

A large, stylized illustration in a light yellow color, set against a darker yellow background. It depicts three human figures standing side-by-side, holding hands. The figures are composed of simple, rounded shapes for heads and limbs, with one figure on the right having an arm raised. The overall style is minimalist and positive.

# Bien vieillir en Morbihan



ESPACE  
AUTONOMIE  
SENIORS

MORBIHAN



ESPACE  
AUTONOMIE  
SENIORS  

---

MORBIHAN

# Sommaire

## LES ACTEURS

4

Les espaces autonomie seniors,  
des professionnels près de chez vous

## LES SERVICES ET LES AIDES

8

Vivre chez soi le plus longtemps possible

12

Quand vivre à son domicile n'est plus possible

15

Des aides financières pour financer le surcoût  
lié à votre perte d'autonomie

## ANNEXES

16

Aidants familiaux, vous n'êtes pas seuls

16

Mesures de protection juridique

17

Maltraitance et signalement

# Les espaces autonomie seniors, des professionnels près de chez vous

---

Chaque personne âgée doit pouvoir être prise en charge de manière globale dans le respect de ses différences, de son histoire, de son parcours de vie. Les espaces autonomie seniors, présents sur le Morbihan, sont des interlocuteurs sur lesquels les seniors et leurs proches peuvent s'appuyer. Les professionnels de ces espaces les accompagneront à chaque étape du parcours.

## QUELLES SONT LEURS MISSIONS ?

- > **Informer et conseiller** les seniors et leurs proches sur :
  - le maintien à domicile;
  - les structures d'accueil pour personnes âgées;
  - l'accès aux droits (aides financières, protection sociale...).
- > **Organiser un suivi** soutenu pour les personnes confrontées à une situation complexe en termes de santé, d'autonomie, de situation sociale...
- > **Mettre en place des actions d'information et de prévention** à destination des seniors et leurs proches : santé, perte d'autonomie, lutte contre l'isolement, nutrition, sécurité routière...
- > **Évaluer les besoins et accompagner** la mise en œuvre de réponses adaptées.

## OÙ SE TROUVENT-ILS ?

Les espaces autonomie seniors se situent dans des lieux accessibles aux personnes à mobilité réduite.

