons d'accueil habilitées à l'Aide Sociale :**

Résidence Madeleine Verdier (médicalisée) 5 allée de la Vallière 01 58 07 91 00

Foyer Logement Résidence AREPA "Théophile Gautier" 28 rue Gabriel Péri 01 46 54 02 78

Foyer Logement Résidence AREFO 60-62 rue de la Vanne 01 46 56 18 72



## Les autres structures d'accueil :

Villa Beausoleil 64 rue Gabriel Péri 01 40 92 71 71

Les Hespérides 27 rue Victor Hugo 01 46 54 13 18 (copropriété)

Les personnes intéressées peuvent prendre contact directement avec la maison de retraite de leur choix ou se renseigner auprès du Centre d'Action Sociale.

Plusieurs organismes sont également mis à la disposition des personnes pour les orienter dans leurs choix et les démarches d'inscription :

- **Cap retraite au 08 00 89 14 91**
- **Médica France au 08 25 02 10 22**
- **Aiguillage au 01 42 70 33 35**

## Aider la prise en charge des personnes en maison de retraite

Une aide financière est proposée par le Conseil Général des Hauts-de-Seine. Elle est destinée aux personnes qui ne peuvent pas assurer leurs frais d'hébergement en maison de retraite habilitée à l'Aide Sociale ou à faible revenu. Cette prise en charge est soumise à la participation des enfants et à récupération sur la succession.

### Pour qui ?

**Cette aide peut être attribuée en fonction des conditions suivantes :**

- Etre âgé de 65 ans ou de plus de 60 ans en cas d'inaptitude au travail
- Résider en France ou être en situation régulière en France avec la carte de séjour et habiter dans les Hauts-de-Seine depuis plus de 3 mois
- Les ressources de la personne doivent être inférieures au montant de la dépense prévue
- Etre hébergé dans un établissement habilité à l'aide sociale

Toutes les ressources sont prises en compte, y compris l'aide potentielle de l'entourage. Lorsque l'entretien du bénéficiaire est compris dans le financement, celui-ci conserve 10% de ses ressources personnelles.

## Comment bénéficier de cette aide ?

**Il s'agit de constituer un dossier disponible au Centre d'Action Sociale de Montrouge. Le dossier devra être complété avec les pièces suivantes :**

- La photocopie de la carte d'identité ou du livret de famille ou une photocopie de la carte de séjour
- La photocopie intégrale du livret de famille
- La photocopie de l'attestation de la carte vitale
- La photocopie du jugement de protection civile

- La photocopie du dernier avis d'imposition ou de non imposition sur le revenu
- La photocopie des justificatifs de toutes les ressources imposables ou non de l'intéressé(e) et de son conjoint : dernières déclarations annuelles des organismes payeurs, 3 derniers bulletins de salaire, notification des Assedics.
- La preuve de la résidence ininterrompue dans les Hauts-de-Seine depuis 3 mois (document justifiant de l'adresse ou, à défaut, attestation sur l'honneur)
- Les noms et les adresses des parents et des enfants de l'intéressé(e) y compris des enfants nés d'un précédent mariage et formulaires les concernant dûment complétés
- En plus, pour les personnes divorcées : la photocopie du jugement de divorce
- En plus, pour les personnes célibataires : attestation sur l'honneur certifiant qu'elles n'ont pas d'enfant

Dans le mois suivant son dépôt, la demande est transmise aux services du Conseil Général. Ce dernier soumet les propositions à la commission d'admission qui décide soit de l'admission totale, soit de l'admission partielle avec participation de l'intéressé et/ou des débiteurs d'aliments, soit du rejet de la demande. Toutes les parties intéressées, c'est-à-dire le demandeur, les "obligés alimentaires" ou les résidences pour les personnes âgées sont informées de la décision.



## **Attention**

Cette aide a le caractère d'une avance récupérable.

Des types de récupération peuvent être mis en œuvre par l'aide sociale :

- Contre le bénéficiaire revenu à meilleure fortune, c'est-à-dire par le biais d'un élément nouveau qui améliore la situation de l'intéressé ou contre la succession du bénéficiaire
- Contre le donataire lorsque la personne a fait donation d'un bien après la demande d'aide sociale ou dans les 10 ans qui ont précédé cette demande
- Contre le légataire

Les recours en récupération ne sont pas automatiques.

Pour tous renseignements complémentaires, joindre le Centre d'Action Sociale au : 01 46 12 74 10.

## **L'aide personnalisée à l'autonomie : l'APA en établissement**

La Ville de Montrouge, en collaboration avec le Conseil Général des Hauts-de-Seine a mis en place l'APA qui couvre une partie du tarif "dépendance" de l'hébergement en maison de retraite. Le tarif "dépendance" est lié au degré de perte de l'autonomie de la personne âgée.

