

Guide de l'aidant

DU TARN-ET-GARONNE

ÉDITION 2026



SOMMAIRE

S'INFORMER	5
AIDES AU RÉPIT	13
STRUCTURES ET HANDICAP	21
AIDES JURIDIQUES ET FINANCIÈRES	25
FORMATIONS ET SOUTIEN	31
SANTÉ	35
FIN DE VIE	39
AIDANTS EN ACTIVITÉ	41
ANNUAIRE	49



ÉDITO

Le Pôle Partenaires Aidants (PPA) initié par AG2R LA MONDIALE dans les Hautes-Pyrénées est une démarche qui rassemble des professionnels (politiques, institutionnels, associatifs, entreprises...) et des proches aidants. Convaincus et animés par la même **volonté de développer le soutien aux proches aidants** (actifs, retraités, enfants de personnes âgées, en situation de handicap, malades...) l'ARS Occitanie et AG2R LA MONDIALE ont souhaité ensemble essaimer cette démarche de Pôle Partenaires Aidants sur tous les départements de l'Occitanie Ouest en commençant par le Tarn-et-Garonne.

Le PPA en fédérant cette communauté d'acteurs engagés sur la thématique des aidants souhaite proposer une **meilleure visibilité des services et des actions en faveur des aidants sur les territoires**. Grâce à une dynamique collective et pluridisciplinaire, le PPA encourage et soutient l'émergence de nouvelles actions pour les aidants en co-construction avec eux : communication et information, solutions d'accompagnement et de répit des aidants, formation, soutien psychologique... Le PPA grâce à cette démarche partenariale a pour objectif de mieux prendre en compte la situation globale de l'aide pour lui apporter des **réponses personnalisées et le soutenir dans tous ses besoins**.

Le **PPA** est un collectif d'acteurs ouvert à toutes les structures **souhaitant s'informer, contribuer et/ou co-construire des projets au service des proches aidants**.

Un comité de pilotage composé de quelques partenaires du Pôle permet de coordonner et animer cette communauté d'acteurs, et sur notre territoire du Tarn-et-Garonne, c'est sous l'impulsion de l'APAS 82, gestionnaire des deux dispositifs de plateforme d'accompagnement et de répit des aidants, qu'il se développe. De nombreux acteurs du territoire se sont mobilisés au travers de commissions d'échanges et de travail dont une sur la communication qui a donné naissance à ce guide.





Ce guide est un outil qui devrait permettre aux proches aidants du Tarn-et-Garonne de **trouver des réponses** à leurs questions et ainsi **faciliter leur quotidien**. Il a été structuré en plusieurs parties pour rendre la recherche d'informations plus aisée. Au début du guide, le proche-aidant pourra se référer à des questions qu'il peut, au quotidien, être amené à se poser. À chacune des questions, des réponses sont apportées et renvoient à une composante du guide.

Ce document, simple et très concret, conçu par les professionnels du département du Tarn-et-Garonne qui côtoient au quotidien des proches aidants, rassemble toutes les informations sur les droits des aidants et de leur proche en perte d'autonomie et indique tous les interlocuteurs locaux, régionaux ou nationaux auxquels chacun peut s'adresser pour trouver de l'aide.

Nous espérons que ce guide aidera ceux qui chaque jour accompagnent et prennent soin de leur proche et qu'il leur donnera toutes les informations concrètes permettant de contribuer à alléger leurs contraintes quotidiennes.