ESPACE  
AUTONOMIE  
SENIORS

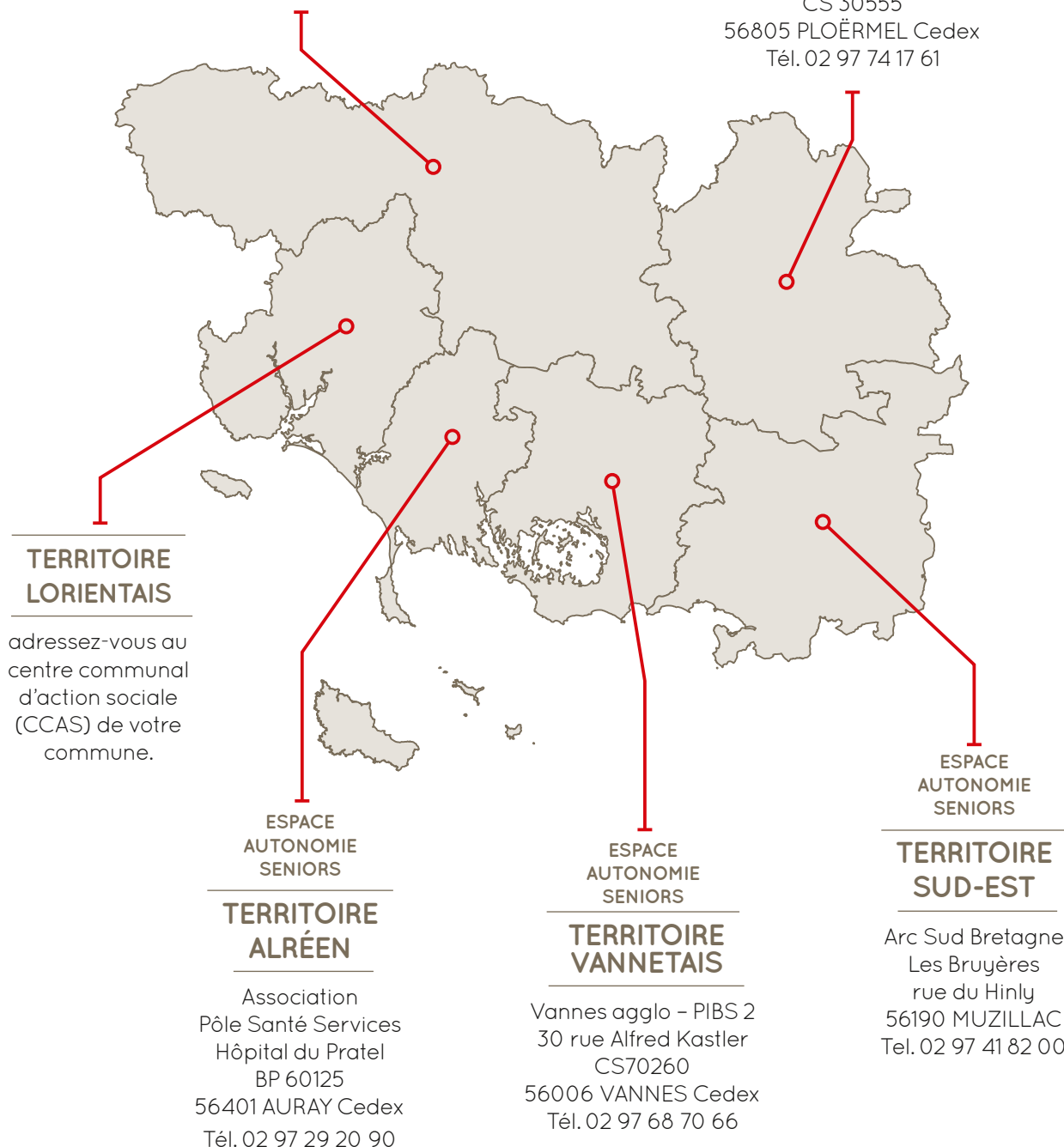
### TERRITOIRE CENTRE-OUEST

Pondi-Clic  
18-20 rue de la Plage  
56300 PONTIVY  
Tél. 02 97 25 35 37

ESPACE  
AUTONOMIE  
SENIORS

### TERRITOIRE PLOËRMELAIS

Syndicat mixte  
du pays de Ploërmel  
Centre d'activités de Ronsouze  
CS 30555  
56805 PLOËRMEL Cedex  
Tél. 02 97 74 17 61



## > LES SERVICES ET LES AIDES

Pour fluidifier le parcours de la personne et éviter les ruptures de suivi d'un professionnel à l'autre, les espaces autonomie seniors ont également pour mission d'animer et de coordonner le réseau des professionnels du territoire.

### FAVORISER LE MAINTIEN À DOMICILE

voir page 8

#### aides humaines

aide à domicile  
soins à domicile

#### aides matérielles

portage de repas  
livraison des courses  
téléalarme  
matériel médical  
etc.

#### solution de répit

accueil de jour/de nuit  
hébergement temporaire

#### conserver un lien social est important

famille, amis, voisinage, etc...  
des actions peuvent également être proposées par votre commune ou une association (clubs de loisirs, université du temps libre...)

#### logement

adaptation du logement  
amélioration du confort  
etc.

### SOLLICITER UNE AIDE FINANCIÈRE

voir page 16

#### allocation logement

Caisse d'allocations familiales

#### allocation de retour à domicile après hospitalisation

Caisse de retraite et santé au travail (CARSAT)  
Mutualité sociale agricole (MSA)

#### aides financières complémentaires, aides sociales

Mutuelle Prévoyance-assurance  
Département du Morbihan  
Caisse de retraite et santé au travail (CARSAT)  
Mutualité sociale agricole (MSA)

#### aide à l'accueil temporaire

Département du Morbihan

#### aide personnalisée à l'autonomie

Département du Morbihan

# CHOISIR UN HÉBERGEMENT

voir  
page  
13

## alternatives au domicile

### DOMICILE PARTAGÉ

8 personnes âgées désorientées cohabitent dans une maison adaptée. Un service d'aide est mis en place jour & nuit.