### **Comment bénéficiaire de cette allocation ?**

Le dossier peut être retiré auprès de la structure d'accueil ou auprès du CAS. L'évaluation est faite par l'équipe médico-sociale de la structure sous la responsabilité du médecin coordonnateur ou d'un médecin conventionné. Elle est confirmée dans un second temps par les services du Département et par la caisse d'assurance-maladie.

Pour les modalités d'accès, se reporter page 21.

# Faciliter la vie de tous les jours

## Se déplacer en toute simplicité

Pour la Municipalité, il est indispensable que les Seniors aient facilement accès aux commerces et aux infrastructures de leur choix. La Ville veille à ce que tous les Montrougiens puissent de se déplacer aisément au sein du territoire. C'est ainsi qu'elle met à leur disposition des moyens et des solutions de transports en partenariat avec le Conseil Général.

## Voyager facilement dans Montrouge... avec Montbus

Pour faciliter les déplacements au sein de la commune, la Communauté de communes Châtillon Montrouge a mis en place un minibus "Montbus" qui effectue un parcours circulaire desservant les six quartiers de la ville en 35 minutes.



## **Horaires de circulation**

Ce service fonctionne du lundi au vendredi de 7h30 à 18h40 et le samedi de 8h50 à 12h45.

## **Les tarifs**

La tarification est celle de la RATP : un ticket ou une carte orange zone 2 sont suffisants.

Pour plus de renseignements, contacter le centre de bus de Malakoff par téléphone au 01 58 76 16 16.

## **Une navette gratuite spéciale spectacles**

Afin de rendre plus accessible l'accès aux animations culturelles sur Montrouge, la Ville met régulièrement à la disposition des spectateurs du Théâtre de Montrouge une navette gratuite chargée de les ramener à l'issue des spectacles. Les arrêts se font à la demande sur un itinéraire empruntant les principaux axes routiers de la commune.

Pour plus de renseignements, contacter le : 01 46 12 75 70.

## **Bouger et se déplacer sans problème en Ile-de-France avec la carte Améthyste**

La Ville de Montrouge, en partenariat avec le Conseil général, offre aux seniors la possibilité de voyager gratuitement ou à un tarif préférentiel sur les réseaux RATP et/ou Transilien SNCF, zones 1 à 6.

### **Attention**

La carte Améthyste est valable 12 mois à compter du mois d'émission

### **Pour qui ?**

La carte Améthyste peut être délivrée aux intéressés en fonction des critères suivants :

### **1. Avec conditions de ressources**

- Résider dans les Hauts-de-Seine
- Ne pas être imposable à l'impôt sur le revenu ou imposé sous le plafond défini par le Conseil général (impôt sur les revenus soumis au barème: 610 euros pour une personne seule, 763 euros pour un couple).
- Avoir plus de 65 ans ou 60 ans en cas d'invalidité au travail.

Une participation financière annuelle au coût de la carte est demandée.

Elle est fixée à 15 Euros pour les personnes non imposables.

Elle s'élève à 38 Euros pour les personnes imposées sous plafond.

## 2. Sans condition de ressources

- Les personnes doivent être domiciliées dans les Hauts-de-Seine
- Les titulaires du diplôme de la mères médaillées de la famille française âgées de 60 ans et plus
- Les anciens déportés ou internés de la guerre 1939-1945
- Les anciens combattants et veuves de guerre âgées de 65 ans et plus
- Les réfractaires au Service de Travail Obligatoire (STO)
- Les veuves d'anciens combattants et déportés ou internés de guerre, âgés de 65 ans et plus (elles doivent au préalable demander une carte à l'Office National des Anciens Combattants à Nanterre)

### **Bon à savoir**

Cette catégorie de bénéficiaires, c'est-à-dire sans conditions de ressources, n'est pas soumise au paiement d'une participation.

### **Comment obtenir la carte Améthyste ?**

Pour une demande de première attribution, il convient de s'adresser au Centre d'Action Sociale de Montrouge qui vous précisera les pièces justificatives à produire selon votre cas afin de constituer un dossier. La demande de l'intéressé est ensuite transmise au "Service Carte Améthyste".

La décision finale est prise par le Président du Conseil Général. Le "Service Carte Améthyste" envoie alors soit une demande de participation soit la carte au bénéficiaire.

Pour une demande de renouvellement, il est nécessaire de présenter l'ancienne carte Améthyste avec certaines pièces administratives.



## Attention

Les pièces administratives demandées pour une première demande ou pour un renouvellement sont spécifiques à la situation de chaque bénéficiaire et varie en fonction de sa situation.

Pour plus de renseignements, appeler le Centre d'Action Sociale au : 01 46 12 74 51.

## Résoudre les petits tracas du quotidien

Afin que les petits tracas du quotidien ne deviennent pas trop envahissants, des organismes ou associations spécialisés proposent aux Seniors leurs services.