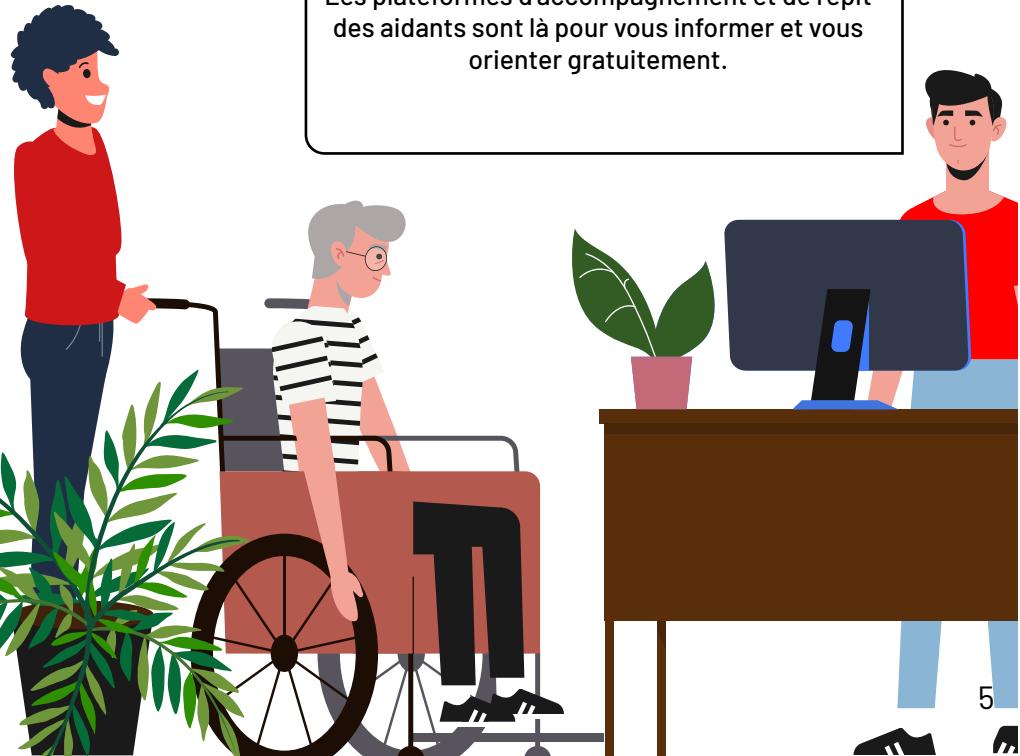
S'INFORMER

Être conseillé et orienté au mieux.



J'accompagne mon proche et j'aimerais avoir des informations sur les aides possibles, vers qui puis-je me tourner ?

Les plateformes d'accompagnement et de répit des aidants sont là pour vous informer et vous orienter gratuitement.





Trouver de l'information

Être informé, conseillé et orienté au mieux.

LA PLATEFORME DE RÉPIT DES AIDANTS

Être conseillé par des professionnels spécialisés dans l'aide aux aidants.

Site Montauban

2761 Route de Saint Martial,
82000 Montauban
 05 63 20 57 21
 pfr1@apas82.fr

Site Castelsarrasin

34/36, boulevard du 4 Septembre,
82100 Castelsarrasin
 05 63 32 71 80

DAC 82 (Dispositif d'Appui à la Coordination Tarn-et-Garonne)

Appui au maintien à domicile ou en établissement médico-sociaux.

275 rue du Clos Maury,
82000 Montauban
 05 63 300 900
 secretariat.accueil@dac82.fr

COM 360 (Communauté 360)

Trouver des solutions adaptées aux personnes en situation de handicap.

<https://communaute360-tarnetgaronne.fr/>
 0800 360 360
 communication@c360-tarnetgaronne.fr

LES MAISONS DES SOLIDARITÉS (MDS)

Les MDS assurent, à travers leurs équipes médico-sociales, la mise en œuvre des politiques d'aide et d'action sociale du Conseil Départemental.

Site Montauban

30 avenue Marcel Unal,
82000 Montauban
 05 63 66 85 75
 mds.montauban@tarnetgaronne.fr

Site Castelsarrasin / Moissac

22 rue de la Mouline,
82100 Castelsarrasin
 05 63 32 51 45
 mds.castelsarrasin.moissac@tarnetgaronne.fr

Site Beaumont de Lomagne / Valence d'Agen

54 boulevard Victor Guilhem,
82400 Valence d'Agen
 05 63 39 66 22
 mds.beaumont.valence
6 @tarnetgaronne.fr

Site Montech / Verdun sur Garonne

3 rue des Écoles,
82700 Montech
 05 63 27 09 51
 mds.montech.verdun@tarnetgaronne.fr



Site Caussade / Nègrepelisse



Rue de la piscine,
82800 Nègrepelisse

05 63 30 91 54

mds.caussade.negrepelisse@tarnetgaronne.fr

LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES (MDPH)

Ouverte aux personnes en situation de handicap et à leurs familles. Ses missions sont d'accueillir, informer, orienter et accompagner les personnes en situation de handicap.

MDPH 82

28 rue de la Banque,
82000 Montauban

0 800 10 28 48

mdph@tarnetgaronne.fr

LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS OU CIAS)

Un CCAS/CIAS est un service administratif porté par les communes ou les communautés de communes dont les rôles sont d'informer, d'aider dans les démarches administratives, d'animer des actions de prévention sociale....