### FAMILLE D'ACCUEIL

1 à 3 personnes âgées accueillies dans une famille agréée par le Département

### RÉSIDENCE SERVICE

achat ou location d'un appartement dans une résidence qui propose des services à la personne.

voir  
page  
15

## hébergement en institution

### ÉTABLISSEMENT D'HÉBERGEMENT POUR PERSONNES ÂGÉES (EHPA)

pour les personnes autonomes ou peu dépendantes

### PETITE UNITÉ DE VIE (PUV)

pour les personnes dépendantes avec prise en charge par les services d'aide à domicile et les services de soins

### ÉTABLISSEMENT D'HÉBERGEMENT POUR PERSONNES ÂGÉES DÉPENDANTES (EHPAD)

établissement médicalisé pour les personnes dépendantes physiquement ou psychiquement

### UNITÉ DE SOINS DE LONGUE DURÉE (USLD)

orientation vers ces établissements pour les personnes très dépendantes dont la santé nécessite une surveillance médicale permanente sur prescription médicale



N'hésitez pas à vous adresser aux espaces autonomie seniors pour savoir vers qui vous tourner

# Vivre chez soi le plus longtemps possible

Rester vivre chez soi le plus longtemps possible, c'est le vœu de tous. Pour que cela puisse être possible le domicile doit être un cadre de vie sécurisant. Cela passe par un habitat aménagé et des services adaptés à l'évolution de sa situation.

## DES SERVICES PRATIQUES POUR LA VIE DE TOUS LES JOURS

Les services d'aide à domicile peuvent intervenir auprès des personnes âgées et particulièrement lorsque celles-ci commencent à avoir des difficultés pour accomplir seule certaines tâches: faire le ménage, les courses, préparer les repas, se laver, s'habiller, se déplacer, manger seul... Plusieurs aides peuvent alors être mises en place.

## Les solutions de répit (l'accueil temporaire)

L'accueil temporaire se décline en deux modes distincts :

### L'ACCUEIL DE JOUR/DE NUIT

Une personne peut être accueillie une ou plusieurs fois par semaine, en journée complète ou en demi-journée dans un établissement d'hébergement qui propose un accueil de jour. Cela lui permet de maintenir une vie sociale, de participer à des activités adaptées et à son aidant de s'absenter, de souffler.

### L'HÉBERGEMENT TEMPORAIRE

Pendant une semaine et jusqu'à trois mois, une personne peut être accueillie dans un établissement d'hébergement. Cette solution peut être utile lorsque le maintien à domicile est momentanément compromis: absence, programmée ou non des aidants, besoin de répit, travaux dans le logement ... Il peut également s'utiliser comme une période de découverte avant une entrée définitive en établissement ou avant un retour à domicile après hospitalisation.



TOUTES LES AIDES FINANCIÈRES, PAGE 16



## Des aides humaines

### > LES AIDES À DOMICILE

Les aides à domicile peuvent aider pour :

- **les actes de la vie quotidienne :**  
entretien courant du logement et du linge, aide à la toilette et à l'habillage, préparation et prise des repas, l'aide au lever/coucher...
- **les activités de la vie sociale :**  
accompagnement dans les déplacements extérieurs, démarches administratives...

Pour faire appel à ces aides à domicile, il y a 3 formules possibles :

- › Mode « **prestataire** » : vous faites appel à un organisme agréé qui sera l'employeur de votre aide à domicile. Vous paierez les interventions sur facture. Vous n'aurez aucune autre démarche à effectuer.
- › Mode « **mandataire** » : vous êtes l'employeur direct de votre aide à domicile mais vous passez par un organisme agréé qui vous aidera dans le recrutement de votre aide à domicile et s'occupera des formalités administratives. Il vous facturera des frais de gestion pour cette prise en charge. Avec ce mode, vous êtes lié à votre salarié par un contrat de travail.
- › Mode « **emploi direct** » : Vous êtes l'employeur direct de votre aide à domicile. Vous prenez en charge le recrutement et les formalités administratives (contrat de travail, déclaration URSSAF...).