## Bon à savoir

La rubrique "Adresses et numéros utiles" du Guide de Montrouge indique notamment les coordonnées des professionnels de la santé et numéros utiles ou d'urgence. Ce document est en libre-service à l'accueil du Centre Administratif ou de l'Hôtel de Ville.

Le Centre d'Action Sociale et le Centre Municipal de Santé se tiennent à la disposition des Montrougiens pour répondre à leurs interrogations.



Livraison des courses à domicile par Montrouge Service.

## Besoin de faire exécuter divers travaux ponctuels ?

Certains travaux comme le nettoyage des vitres ou le jardinage peuvent devenir difficiles à accomplir. Les Seniors ont la possibilité d'employer ponctuellement des personnes pour cela. Plusieurs associations peuvent renseigner les intéressés dans leurs démarches.

Initiative Emploi peut être contactée au 01 47 46 13 82.

## Besoin de faire ses courses à Montrouge ou en dehors de la ville ?

Faire ses achats peut devenir difficile pour diverses raisons : poids excessif des courses, hospitalisation récente... Diverses associations proposent des prestations différentes.

L'association **Montrouge Service** garantit un service de livraison à domicile des achats effectués chez les commerçants de la ville.

Renseignements au 01 46 56 15 10.

La **Croix Rouge** assure les déplacements occasionnels ou réguliers des personnes à mobilité réduite. Appeler le 01 46 54 56 76.

**L'Âge d'Or Service** propose divers services : faire les courses et les livrer à domicile, déposer des vêtements chez le teinturier...

À contacter au 01 49 12 42 70.

### Attention

Le coût des prestations est variable en fonction de l'organisme contacté.

## Besoin d'une aide ponctuelle ou durable de jour et de nuit ?

**Sam-Arepa** est une association d'aide à domicile agréée dans sept départements de la Région Parisienne. Tél. : 01 56 56 60 30. Sam-Arepa propose des permanences téléphoniques, le soir tous les jours de la semaine jusqu'à 1h ainsi que des gardes itinérantes de nuit.

Le dimanche, il convient d'appeler au 06 74 64 09 03.

**Agemo Domicile** assure des services adaptés au maintien à domicile, tels que la préparation des repas, les courses ou encore des aides ménagères.

Tél. : 01 46 55 02 52.

**D'Medidom Service** propose des services adaptés au maintien à domicile avec, notamment, des aides administratives, du ménage et du repassage.

Tél. : 01 42 37 59 32.



## **Besoin de soins du corps ?**

De nombreux commerçants proposent leur service à domicile (coiffeurs, pédicures...).

Pour plus de renseignements, le guide de Montrouge, recense de nombreux services mis à la disposition des Montrougiens. Les professionnels de soins et du maintien à domicile peuvent également fournir aux personnes intéressées certaines informations.

## **Besoin d'aide pour rédiger des courriers ?**

L'écrivain public aide gratuitement les Montrougiens à rédiger des documents. Il les reçoit sur rendez-vous le mercredi de 14h à 17h au CAS de Montrouge. Des écrivains publics sont également présents à l'Espace Colucci. Pour tous renseignements complémentaires, contacter le mercredi après-midi le 01 46 12 74 27.

## **Besoin de renseignements concernant l'aménagement d'un logement ?**

L'association Pact Hauts-de-Seine s'occupe de la conservation ou de la transformation de l'habitat ancien. Elle élabore des projets, informe et guide les intéressés.

Permanence : au Centre d'Action Sociale le jeudi de 10h à 11h45.

Tél. : 01 46 12 74 27.

## **Besoin d'aide pour mieux gérer son budget ?**

La Circonscription de la Vie Sociale (Conseil général) de Montrouge se tient à la disposition des Montrougiens qui rencontrent des difficultés financières.

Afin de prendre rendez-vous avec un travailleur social.

Tél. : 01 42 53 00 61.

## **Bon à savoir**

Des aides financières ponctuelles sous conditions peuvent être demandées auprès des caisses de retraites, des mutuelles...



## **Victime d'une maltraitance ?**

Les personnes âgées et les adultes handicapés ou leur entourage ont désormais un numéro d'appel national unique pour dénoncer une maltraitance subie ou dont elles ont été témoin : **3977**

Une équipe pluridisciplinaire, composée de psychologues, travailleurs sociaux ou juristes, écoute, soutient et oriente les appelants.

## **Victime de malhonnêteté ou de publicité mensongère ?**

### **Contacter :**

- Le commissariat de police au 01 46 56 34 00.
- La police municipale au 01 46 12 72 59.
- Le club Consomm'action, 32 Gabriel Péri 92120 Montrouge au 06 42 63 27 96.
- Adavip (association d'aide aux victimes et Infractions pénales) au 01 46 12 74 27 le lundi après-midi (au CAS).
- La DGCCRF (Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes) au 3939 ou [www.dgccrf.bercy.gouv.fr](http://www.dgccrf.bercy.gouv.fr).