Pour plus d'informations, rapprochez-vous de votre commune ou de votre intercommunalité.

LE CENTRE LOCAL D'INFORMATION ET DE COORDINATION (CLIC)

Être informé sur les problématiques des plus de 60 ans.

CLIC AVERTIIR (secteur Caussade/ Caylus/St Antonin)

23 avenue Évariste Huc,
82160 Caylus

05 63 24 16 11

clic.caylus@udm82.fr

CLIC de Montauban (secteur Grand Montauban)

285 avenue du Père Léonid Chrol,
82000 Montauban
05 63 63 93 92
poleseniors@ville-montauban.fr

CLIC du CIAS de la Communauté de Communes des 2 rives

2 rue du Général Vidalot,
82400 Valence d'Agen
05 63 29 92 35
cias@cc-deuxrives.fr

FRANCE SERVICES

Les France Services dispensent au minimum neuf services : ceux du ministère de l'Intérieur, des Finances publiques, de la Justice, de l'assurance maladie, de l'assurance retraite, de la Caisse d'Allocations Familiales, de France Travail, de la Mutualité Sociale Agricole et de La Poste.

France services mobile

Moissac-Confluences Multi-sites

 **06 45 51 36 83**

 franceservices.confluences@mpn.msa.fr

Beaumont-de-Lomagne

 413 route d'Esparsac

 **05 63 65 34 26**

 contact@cc-lomagne82.fr

Bourg-de-Visa

 1 Route de Moissac

 **05 63 32 61 50**

 msap-bourgdevisa@info82.com

Castelsarrasin

 44 rue de la fraternité

 **05 63 22 85 98**

 pref-franceservicescastelsarrasin@tarn-et-garonne.gouv.fr

Caussade

 1 place de la gare

 **05 63 26 09 40**

 franceservices@quercycaussadais.fr

Caylus

 8 rue du Long

 **05 63 24 50 41**

 franceservices.caylus@cc-qrga.fr

Grisolles

 9 rue François Faugères

 **05 63 27 05 70**

La-Ville-Dieu-du-Temple

 Place des templiers

 **05 63 21 79 68**

 la-ville-dieu-du-temple@france-services.gouv.fr

Labastide-Saint-Pierre

 90 avenue Jean Jaurès

 **05 32 09 53 40**

 msap.labastidesaintpierre@grandsud82.fr

Lafrançaise

 33 rue Marie Lafon

 **05 63 65 91 90**

 franceservices@cc-payslafrancaisain.fr

Lauzerte

 10 place des Cornières

 **05 63 94 65 13**

 info-aqps@orange.fr

Moissac

 18 ter avenue du Dr Rouanet

 **09 70 21 44 82**

 mairie-franceservicesmoissac@moissac.fr



Monclar-de-Quercy

 33 avenue du Colonel Raynal
 **05 63 30 46 46**
 franceservicesrelais@quercyvertaveyron.fr

Montpezat-de-Quercy

 Boulevard des fossés
 **05 63 02 02 66**
 montpezat-de-quercy@france-services.gouv.fr

Montaigu-de-Quercy

 2 place de l'hôtel de ville
 **05 63 04 64 47**
 montaigu@france-services.gouv.fr

Nègrepelisse

 370 avenue du 8 mai 1945
 **05 63 30 90 90**
 franceservices@quercyvertaveyron.fr

Montauban - Cœur de ville

 Rue mary Laffont
 **05 63 67 54 89**
 montauban-ville@france-services.gouv.fr

Saint-Antonin-Noble-Val

 23 place de la Mairie
 **05 63 25 00 31**
 franceservices.stantonin@cc-qrga.fr

Montech

 21 boulevard Lagal
 **05 32 09 62 20**
 franceservices.montech@grandsud82.fr

Villebrumier Bureau de poste

 Place de la Mairie
 **05 63 91 89 02**
 villebrumier@france-services.gouv.fr MSAP

ASSOCIATIONS

AFSEP 82

(Association Française
des Sclérosés En Plaques)

📞 06 76 80 03 63

✉️ marie-claude.praturlon@afsep.fr

AFM Téléthon

(maladies neuromusculaires
et maladies rares)

📞 05 61 39 95 60

APF France Handicap

(tout handicap)