### > DES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ : AIDE-SOIGNANT, INFIRMIER.

Les infirmiers assurent des soins infirmiers (médicaments, pansements, ...) ou des soins d'hygiène (toilette, habillage, changes, ...), une aide aux transferts (se lever, se coucher). Leur passage peut être quotidien ou plus ; et ce jusqu'à 7 jours sur 7 si besoin.

Ces interventions sont prises en charge par l'assurance maladie, sur prescription médicale, dans le cas d'une affection longue durée.

Les aides-soignants interviennent dans le cadre d'un SSIAD : Service de Soins Infirmiers à Domicile (service autorisé par l'Agence Régionale de Santé). Les soins sont dispensés par les aides-soignants sous la responsabilité d'une infirmière coordinatrice et les actes infirmiers prescrits sont assurés par les infirmiers libéraux par convention avec le SSIAD. L'intervention des SSIAD est prise en charge par l'assurance maladie.

---

## Des aides matérielles

- > portage de repas,
- > livraison des courses,
- > téléalarme,

- > matériel médical,
- > transport
- > ...

Les équipes des espaces autonomie seniors évalueront avec la personne, ou ses proches, les besoins pour améliorer le quotidien et l'accompagneront dans la mise en œuvre de ces services.

### BIEN VIVRE DANS MON LOGEMENT

Pour pouvoir vivre chez soi le plus longtemps possible il est parfois nécessaire d'adapter et/ou d'améliorer son logement. Lorsque cela est possible, il est important d'intégrer les astuces d'un habitat facile à vivre dès la construction du logement : largeur des portes, chambre et commodités au rez-de-chaussée...

### Pourquoi adapter son logement?

- > pour faciliter le confort au quotidien
- > pour prolonger le maintien à domicile
- > pour soulager le travail des soignants et des aidants familiaux
- > pour faciliter le retour à domicile après une hospitalisation

### COMMENT ?

- installer une rampe d'escalier ou un plan incliné
- privilégier un bon éclairage pour sécuriser les déplacements
- mettre en place des volets électriques
- vérifier que les sols soient sans obstacle, réguliers et non glissants
- choisir un robinet mitigeur (plus facile à régler)
- travailler en position assise ou sur un siège «assis-debout»
- équiper douche et baignoire d'une barre d'appui et d'un siège de bain
- installer un réhausseur de WC et une rampe pour vous aider à vous relever
- supprimer tapis et descentes de lit



Astuce

*Bien entretenus vos barrières, portails, porte de garage, système d'alarme fonctionneront mieux.*



**N'hésitez pas à vous adresser aux espaces autonomie seniors pour savoir vers qui vous tourner**



# Quand vivre à son domicile n'est plus possible

---

Il arrive que le domicile ne soit plus un cadre de vie sécurisant pour la personne âgée. En fonction de son état de santé et de son niveau d'autonomie, il existe des solutions alternatives pour retarder l'entrée en établissement tout en sécurisant le quotidien de la personne (l'accueil familial, le domicile partagé, l'accueil temporaire). Mais lorsque l'entrée en établissement est incontournable, vers quel établissement se tourner ?

## ENTRE LE "CHEZ-SOI" ET L'HÉBERGEMENT COLLECTIF

### LE DOMICILE PARTAGÉ

Sous le terme de « domicile partagé » s'entend une nouvelle génération de « colocation » : dans une maison adaptée aux contraintes de vie liées au vieillissement s'installent 8 personnes âgées désorientées qui ne peuvent plus vivre seules et dont l'accompagnement 24h/24 est nécessaire. Les occupants, hommes ou femmes, bénéficient d'un espace privé auquel s'ajoutent des espaces de vie collectifs. Pour les accompagner jour et nuit, une assistance aux personnes est mise en place par un service d'aide à domicile.