## **En cas de conflit avec un bailleur ou avec l'entourage ?**

Le Conciliateur de Justice peut intervenir en cas de désaccord avec une personne, conflit entre locataire et propriétaire, problème de mitoyenneté, litiges civils... Si un procès paraît disproportionné, le recours au Conciliateur de Justice peut être un moyen fiable, rapide et efficace pour obtenir un accord amiable.

Le Conciliateur peut-être saisi directement sans assistance d'un avocat (consultations et procédures gratuites).

### **Permanences :**

#### **Conciliateur de justice :**

1<sup>er</sup> et dernier vendredi de chaque mois dans les locaux du CAS. Prendre rdv au 01 46 12 74 27

• ADIL : Association Droit Information Logement

Maison des Associations : 3<sup>e</sup> mardi matin de chaque mois sans rendez-vous.

# Préparer l'après

---

Il n'est pas toujours facile de penser à l'après et de connaître toutes les démarches à effectuer dans différentes situations. Sont ici répertoriées les différentes actions à mener après la perte d'un proche.

## Les démarches à effectuer après un décès

Il s'agit de faire constater le décès dans un premier temps et de le déclarer dans un second temps.

### Le constat de décès

Le médecin délivre un certificat de décès, sauf pour des cas particuliers (accidents, suicide...) pour lesquels il convient d'appeler le commissariat de police ou la gendarmerie.

### La déclaration de décès

Obligatoire, elle doit être faite dans les 24 heures qui suivent. Toute personne peut déclarer un décès.

### Bon à savoir

Les entreprises de pompes funèbres qui sont sollicitées se chargent des démarches.

Si le décès survient à l'hôpital, la déclaration est directement faite par l'hôpital.

Pour déclarer un décès, il faut prendre contact avec la Mairie du lieu du décès et présenter :

- Une pièce prouvant l'identité de la personne déclarant le décès
- Le livret de famille du défunt ou sa carte d'identité ou une copie de son acte de naissance ou de son acte de mariage
- Le certificat de décès délivré par le médecin, le commissariat de police ou de la gendarmerie
- Pour les extraits des français nés et/ou mariés et/ou décédés à l'étranger, les demandes d'actes de naissance, de mariage et/ou de décès doivent être adressées au Service Central de l'Etat civil - 44 035 Nantes Cedex - Serveur Vocal au 08 26 08 06 04.

La personne qui s'occupe de cette démarche doit signer l'acte de décès. Les extraits d'actes de décès doivent être demandés à la Mairie de Montrouge, en justifiant la date du décès, les noms et prénoms du défunt et en joignant une enveloppe timbrée à l'adresse du demandeur.

## Les démarches à faire pour l'inhumation

Un permis d'inhumer ainsi qu'un acte de décès doivent être fournis aux autorités administratives de Montrouge.

L'inhumation d'un corps dans un cimetière de la commune de Montrouge doit être autorisée par le Maire, que le décès ait eu lieu ou non dans la ville.

### Attention

En France, l'inhumation sans cercueil est interdite.

L'inhumation peut être demandée par le titulaire de la sépulture ou par les ayants droits du titulaire de la sépulture.

Les non titulaires de sépulture doivent demander l'ouverture d'une concession dans le cimetière souhaité.

Les concessions s'acquièrent pour des périodes allant de 10 à 99 ans. En cas de ressources insuffisantes de la famille du défunt, il existe des concessions de courte durée qui peuvent être gratuites ou à coût réduit, c'est-à-dire de 5 à 6 ans généralement. Il convient de se renseigner auprès du Service Décès par téléphone au : 01 46 12 73 34.

Les creusées de la tombe ou du caveau sont effectuées par les entreprises de pompes funèbres. Il convient de s'adresser aux Services de l'État Civil du lieu d'inhumation pour connaître les délais qui sont liés et les démarches à effectuer.

Le coût est variable selon le lieu et la prestation fournie.

Dans les trois mois suivant la fermeture de la tombe ou du caveau, la famille a l'obligation de faire revêtir la tombe ou le caveau. Ce n'est qu'après qu'une pierre ornementale pourra être installée.

# Les soutiens financiers et exonérations

De nombreuses aides financières sont développées et gérées par la Mairie de Montrouge qui veille à ce que les Seniors puissent bénéficier d'un cadre de vie décent.

## **L'allocation spéciale vieillesse versée par la Caisse des Dépôts et Consignations.**

### **Pour qui ?**

**Les personnes doivent cumuler les critères suivants :**

- Avoir 65 ans ou 60 ans en cas d'inaptitude
- Ne pas pouvoir prétendre à aucun avantage vieillesse, aucune rente, pension...
- Etre de nationalité française ou être de nationalité étrangère sous réserve de fournir une preuve de la régularité du séjour
- Les ressources, allocations spéciales comprises, ne doivent pas dépasser un certain plafond soit 7 500,53 Euros par personne par an et 13 137,69 Euros pour un ménage par an.