📍 315 rue de Pater,
82000 Montauban

📞 05 63 63 83 12 - 06 30 29 14 47

✉️ dd.82@apf.asso.fr
sofy.delannoy@apf.asso.fr

ARSLA

(Association pour la Recherche sur la
Sclérose Latérale Amyotrophique et
autres maladies du motoneurone)

📞 01 58 30 58 57 - 06 81 83 53 58

✉️ coordination.arsla.occitanie@gmail.com

ASEI

(Accompagnement, Éducation, Insertion
des personnes en Situation de handicap)

📞 05 62 19 30 30

✉️ asei.siegesocial@asei.asso.fr

Autisme 82

📞 07 66 52 09 33

✉️ autisme.montauban.82@gmail.com

Fondation OPTEO

(amélioration de la qualité de vie des
personnes en situation de handicap)

📞 05 65 77 22 40

✉️ fondation-opteo.fr

France Alzheimer

📍 275 rue du Clos Maury,
82000 Montauban

📞 05 63 20 47 64

✉️ f.alzheimer82@gmail.com

France Parkinson

📞 05 63 32 30 48 - 07 64 76 28 68

✉️ comite82@franceparkinson.fr

Huntington France

📞 06 23 15 29 59

✉️ genevieve-chaminade@wanadoo.fr

Ligue contre le cancer

📍 140 avenue de l'Europe,
82000 Montauban

📞 05 63 63 52 39

✉️ cd82@ligue-cancer.net

UNADEV

(Union Nationale Des Aveugles
et Déficients Visuels)

📍 11 rue du Moulin Bayard,
31000 Toulouse

📞 05 62 73 61 21

✉️ toulouse@unadev.com

Voir Ensemble

📍 34 rue d'Albert,
82000 Montauban

📞 05 63 20 10 80

UNAFAM

(Union Nationale de Famille et Amis des
personnes Malades et/ handicapées
psychiques)

📍 23 rue du Docteur Alibert,
82000 Montauban

📞 05 63 91 53 44 - 06 15 36 31 53

✉️ 82@unafam.org

Epice 82

Accueil et accompagnement de personnes en situation d'addiction et de leur entourage

📍 3 rue Delcassé,

82000 Montauban

📞 05 63 66 62 48

✉️ contact@apice82.fr

Maison des Adolescents

Lieu d'accueil et d'écoute pour les 11-25 ans et leur entourage

📍 29 bis Faubourg du Moustié,

82000 Montauban

📞 05 63 63 72 95

✉️ contact@mda.org

Centre ressource Lafrançaise Occitanie

📞 06 38 05 10 68

✉️ contact@centre-ressource
-lafrancaiseoccitanie.org

Y ARRIVAREM Tarn & Garonne

(insertion d'enfants et d'adultes en situation de handicap... au travers d'activités sportives, culturelles, de loisirs et de découvertes)

📍 1 place de la mairie,

82700 Montech

📞 05 63 63 72 95



ALLÔ SERVICE PUBLIC

Accueil téléphonique pour tout renseignement administratif.

📞 3939

ESPACE MÉDIATION FAMILIALE

Il propose un temps d'écoute, d'échange pour aborder tous les conflits dans la famille afin de retrouver une communication apaisée.



Médiation Aidants & Aidés



5A boulevard Garrisson,
82000 Montauban
05 63 63 54 37
mediation82@orange.fr

ACTIONS SOCIALES, CAISSES DE RETRAITE COMPLÉMENTAIRE ET ASSURANCES

Ces dernières peuvent accompagner les bénéficiaires en situation d'aide. Cet accompagnement est variable selon les actions sociales (écoute, soutien financier, soutien psychologique, aide au répit, aide juridique...).

Ag2R La Mondiale

01 41 05 27 58

Alliance Professionnelle retraite

0 800 74 16 74

APICIL

04 26 23 82 44

CARSAT

39 60

IRCEM

03 20 45 57 81

KLEIA

09 69 39 00 54

MALAKOFF HUMANIS

39 96

MSA

05 63 21 61 39

mpnass.blf@mpn.msa.fr

SNCF

39 60

sylvie.faure@sncf.fr

mathilde.hinard@sncf.fr

S'INFORMER SUR INTERNET

• Pour les informations du territoire

www.personnes-agees-tarn-et-garonne.fr
www.dac82.fr/
www.maboussoleaidants.fr
www.tarnetgaronne.fr/
www.aidants82.fr
www.mnd-occitanie.fr/

• Des clés au niveau national

www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr
<https://www.pourbienvieillir.fr/>

AIDE AU RÉPIT

Prendre un temps de repos.