Les personnes accueillies dans ces domiciles partagés ont développé la maladie d'Alzheimer (ou une pathologie apparentée).

### L'ACCUEIL FAMILIAL

La famille d'accueil, qui a obtenu l'agrément du Département, prend en charge 1 à 3 personnes âgées qui s'intègrent à la vie quotidienne de la famille. Une équipe du Département s'occupe du suivi médico-social des personnes accueillies, et s'assure de la qualité de l'accueil.

### RÉSIDENCE SERVICE

Dans ces résidences conçues pour les seniors qui veulent s'affranchir des contraintes du quotidien tout en préservant leur indépendance, il est possible d'acheter ou de louer un appartement. Les occupants versent des charges de fonctionnement pour des services supplémentaires (accueil, restauration, animation, sécurité...). Ces frais viennent en plus des charges de copropriété/locatives habituelles (ascenseur, entretien des parties communes, syndic...).

## LES ÉTABLISSEMENTS D'HÉBERGEMENT

On les appelle souvent « maisons de retraite ». Il s'agit en fait de 4 catégories d'établissements d'hébergement pour personnes âgées qui présentent différents niveaux de prise en charge du soin. En effet, le niveau de dépendance de la personne prise en charge conditionne son orientation vers un type d'établissement ou un autre.

**Les établissements d'hébergement pour personnes âgées (EHPA)**, anciennement appelés « foyer-logement », sont des établissements non-médicalisés qui accueillent des personnes valides et autonomes ou faiblement dépendantes. **Les petites unités de vie (PUV)** aussi appelées maisons d'accueil pour personnes âgées (MAPA) sont des établissements de moins de 25 places. Ils peuvent accueillir des personnes dépendantes bénéficiant d'une prise en charge par les services d'aide à domicile, les services de soins à domicile ou infirmiers libéraux sur prescription médicale individuelle.

**Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD)** sont des établissements médicalisés qui accueillent des personnes présentant une dépendance physique et/ou psychique.

**Les unités de soins de longue durée (USLD)** relèvent d'un hôpital et accueillent des personnes très dépendantes dont la santé nécessite une surveillance médicale permanente. L'orientation vers ces établissements se fait sur prescription médicale.

## FACILITER VOS DÉMARCHES

### Un dossier unique de pré-inscription quels que soient vos choix d'établissement

Pour simplifier les démarches de demande d'admission en établissement pour personnes âgées, le Département du Morbihan et les structures concernées ont mis en place un dossier unique de pré-inscription. Ainsi, quelle que soit la formule retenue (hébergement temporaire ou permanent) et le type d'établissement souhaité, un seul et unique dossier est à renseigner.



#### À NOTER

*ce dossier ne permet pas une entrée immédiate en établissement. Il s'agit d'une demande d'inscription sur les listes d'attente des établissements morbihannais.*

### > VOUS SOUHAITEZ DEVENIR FAMILLE D'ACCUEIL ?

**Adressez-vous au Département du Morbihan pour retirer un dossier de demande d'agrément.**

Pour donner son agrément, le Département vérifie plusieurs points: votre logement est-il adapté à l'âge et aux capacités physiques des personnes âgées accueillies, votre lieu d'habitation est-il proche de certains services (pharmacies, commerces...). La famille qui accueille perçoit une rémunération en contrepartie de cet hébergement.

#### CONTACT

*Département du Morbihan  
service conseil et évaluation  
médicale et médico-sociale,  
Téléphone: 02 97 54 79 86*



## Des aides pour financer le surcoût lié à votre perte d'autonomie

La plupart des aides financières sont calculées en fonction du degré d'autonomie et des ressources.