### **Bon à savoir**

Un plafond particulier de ressources est prévu en faveur des veuves de guerre, c'est-à-dire 12 005,03 Euros par an.

### **Comment obtenir cette aide ?**

Il s'agit de déposer une demande au Centre d'Action Sociale puis de remplir le formulaire spécialement imprimé à cet effet et de compléter le dossier avec toutes les pièces justificatives requises. Le montant de l'allocation spéciale vieillesse s'élève à 3 009,03 Euros par an.

## **L'allocation mensuelle municipale**

### **Pour qui ?**

Cette aide financière est accordée aux personnes aux revenus modestes. Son montant est calculé en fonction du quotient social  
Pour tout renseignement, contactez le 01 46 12 74 22.



### **Comment obtenir cette allocation ?**

**Les personnes intéressées doivent se rendre au Centre d'Action Sociale avec les documents suivants :**

- Une pièce d'identité
- Le justificatif d'inaptitude au travail pour retraite anticipée (de 60 à 65 ans)
- Les relevés mensuels, trimestriels ou annuels des retraites principales et complémentaires ou autres ressources
- Le dernier avis d'imposition ou de non imposition
- Une quittance de loyer
- Une notification de la CAF pour l'allocation logement

# P des Petits

## aux grands plaisirs

---

Afin que les Montrougiens puissent profiter pleinement de leur retraite et s'épanouir dans leur temps libre, le Centre d'Action Sociale organise de nombreuses sorties à la journée, des voyages, ainsi que des moments festifs et de convivialité.

### **À l'heure des loisirs**

Le Centre d'Action Sociale et la Mairie de Montrouge proposent aux Seniors de nombreuses activités de loisirs.

#### **Pour qui ?**

Les activités concernent les Seniors montrougiens retraités, à partir de 60 ans.

#### **Comment participer aux activités de loisirs ?**

La démarche est simple et rapide !

Il suffit de s'inscrire préalablement auprès du Centre d'Action Sociale en présentant les documents suivants :

- Un justificatif de domicile
- Une pièce d'identité
- En plus, pour les personnes de moins de 65 ans : un justificatif de pension de retraite Les Montrougiens inscrits au Centre d'Action Sociale reçoivent un courrier les informant de chaque sortie, séjour, spectacle... Les personnes intéressées devront renvoyer un coupon-réponse pour confirmer leur participation.

Les activités sont également annoncées par le biais du Montrouge Magazine. Pour plus de renseignements, contacter le 01 46 12 74 51.

#### **Des sorties dépaysantes**

Chaque année, le temps d'une journée, le Centre d'Action Sociale propose des sorties hautes en couleurs. Des visites classiques (Abbaye des Vaux de Cernay, Museum d'Histoire Naturelle...) aux plus insolites (Moulin de Claude François à Dannemois...), il propose aux seniors de découvrir ou de profiter simplement de cadres admirables et originaux.

Sortie à l'abbaye des Vaux de Cernay.



De plus, afin de faire connaître à une majorité de Montrougiens et Montrougiennes des établissements à forte notoriété, le CAS organise des sorties-spectacles. Ainsi, des lieux mythiques tels que le “Don Camilo” font partie des sorties proposées.

### **Des voyages très prisés**

Chaque année, des voyages sont organisés au grand bonheur de tous. Chaque saison, des séjours aux thématiques variées telles que la découverte, la détente, attirent de nombreuses personnes. Ces dernières ont pu apprécier des territoires exceptionnels tels que l'Italie, la Croatie, la Corse et même New York !

### **Un spectacle et des friandises pour fêter Noël**

Le CAS organise des “matinées récréatives”, c'est-à-dire un arbre de Noël. À cette occasion, une représentation théâtrale ou un spectacle est offert aux Seniors inscrits.

Banquet des Seniors au Pavillon Baltard.



### **Un banquet pour célébrer la nouvelle année**

La Municipalité et le Centre d'Action Sociale offrent chaque année le traditionnel banquet aux Anciens.

Au cours du repas, les convives peuvent profiter d'une animation très divertissante.

### **Bon à savoir**

Les Seniors peuvent aussi choisir la formule du repas à emporter.

### **Permettre aux Seniors de s'investir dans des activités**

À Montrouge, les Seniors peuvent pratiquer de multiples activités via les nombreuses associations représentées sur tout le territoire. La Ville soutient les associations en mettant à leur disposition des équipements municipaux ou en leur versant des subventions.

Les Seniors ont le choix entre de multiples animations !