J'accompagne mon proche quotidiennement
et je commence à **me sentir fatigué**.

Comment puis-je prendre un moment pour moi ?

Vous avez besoin de «répit».
Se reposer est essentiel pour accompagner
au mieux votre proche le plus longtemps
possible. Trouvez les structures pouvant vous
accompagner.



LES AIDES AU RÉPIT



Le droit au répit permet aux proches aidants de prendre des temps de repos ou de dégager du temps pour eux.

LE RÉPIT À DOMICILE

Un relaïeur (professionnel qualifié qui intervient le temps de l'absence de l'aïdant) prend le relais à domicile et accompagne le proche aidé, de jour comme de nuit, dans sa vie de tous les jours. L'accompagnement est possible sur une durée de plusieurs jours.

Bulle d'Air

05 63 21 61 51
 contact@bulledair82.fr

La Halte de l'Ange Gardien

62 Faubourg Lacapelle,
82000 Montauban
 05 63 63 12 33

RECEVOIR DES SOINS

Les SSIAD Services de Soins Infirmiers à Domicile – (prochainement Services Autonomie à Domicile) interviennent à domicile pour dispenser des soins aux personnes âgées et aux personnes en situation de handicap. Ils contribuent au maintien des personnes à leur domicile. Leurs interventions sont prises en charge par l'Assurance maladie. Elles se font sur prescription médicale.

Beaumont-de-Lomagne

SSIAD EHPAD Public

11 rue Despeyroux,
 05 19 08 42 35
 ssiad@ehpad-bdl.fr

Grisolles/Campsas

Mutualité Française

640 route de Fabas, Campsas
 05 63 02 76 88
 ssiad.grisolles@udm82.fr

Castelsarrasin

APAS 82

34/36 boulevard du 4 Septembre
 05 63 32 71 80
 idecssiad@apas82.fr

Lafrançaise

Mutualité Française / Zone le Rival

05 63 65 95 31
 ssiad.lafrancaise@udm82.fr

Caylus

Mutualité Française

23 avenue du Père Évariste Huc
 05 63 67 01 57
 ssiad.caylus@udm82.fr

Moissac

Mutualité Française

42 avenue Victor Hugo
 05 63 04 39 39
 ssiad.moissac@udm82.fr



Moissac

CHICM

 16 Boulevard Camille Delthil
 **05 63 04 88 70**
 administration@ch-cm.fr

Montpezat de Quercy

SMAD 82

 Avenue du 2 mai 1944
 **05 63 66 37 89**
 ssiad.montpezat@smad82.fr

Montaigu de Quercy

ASPM

 7 rue de la Fontaine
 **05 63 94 41 63**
 idecmontaigu@hotmail.fr

Montauban

SMAD 82

 36 rue Émile Pouvillon BP822
 **05 63 66 93 22**
 ssiad.montauban@smad82.fr

Nègrepelisse

Hôpital de Turenne

 355 rue des Fossés
 **05 63 25 02 50**
 secretariat@chturenne.fr

Valence d'Agen

CIAS des deux rives

 8B boulevard de Torsiac
 **05 63 29 92 21**
 ssiad@cc-deuxrives.fr



LES ÉQUIPES SPÉCIALISÉES ALZHEIMER (ESA)

Les ESA accompagnent les personnes atteintes de maladies neurodégénératives vivant à domicile et leurs aidants. L'objectif des interventions est de leur permettre de rester autonomes le plus longtemps possible. Elles se déroulent durant 12 à 15 séances réparties sur 3 mois. Interventions prises en charge, sur prescription médicale.

Secteur Beaumont de Lomagne / Castelsarrasin / Montech / Valence d'Agen

APAS 82



34/36 boulevard du 4 Septembre, 82100 Castelsarrasin



05 63 32 71 80



contact@apas82.fr

Secteur Bruniquel / Caussade / Molières / Montauban / Nègrepelisse

SMAD 82



36 rue Émile Pouvillon BP822, 82000 Montauban



05 63 66 93 03



esa@smad82.fr

Secteur Caylus/Saint-Antonin Noble Val / Campsas / Grisolles

Mutualité Française



23 avenue du Père Évariste Huc, 82160 Caylus



05 63 67 01 57



esa@udm82.fr

Secteur Moissac / Montaigu de Quercy / Lafrançaise

Mutualité Française



42 avenue Victor Hugo, 82200 Moissac



05 63 04 39 39



esa@udm82.fr



LES ACCUEILS DE JOUR POUR LES PERSONNES DE 60 ANS ET PLUS EN PERTE D'AUTONOMIE

L'accueil de jour propose un accompagnement individualisé à la personne accueillie, complémentaire à la prise en charge médicale, et un moment de répit pour l'aidant.

