Aide à la personne , pour tous

La Maison des Aidants du Sicasmir:

Comment fonctionne la maison des aidants ?

La Maison des Aidants concourt à renforcer ses actions de proximité au bénéfice des aidants familiaux. Ses missions principales sont de lutter contre l'isolement et la sédentarité, prévenir de l'épuisement du proche aidant en proposant un accompagnement et un soutien psychologique : un travail pluridisciplinaire en collaboration avec des professionnels.

Une psychologue peut être amenée à intervenir auprès d'un aidant à domicile en situation de difficultés particulières et bloquantes (épuisement, souffrance psychologique, conflits, problèmes de santé...) afin de proposer un soutien spécifique et une orientation vers d'autres dispositifs complémentaires si besoin.

Depuis 2012, ce service du Sicasmir accompagne de nombreux aidants du Comminges. Thérapies de groupe, individuelles ou simplement d'accompagnement, la MDA a joué un rôle crucial dans la reconnaissance de cette fonction précieuse et souvent mal connue.

Nouveauté:programme 2023 à consulter à l'adresse suivante

www.sicasmir.fr/post/un-nouvel-atelier-gratuit-pour-les-proches-aidants

05 61 94 54 54
06 08 10 37 71

mda@sicasmir.fr

www.sicasmir.fr

Pour les seniors

Parce que la solidarité est la mission prioritaire du Conseil départemental, la collectivité anime un réseau de 30 maisons des solidarités (MDS) qui assure la mise en œuvre de l'ensemble des compétences sociales du département. Plus de 1100 professionnels de l'action sociale et médico-sociale répondent aux besoins des usagers : personnes en situation de précarité, enfance, famille, personnes âgées et personnes handicapées.

https://www.haute-garonne.fr/aide

contact@cd31.fr

Retrouvez les aides proposées par le Conseil départemental de la Haute-Garonne et dont vous pouvez bénéficier, selon votre situation ou par thématique.

Aide sociale aux personnes âgées ,Allocation personnalisée d’autonomie (APA),Carte Mobilité Inclusion (CMI),Chèque Solidarité 31 pour les personnes âgées, Téléassistance 31,Télégestion Solidarité 31,Transports gratuits pour les personnes âgées, Adapter son logement, Assurance vieillesse des parents au foyer (AVPF), Autonobus 31 : un transport adapté pour les personnes en situation de handicap, Conservation du patrimoine rural non protégé, Pratique artistique : ateliers et conférences culturels, Prendre contact avec une Maison des solidarités, Services d’aide et d’accompagnement à domicile pour les personnes âgées, Signaler un problème d'accessibilité sur le réseau de cars Arc-en-ciel, Télégestion Solidarité 31 personnes âgées ou handicapées.

Repas

MENU du 31 janvier au 6 février 2022

05 61 94 73 72

Produits locaux en rouge
Produit d'origine francaise en bleu
Produits bio en vert

Date	Menu 1	Menu 2
lundi 31 janvier 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Fromage Petits suisses	Potage Brocolis BIO à l'emmental Paupiette de veau Farfalles Fromage Poire au sirop
mardi 1 février 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Carré frais BIO Petits suisses	Potage Pâté de campagne (Barés) Côte de porc Haricots beurre persillés Carré frais BIO Crêpe au chocolat
mercredi 2 février 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Fromage Petits suisses	Potage Salade de pommes de terre Brochette de poisson pané Salsifis persillés Fromage Yaourt vanille BIO
jeudi 3 février 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Fromage Petits suisses	Potage Salade cœur de palmier et tomate Sauté de canard Poêlée de légumes Fromage Fruit de saison
vendredi 4 février 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Fromage Petits suisses	Potage Salade de mâche aux lardons Blanquette de poisson Riz pilaf Fromage Salade de fruit exotique
samedi 5 février 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Fromage Petits suisses	Potage Acras de morue Boulette de bœuf à la tomate Printanière de légumes Fromage Mousse au caramel
dimanche 6 février 2022	Potage Feuilleté à la saucisse Pied de porc (Barés) Carotte à la crème Fromage Petits suisses	Potage Salade au chèvre Gigot d'agneau Flageolets Fromage Mille feuille

Pour une meilleure organisation du service, veuillez retourner votre choix de menus le lendemain de la distribution en cochant dans la case correspondante. En vous remerciant de votre compréhension.