## Les associations et clubs de sports

### **Aquagym :**

Club Jules Ferry - Tél. : 01 46 55 25 38

Stade Multisports de Montrouge - Tél. : 01 42 53 70 88

### **Boules/Pétanque :**

Stade Multisports de Montrouge - Tél. : 01 42 53 70 88

### **Gym d'entretien :**

Association (Sports Loisirs de Montrouge) - Tél. : 06 16 60 21 34

### **Gymnastique pour tous :**

Stade Multisports de Montrouge - Tél. : 01 42 53 70 88

ELAN (Evasion Loisir Aventure Nature) - Tél. : 06 24 59 95 87

Club Jules Ferry - Tél. : 01 46 55 25 38

### **Jogging et marche rapide :**

Stade Multisports de Montrouge - Tél. : 01 42 53 70 88



**Randonnées :**

ELAN (Evasion Loisir Aventure Nature) - Tél. : 06 24 59 95 87  
Les amis de la nature Paris-Sud - Tél. 01 46 63 63 87

**Relaxation :**

Club Jules Ferry - Tél. : 01 46 55 25 38

**Taekwondo :**

Les Amis du Taekwondo - Tél. : 06 09 17 77 29

**Tennis :**

Stade Multisports de Montrouge - Tél. : 01 42 53 70 88  
Cercle Athlétique de Montrouge - Tél. : 01 46 57 59 00  
Association (Sports Loisirs de Montrouge) - Tél. : 06 16 60 21 34

**Les associations d'Anciens Combattants et Patriotiques**

Anciens Combattants et Prisonniers de Guerre  
(ACPG - sous couvert de l'UFAC) - Tél. 01 42 53 48 96.

Association Nationale des Anciens Combattants et Résistants  
Tél. 01 46 57 77 42.

Fédération Nationale des Anciens Combattants d'Algérie (Maroc et Tunisie)  
Tél. 01 46 55 74 38.



Défilé lors de la commémoration du 8 mai

Union Française des Associations de Combattants - Tél. 01 42 53 48 96.

Union Nationale des Combattants (UNC) - Tél. 01 46 54 52 36

Souvenir Français - Tél. 01 40 92 09 90

Fédération Nationale des Déportés, Internés et Résistants Patriotes  
Tél. 01 40 60 94 27

Société d'Entraide des membres de la Légion d'Honneur  
Tél. 01 47 35 23 13 (Présidente)  
Tél. 01 47 35 01 67 (Rép.)

Ordre National du Mérite - Tél. 01 47 35 02 25.

## **Les associations et clubs de loisirs**

### **Jeux de société :**

Clubs d'échec et de dames de Montrouge - Tél. : 01 43 57 82 14

Montrouge Loisirs (Bridge) - Tél. : 01 47 35 50 61

Montrouge Loisirs (Scrabble) - Tél. : 01 40 84 03 81

### **Sport cérébral :**

Clubs de Paris des Chiffres et des Lettres (CPCL) - Tél. : 01 44 36 96 97

### **Après midi dansant :**

Montrouge Thé Dansant - Tél. : 01 46 55 29 93

### **Voyages, sorties, rencontres :**

Union Nationale des Retraités et Personnes Agées (UNRAP)

Tél. : 01 46 55 52 28



Le Thé Dansant de Montrouge.

## Bon à savoir

- Office National des Anciens Combattants - Tél. : 01 42 04 48 97
- Retrouver toutes les associations de la commune répertoriées dans le Guide de la Ville de Montrouge ou sur le site Internet [92120.fr](http://92120.fr)
- Sortie annuelle de Printemps des associations des Anciens Combattants et Patriotiques sur un lieu historique organisée par Montrouge.  
Tél. : 01 46 12 74 91



## Les associations de quartiers

### Le parc (ex Buffalo- Ferry)

61, place Jules Ferry - Tél. : 01 42 53 25 71 et 06 43 00 49 41

### Haut-Mesnil Grand Sud

49, rue Molière - Tél. : 06 88 15 92 20

### Interlude - Quartier Est

10-12, boulevard du Général de Gaulle - Tél. : 01 46 12 92 51

### Porte de Montrouge

79/81 avenue Pierre Brossolette - Tél. : 06 73 06 83 10

### Vivre mon quartier (ex Vieux Montrouge)

3, rue Louis Rolland - Tél. : 06 31 27 31 30

### Village Jean Jaures

18, place Jean Jaurès - Tél. : 06 13 27 52 39

## Plan des associations de quartiers



# D<sup>les</sup> Dispositifs spécifiques aux personnes invalides, handicapées ou aux anciens combattants

L'intégration des personnes handicapées fait partie des préoccupations de la Ville. Cela fait plusieurs années que la Municipalité agit en ce sens : créations d'emplacements de stationnements réservés... Le Centre d'Action Sociale propose en complément des services financés par le Conseil Général des aides spécifiques pour les personnes dépendantes ou semi-dépendantes : aides aux transports...