Transport possible du domicile de la personne à l'accueil de jour.

Beaumont-de-Lomagne

Accueil de jour Noël Fontaine

8 rue Despeyroux,

05 63 26 15 39

accueildejour@ehpad-bdl.fr

Castelsarrasin

Accueil de jour de l'APAS 82

34/36 boulevard du 4 Septembre

05 63 32 71 80

contact@apas82.fr

Caussade

Accueil de jour de l'APAS 82

25 rue Lavoisier

05 81 98 64 69

contact-caussade@apas82.fr

Caylus/Parisot

Accueil de jour Mutualiste Parisot/Caylus

155 chemin du Camp del Bosc, Caylus

05 63 24 67 60

accueil.vdb@udm82.fr

Moissac

Accueil de jour des Grains Dorés

160 chemin de Caillerat

05 63 29 61 70

administration@ch-cm.fr

Montauban

Accueil de jour Le Clos Maury

2761 Route de St Martial

05 63 20 57 21

contact@apas82.fr

Montauban

Accueil de jour Mutualiste Saint Orens

8 rue du Chanoine Miquel

05 63 91 79 11

residencemutualistestorens@udm82.fr

Valence d'Agen

Accueil de jour des Deux Rives

1 avenue de Bordeaux

05 63 29 92 35

cias@cc-deuxrives.fr

Verdun-sur-Garonne

Accueil de jour Saint-Jacques

79 chemin de la Fontaine de Paris

05 63 02 50 41

accueil.mr.verdun@orange.fr



LES GROUPES D'ENTRAIDE MUTUELLE (GEM)

Les GEM sont des associations d'usagers qui ont pour objectif premier la création de liens sociaux et la lutte contre l'isolement des personnes affectées par un handicap.

Castelsarrasin

GEM 100/Cent différences

📍 28 rue Courbieu

📞 **09 82 45 22 98**

✉ centdifferencescastelsarrasin
@ gmail.com

Moissac

J'M 82

📍 24 rue de la Solidarité

📞 **07 71 20 12 56**

✉ associationjm82@gmail.com

Montauban

GEM Partage et Loisirs

📍 100 avenue Marceau Hamecher

📞 **05 63 20 47 71**

✉ gempartageloisirs@orange.fr

Montauban

GEM Ado

📍 312 boulevard Montauriol

📞 **05 63 63 72 95 / 07 61 99 82 82**

✉ gemado@orange.fr

Montauban

J'M 82

📍 26 rue du Fort

📞 **07 71 20 65 79 / 05 81 52 28 26**

✉ associationjm82@gmail.com

Montauban

GEM 100/Cent différences

📍 9 rue Calmette et Guérin

📞 **05 81 04 10 43**

✉ sansdifference@gmail.com

LES HÉBERGEMENTS TEMPORAIRES POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

L'accueil temporaire est un séjour à durée limitée (jour et/ou nuit), aussi appelé « séjour de rupture », qui s'adresse aux personnes en situation de handicap de moins de 60 ans. Avant de rechercher une structure d'accueil temporaire, la famille ou l'équipe qui accompagne la personne concernée doit déposer une demande à la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).



MDPH 82

📍 28 rue de la Banque,
82000 Montauban

📞 **0 800 10 28 48**

✉ mdph@tarnetgaronne.fr

LES HÉBERGEMENTS TEMPORAIRES POUR LES PERSONNES DE 60 ANS ET PLUS

Les hébergements temporaires permettent une solution de répit en institution ou chez un accueillant familial sur une courte durée pour les personnes âgées qui vivent à domicile.

Le dispositif d'Accompagnement-Relais est un hébergement temporaire en EHPAD avec reste à charge limité. Il concerne quelques places dans 4 établissement du 82. Ce dispositif consiste à proposer aux personnes âgées en perte d'autonomie un hébergement temporaire d'une durée maximale de 30 jours par année civile. Le recours à ce dispositif est possible en sortie des urgences ou d'hospitalisation ou en cas de carence de l'aïtant.