- > **Vous êtes autonome mais commencez à rencontrer des difficultés pour effectuer certaines tâches de la vie quotidienne.** Votre caisse de retraite, votre mutuelle, ou votre assureur ou encore le Département peuvent proposer des aides au financement, voire prendre en charge une partie des prestations.
- > **Vous avez besoin d'un accompagnement pour les tâches quotidiennes :** difficulté pour assurer seule sa toilette, besoin d'aide pour se lever... L'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie) peut être demandée au Département pour vous aider à financer les services d'aide au maintien à domicile.  
**CONTACT** Département du Morbihan, Pôle APA, 02 97 54 74 77.
- > **Vous souhaitez entrer, ou êtes déjà, en établissement d'accueil temporaire.** Une aide financière appelée aide sociale facultative à l'accueil temporaire peut vous être accordée dans la limite de 150 jours sur une période de 12 mois pour l'accueil de jour ou de nuit et 90 jours pour un accueil à temps complet.  
**CONTACT** Département du Morbihan, Direction adjointe des prestations individuelles, 02 97 54 74 26.
- > **Vous souhaitez entrer, ou êtes déjà, en établissement et vous avez de faibles revenus** et qu'aucun membre de votre famille n'est en mesure de payer les frais liés à l'hébergement, une demande d'aide sociale peut être faite.  
**CONTACT** Département du Morbihan, Direction adjointe des prestations individuelles, 02 97 54 74 26.
- > Des aides ponctuelles sont également possibles en **sortie d'hospitalisation**. La caisse de retraite de santé au travail (CARSAT) ou la mutualité sociale agricole (MSA) peuvent par exemple intervenir au titre de l'Allocation de Retour à Domicile après Hospitalisation (ARDH).

**TY CHÈQUES APA** > faciliter l'accès des personnes âgées aux aides à domicile, les bénéficiaires de l'APA qui emploient directement leur aide à domicile ou passent par un service mandataire reçoivent la participation du Département sous forme de chèques prépayés. C'esty chèques présentent un double intérêt, ils allègent les démarches, sociales et fiscales, à effectuer lors des interventions réalisées à domicile, et permettent de moduler les interventions suivant les besoins.

## AIDANTS FAMILIAUX, VOUS N'ÊTES PAS SEULS

Les aidants familiaux jouent un rôle essentiel auprès de leurs proches âgés et en perte d'autonomie. Très souvent le maintien à domicile des aînés ne serait pas possible sans leurs interventions ponctuelles ou permanentes. Cette tâche demande un grand dévouement et il faut savoir s'accorder un moment de répit. Pour soulager les aidants familiaux, des solutions de répit peuvent être mises en place comme l'accueil temporaire (voir page 14) Les aidants familiaux peuvent aussi s'appuyer sur :

- les groupes d'échanges de paroles : lieux de discussion avec d'autres aidants familiaux confrontés aux mêmes difficultés et qui peuvent, grâce à leurs expériences, leurs astuces, être un réel soutien et faciliter le quotidien.
- les associations : elles ont un rôle d'information, de réconfort et de conseils. Leurs membres, parfois des bénévoles, sont à l'écoute. Ils peuvent avoir traversé ou traversent la même expérience.

Ils peuvent également participer à des formations pour mieux comprendre la maladie et ainsi mieux prendre en charge.

## MALTRAITANCE ET SIGNALEMENT

La maltraitance ou les mauvais traitements infligés à des personnes âgées, particulièrement vulnérables et dépendantes, doivent être signalés par quiconque en a eu connaissance.

### ➤ Repérer une situation de maltraitance

La maltraitance s'entend de toutes les formes de violence et de négligence, familiale ou institutionnelle, associées ou non (physiques, morales, psychologiques, médicamenteuses, financières, etc.)

La négligence est fautive, non seulement si elle est active (enfermement...) mais aussi si elle est passive (absence d'aide à l'alimentation...).

### ➤ Signalement de la maltraitance

Toute personne (sous réserve des dispositions spécifiques liées au secret professionnel) ayant connaissance d'une situation de maltraitance d'une personne âgée peut et doit alerter les autorités.

### ➤ Personnes à alerter

Il convient :

- de saisir une autorité administrative (préfet du département, délégué territorial de l'ARS, président du Conseil général),
- ou de saisir le Procureur de la République ou son substitut.



N'hésitez pas à vous adresser aux espaces autonomie seniors pour savoir vers qui vous tourner