## Développer des aides personnalisées par la prestation de compensation du handicap

La prestation de compensation est une aide financière destinée à financer les besoins liés à la perte d'autonomie des personnes handicapées. Ce soutien est versé à partir des besoins individuels de la personne. Elle couvre les aides à la personne, techniques (aménagement du logement, aménagement du véhicule...), animalières, tels que les chiens d'aveugles, spécifiques ou exceptionnelles comme les frais non remboursés par l'assurance-maladie ou encore liées à l'aménagement du logement, du véhicule de la personne handicapée.

### Pour qui ?

**Toute personne handicapée vivant à son domicile peut bénéficier de la prestation de compensation si :**

- Elle réside de façon stable et régulière sur le territoire national,
- Son handicap est définitif ou durable pendant plus d'un an,
- Elle est âgée de moins de 65 ans. Après 60 ans, la personne intéressée doit prouver que son handicap est apparu avant ou qu'elle bénéficiait de l'allocation compensatrice pour tierce personne.

Pour plus de renseignements, contacter le Centre d'Action Sociale par téléphone au 01 46 12 74 51.



## **Faciliter les déplacements des personnes handicapées par la carte d'invalidité**

Cette carte délivrée gratuitement a pour objectif d'attester que son détenteur est handicapé (à partir de 80% de taux d'invalidité). Elle permet à son titulaire et à la personne qui l'accompagne une priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, dans les salles ou les files d'attentes ainsi que dans les établissements et les manifestations accueillant du public.

Elle lui offre également de nombreux avantages financiers, fiscaux, une exonération éventuelle de la redevance audiovisuelle ainsi que diverses réductions tarifaires spécifiques des organismes exerçant une activité commerciale.

## **Pour qui ?**

**La carte d'invalidité est accessible sur demande à toute personne :**

- Dont le taux d'incapacité permanente est au moins de 80%
- Bénéficiaire d'une pension d'invalidité classée troisième catégorie par la Sécurité Sociale, sous conditions.

## **Comment obtenir la carte d'invalidité ?**

**Les personnes intéressées doivent remplir le formulaire fourni par la Maison Départementale des Personnes Handicapées à retirer au Centre d'Action Sociale.**

**Elles doivent ensuite joindre à leur dossier :**

- La photocopie de leur pièce d'identité ou de leur titre de séjour en cours de validité pour les personnes de nationalité étrangère
- Deux photos d'identité récentes
- Un justificatif de domicile
- Le dernier avis d'imposition

## **Attention**

La carte d'invalidité est délivrée pour une durée déterminée ou à titre définitif. Son attribution est révisée périodiquement : une carte d'invalidité peut être retirée.

Pour plus d'informations, contacter la Maison Départementale des Personnes Handicapées au 01 41 91 92 50.

## **Rendre prioritaire certains emplacements avec la carte européenne de stationnement**

Apposée sur le pare-brise du véhicule, cette carte d'une durée déterminée signale l'autorisation du titulaire de stationner sur une place réservée aux personnes handicapées.

Elle remplace progressivement le macaron "Grand Invalide Civil" et "Grand Invalide de Guerre".

## **Attention**

Les titulaires du macaron "Grand Invalide Civil" et "Grand Invalide de Guerre" doivent les remplacer par les cartes européennes de stationnement.

## **Bon à savoir**

La personne qui accompagne une personne titulaire de la carte de stationnement ou du macaron est autorisée à stationner sur les places réservées.

## **Pour qui ?**

- Les personnes titulaires de la carte d'invalidité à compter du taux de 80%
- Les personnes à la capacité et l'autonomie de déplacement réduites
- Les personnes atteintes d'une déficience sensorielle ou mentale qui nécessitent la présence d'une tierce personne dans les déplacements



## **Comment obtenir la carte européenne de stationnement ?**

### **Il faut adresser la demande soit auprès du :**

- Centre d'Action Sociale de Montrouge
- Service Départemental de l'Office Nationale des Anciens Combattants et Victimes de Guerre pour les personnes concernées
- Préfet pour les organismes de transport collectif
- La Maison Départementale des Personnes Handicapées des Hauts-de-Seine

Pour plus d'informations, contacter le Centre d'Action Sociale au 01 46 12 74 51 ou la Maison Départementale des Personnes Handicapées des Hauts-de-Seine au 01 41 91 92 50.

## **La carte des anciens combattants**

**Cette carte a pour fonction de reconnaître le statut de combattant de son titulaire. Elle lui permet d'obtenir certains avantages et prestations spécifiques telles que :**

- Une aide en cas de difficultés financières,
- Un accès prioritaire aux 9 maisons de retraite gérées par l'Office National des Anciens Combattants ou au réseau des maisons de retraite au label "Bleuet de France",

- De toucher la retraite des combattants à partir de 65 ans ou de 60 ans sous certaines conditions...,
- De bénéficier de la carte de transport Améthyste à 65 ans,
- De bénéficier d'une 1/2 part supplémentaire à partir de 75 ans ou si 45% d'invalidité ou veuve d'un pensionné de guerre.