→ Pour plus d'information, rapprochez-vous des EHPAD de votre territoire.

.....

VIA TRAJECTOIRE

ViaTrajectoire est un annuaire d'établissements sanitaires et médico-sociaux pour les personnes âgées et les personnes handicapées, accompagné d'un module d'inscription.

Il s'agit d'un service public, gratuit et sécurisé qui propose une aide à l'orientation personnalisée dans le domaine de la santé. ViaTrajectoire est un service simple et sécurisé qui propose aux professionnels hospitaliers, aux professionnels médico-sociaux, aux médecins libéraux et aux particuliers, une aide à l'orientation personnalisée en soins de suite et de réadaptation, en hospitalisation à domicile, en soins de longue durée ou en structure d'hébergement pour personnes âgées ou pour personnes en situation de handicap.

🌐 <https://trajectoire.sante-ra.fr/Trajectoire/>

.....

ACCUEILLANTS FAMILIAUX

Certains accueillants familiaux peuvent proposer de l'hébergement temporaire. Vous pouvez vous rapprocher du conseil départemental ou des associations suivantes :

Conseil départemental

Service aide sociale adulte

📞 05 63 21 42 23

Association L'escargot bleu

📞 09 52 53 91 85

✉️ escargot.bleu@hotmail.com

AAF82

(Association des accueillants familiaux du 82)

📞 05 63 64 98 13

✉️ aaf82@hotmail.com

ENVIE DE PRENDRE DES VACANCES ? C'EST POSSIBLE !

APF Évasion

(uniquement pour la personne aidée)
Personnes en situation de handicap

☛ Séjour 3-25 ans : **01 40 78 56 77**
☛ Séjour adultes : **01 40 78 56 64**
✉ evasion@apf.asso.fr

ANCV

Seniors en vacances
☛ **09 69 32 06 16**
✉ info@ancv.fr

France Alzheimer

☛ **05 63 20 47 64**

Jeunes Aidants Occitanie

Dispositif JADE (séjour de répit pour jeune aidant)

⌚ <https://jeunes-aidants.com/>

Le 82 en vacances

☛ **05 63 66 45 75**
✉ contact@le82envacances.fr

VRF

(Village répit famille)
☛ **05 57 88 58 85**
✉ contact@vrf.fr

ADAPT TOUR

Voyages accessibles pour personnes à mobilité réduite

📍 22 Passage du Parc,
33240 St André de Cubzac,
☛ **09 62 56 43 11**
✉ info@adaptours.fr

Centre Éducation spécialisée pour déficients visuels

(Pour jeunes atteints d'une déficience visuelle). Institut des jeunes aveugles

📍 37 rue Monplaisir,
31400 Toulouse
☛ **05 61 14 82 22**
✉ accueilrepit@ijatoulouse.org

JFJV : Clos Joli

📍 Le centre du bourg, place du platane, 46100 Camboulit
☛ **06 70 89 87 59**

Oeuvre Falret

(séjours d'une semaine pour les familles de proches ayant des troubles psychiques. Séjours pour les aidants seuls ou pour le couple aidant/aidé)

☛ **01 58 01 08 90**
⌚ www.falret.org

Rapprochez-vous des associations et des caisses de retraite complémentaires, pour découvrir les actions spécifiques en matière de vacances et connaître les aides possibles pour les financer !



Structure et handicap



Être conseillé et orienté au mieux.

• •

Mon proche est atteint d'une maladie/handicap. Existe-t-il des aides financières pour bénéficier d'aides humaines et/ou techniques à domicile ?

Structure et handicap

En effet, plusieurs aides financières existent. Vous pouvez ici vous renseigner auprès de plusieurs structures. Retrouvez tous les contacts et les principales conditions dans ce paragraphe.



LES ÉTABLISSEMENTS POUR ÊTRE ORIENTÉ VERS UN ÉTABLISSEMENT :



MDPH 82



28 rue de la banque,
82000 Montauban



0 800 10 28 48



mdph@tarnetgaronne.fr

LES ÉTABLISSEMENTS À DESTINATION DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Accès à la scolarisation

L'accueil peut être fait en internat ou semi-internat.

Les Instituts Médico-Éducatifs (IME) : ce sont des établissements scolaires médicalisés qui accueillent les enfants et les adolescents souffrant d'un handicap mental, de troubles du développement, de troubles moteurs, de pathologies psychologiques ou de troubles de la communication.