Aide à Domicile:

ADMR D'ASPET

NOUS CONTACTER :

Email : admr.saad.aspet@fede31.admr.org

SITE INTERNET

https://www.admr.org/associations/admr-daspet

Horaires

Accueil physique :
Du Lundi au Vendredi : 10h00 - 12h00 et 13h45 - 16h45

Accueil téléphonique :
Du Lundi au Vendredi : 8h00 - 12h00 et 13h45 - 16h45

Services proposés par cette association

- Garde d’enfants à domicile
- Ménage - Repassage
- Services pour personnes en situation de handicap
- Services pour séniors
- Soutien aux familles

Présentation

L'association ADMR D'ASPET intervient sur les communes suivantes : Arbas, Arbon, Arguenos, Aspet, Boutx, Cabanac-Cazaux, Castagnède, Castelbiague, Cazaunous, Chein-Dessus, Couret, Encausse-les-Thermes, Estadens, Figarol, Fougaron, Francazal, Ganties, Herran, His, Izaut-de-l'Hôtel, Juzet-d'Izaut, Lespiteau, Mane, Milhas, Moncaup, Montastruc-de-Salies, Montespan, Montgaillard-de-Salies, Montsaunès, Pointis-Inard, Portet-d'Aspet, Razecueillé, Rouède, Saleich, Salies-du-Salat, Sengouagnet, Soueich, Touille, Urau.
Elle est animée par une équipe de bénévoles qui encadrent une équipe de salariés.

Le SICASMIR

Le SICASMIR, précurseur dans les services d’aide à la Personne, participe depuis mai 1979, au développement des politiques sociales du maintien à domicile dans le Comminges (31).

Notre Syndicat, de part sa mission, permet à plus de 1300 personnes de demeurer à leur domicile en les aidant dans les actes essentiels de la vie quotidienne et en améliorant leur cadre de vie.

Le SICASMIR est un établissement public, qui met à disposition des personnes âgées, handicapées ou en perte d'autonomie, sept services principaux :

- 1. le Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile
- 2. le Service de Soins Infirmiers à Domicile PA (Personnes âgées)
- **3. le Service de Soins Infirmiers à Domicile PH (Personnes Handicapées)**
- 4. le Centre d'Accueil de Jour Alzheimer
- 5. le Service de soins infirmiers et de réhabilitation Alzheimer et maladies apparentées
- 6. la Maison des Aidants du Comminges

Tél : 05 61 94 54 54
sicasmir@wanadoo.fr**http://www.sicasmir.fr/sicasmir-detail.html**

Zone d'action du SICASMIR

L'aire géographique du SICASMIR couvre, selon les services

1. Pour le **Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile** : les 3 secteurs Montréjeau, Saint-Gaudens et Aspet soit 58 communes du Comminges.
2. Pour le **Service de Soins Infirmiers à Domicile PA** : les 5 secteurs de Montréjeau, Saint-Gaudens, Saint-Martory, Aspet et Barbazan soit 84 communes adhérentes dans le Comminges.
3. Pour le **Service de Soins Infirmiers à Domicile PH** : les 5 secteurs de Montréjeau, Saint-Gaudens, Saint-Martory, Aspet et Barbazan soit 84 communes adhérentes dans le Comminges.
4. Pour le **Centre d'Accueil de Jour Alzheimer**, la totalité du Comminges (cantons de Bagnères-de-Luchon, de Cazères et de Saint-Gaudens), soit 237 communes bénéficiaires.
5. Pour le **Service de Soins Infirmiers Alzheimer à Domicile** : la totalité du Comminges, (cantons de Bagnères-de-Luchon, de Cazères et de Saint-Gaudens) soit 237 communes bénéficiaires.

6. Pour la **Maison des Aidants du Comminges** : la totalité du Comminges (cantons de Bagnères-de -Luchon, de Cazères et de Saint-Gaudens), soit 237 communes bénéficiaires.

Télé Assistance

Téléassistance 31

C’est un service gratuit pour l’usager, pris en charge intégralement par le Conseil départemental.

Au domicile, un transmetteur est installé et une télécommande ultra-légère vous est remise (sous forme de pendentif ou de bracelet).
À la moindre pression, cela permet d’alerter à distance la centrale d’écoute qui déclenche alors la chaine de solidarité.

Direction politiques territoriales et infrastructures - Service aménagement territorial (Téléassistance 31)

1, boulevard de la Marquette 31090 Toulouse

05 34 33 32 04

teleassistance@cd31.fr

TÉLÉASSISTANCE FILIEN ADMR

Soyez relié et géolocalisé 24h/24, 7j/7 au centre d’écoute Filien ADMR grâce à votre téléphone portable. Une simple pression sur le bouton SOS au dos du téléphone et l’abonné est mis en relation avec un opérateur d’écoute qui localise sa position géographique. Il est prêt à faire intervenir les secours au bon endroit si besoin.

Pour les enfants

Centre de loisirs intercommunal "Les Farfadets"

Renseignements et inscriptions au 05.61.94.86.50 ou 06.72.59.88.26

Accueil des enfants dès 3 ans et jusqu'à 15 ans, pendant les vacances scolaires, de 8h à 18h.

Une équipe d'animation a été mise en place sous la responsabilité d'un coordonnateur Enfance/Jeunesse.

Tarifs selon repas ou non, selon sorties avec réduction CAF pour les journées entières de présence

Temps calme avec sieste : pour tous les enfants, des temps calmes sont mis en place et viennent rythmer la journée. Pour les plus petits un espace sieste leur est réservé à 13h30. Pensez à apporter leur doudou et une couverture ou un drap.

Des repas chauds et équilibrés sont servis sur place. Nous ne servons pas de collation le matin. Goûter offert vers 16h.

Le centre est ouvert de 8h à 18h.