### **Comment obtenir cette carte ?**

La demande doit être adressée au Service Départemental de l'Office National des Anciens Combattants et Victimes de Guerre (74 rue de Suresnes, 92 000 Nanterre) ou au Centre d'Action Sociale de Montrouge.

### **Le dossier doit être complété avec les pièces ci-jointes :**

- Deux photographies d'identité,
- Une copie de la pièce d'identité,
- Une copie du justificatif des services accomplis, certifiée conforme par la Mairie de Montrouge.

La carte est transmise au titulaire par l'intermédiaire de la Mairie de Montrouge.

### **Bon à savoir**

En cas de perte ou de vol, les demandes de renouvellement de la carte d'anciens combattants sont à adresser au Directeur de l'Office Départemental ayant délivré la première carte.

Pour plus d'informations complémentaires, contacter le Centre d'Action Sociale de Montrouge au 01 46 12 74 10 ou l'Office National des Anciens Combattants et Victimes de Guerre (ONAC) au 01 42 04 48 97.



Dépôt de gerbes le 25 août  
devant le monument aux morts.

# Cles Contacts utiles

---

**Centre d'Action Sociale**

11, rue Delerue  
Tél. : 01 46 12 74 10

**Centre Municipal de Santé**

Futur Pôle Solidarité  
5 rue Amaury Duval - 92120 Montrouge  
Tél. : 01 46 12 74 09

**Service de Maintien à Domicile**

5 rue Amaury Duval - 92120 Montrouge  
Tél. : 01 46 12 75 30

**Service de Soins Infirmiers à Domicile**

5 rue Amaury Duval - 92120 Montrouge  
Tél. : 01 41 17 04 98

# les Contacts utiles

---

## **Caisse d'Allocations Familiales**

7 rue Auguste Gervais - 92130 Issy les Moulineaux  
Tél. : 08 20 25 92 10

## **Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV)**

Antenne de Bourg-la-Reine  
11, rue de Fontenay - 92340 Bourg-la-Reine  
Tél. : 01 40 37 37 37

## **Centre Médical Psychologique (CMP)**

7 avenue Amaury Duval - 92120 Montrouge  
Tél. : 01 46 57 27 29

## **Circonscription de la Vie Sociale**

Pendant les travaux du Pôle Solidarité :  
19, avenue Léon Gambetta  
Bâtiment B - 3e étage  
9 rue Amaury Duval - 92120 Montrouge  
Tél. : 01 42 53 00 61

## **Conseil Général des Hauts-de-Seine**

2/16, Bd Soufflot - 92000 Nanterre  
Tél. : 01 47 29 30 31  
[www.seniors.hauts-de-seine.net](http://www.seniors.hauts-de-seine.net)

## **CPAM**

16 rue Victor Hugo  
Tél. : 0 820 904 192

## **CRAMIF (sécurité sociale)**

Permanence de Montrouge  
16 rue Victor Hugo  
Lundi et mardi matin.

## **Croix Rouge**

Tél. : 01 46 54 56 76  
Secouristes  
Tél. : 06 65 33 62 16

## **Maison Départementale des Personnes Handicapées**

2 rue Rigault - 92000 Nanterre  
Tél. : 01 41 91 92 50

## **Protection Civile**

Secouristes  
Tél. : 06 61 19 81 91

## **SAMU**

Tél. : 15

## **Médecins de garde**

SOS 92  
Tél. : 01 46 03 77 44

Direction de la publication : M. Jean-Loup METTON, Maire de Montrouge  
Rédaction : Centre Municipal de Santé - Centre d'Action Sociale - Direction de la Communication  
Conception - réalisation : Nathalie Vitti - 1, chemin de la Croix Blanche - 92290 Châtenay-Malabry  
Photos libres de droits : Imagesource, Bananastock, Pixland, Photoalto, Ville de Montrouge  
Impression : ETC INN - Avenue des Lions - Sainte Marie des Champs - BP 198 - 76196 Yvetot Cedex - 02 35 95 06 00

Tirage : 5 000 exemplaires  
Dépot légal : à parution - Avril 2010



À Montrouge, nous développons de nombreux services et aides spécialisées afin que les Seniors puissent profiter pleinement de leur retraite. Maintien à domicile, téléalarme, portage de repas à domicile, sorties, vous trouverez dans ce guide pratique "Aux côtés des Seniors" tous les renseignements utiles sur les différentes prestations proposées aux Montrougiens. Ce livret a pour objectif de répondre aux questions que vous pouvez vous poser.

LES ESSENTIELS DE MONTROUGE  
LES ESSENTIELS DE MONTROUGE

**Centre d'Action Sociale : 01 46 12 74 10**  
**Centre Municipal de Santé : 01 46 12 74 09**  
**[www.ville-montrouge.fr](http://www.ville-montrouge.fr)**