Les Instituts d'Éducation Motrice (IEM) : ils accueillent des enfants de 3 à 20 ans présentant une déficience motrice ou physique importante. Les enfants qui ont en général entre 3 et 20 ans sont orientés vers ces établissements par la CDAPH (Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées).

Les Services d'Éducation Spéciale et de Soins à Domicile (SESSAD) : ils apportent un soutien spécialisé aux enfants et adolescents dans leurs différents lieux de vie et d'activités (domicile, crèche, école...) et/ ou dans les locaux du service.

Les Instituts Thérapeutiques, Éducatifs et Pédagogiques (ITEP) : ce sont des structures médico-sociales qui ont pour vocation d'accueillir des enfants ou des adolescents présentant des difficultés psychologiques dont l'expression, notamment les troubles du comportement, perturbe gravement la socialisation et l'accès aux apprentissages. Ces enfants, adolescents et jeunes adultes se trouvent, malgré des potentialités intellectuelles et cognitives préservées, engagés dans un processus handicapant qui nécessite alors le recours à des actions conjuguées et à un accompagnement personnalisé.



Accès au monde du travail

Les Établissements et Services d'Aide par le Travail (ESAT) : Ils accueillent des personnes qui ne peuvent pas travailler dans une entreprise ordinaire ou adaptée ou exercer une activité professionnelle indépendante. Les personnes orientées vers un ESAT sont des personnes handicapées dont la capacité de travail est inférieure à un tiers de la capacité d'une personne valide. Le travail proposé en ESAT est adapté selon les handicaps des personnes, souvent en espaces verts, ménage, blanchisserie ou conditionnement pour la distribution.

Hébergements

Des places d'accueil de jour sont disponibles dans certains établissements.

Les Foyers d'Accueil Médicalisés (FAM) : ils sont destinés à recevoir des personnes adultes handicapées physiques, mentales ou atteintes de handicaps associés. Leur dépendance totale ou partielle ne leur permet pas d'accéder à une activité professionnelle et rend nécessaire l'assistance d'une tierce personne.

Les Foyers De Vie (FDV) : les Foyers De Vie (ou Foyers Occupationnels) accueillent des adultes handicapés ayant une certaine autonomie pour leur proposer des animations et activités en fonction de leur handicap.

Les Maisons d'Accueil Spécialisées (MAS) : elles proposent un hébergement permanent à tout adulte handicapé gravement dépendant dont les capacités à réaliser les actes de la vie courante (se nourrir, s'habiller...) sont altérées.

Accompagnement à domicile (sur les activités de la vie quotidienne)

Les Services d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) : ils ont pour vocation de contribuer à la réalisation du projet de vie de personnes adultes handicapées par un accompagnement adapté favorisant le maintien ou la restauration de leurs liens familiaux, sociaux, scolaires, universitaires ou professionnels.

Le Services d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés (SAMSAH)
ce sont des accompagnements médico-sociaux adaptés comportant des prestations de soins. Ils accompagnent également les adultes handicapés dans leur projet de vie tout en favorisant les liens familiaux, sociaux, scolaires et professionnels.



Aides juridiques et financières



Un litige ? Une question juridique ?

.....

J'ai des questions d'ordre juridique mais je ne sais pas à qui m'adresser

Aides juridiques
et financières

Retrouvez toutes les structures qui peuvent vous conseiller et vous aider dans vos démarches.



L'AIDE JURIDIQUE ET FINANCIÈRE



Vous avez un litige ? Une question juridique ? Un accompagnement et des conseils juridiques peuvent vous être apportés.

PROTECTION JURIDIQUE

Vous souhaitez des informations sur l'habilitation familiale, la curatelle ou la tutelle ?

AT Occitania (Association tutélaire)

📍 1270 avenue de Toulouse,
82000 Montauban

📞 05 63 91 25 07

AMJPM 82

(Association des Mandataires Judiciaires
Privés du Tarn-et-Garonne)

📍 168 route de Puycornet,
82130 L'Honor de Cos

📞 05 63 68 72 94

✉️ asso.mjpm82@gmail.com

Tribunal judiciaire

Pour suivre l'évolution
d'une mesure juridique

📍 5 Place du Coq,
82000 Montauban

📞 05 63 21 41 00

Service d'information et de soutien aux tuteurs familiaux

(porté par l'UDAF 82)

📍 5 boulevard Garrisson,
82000 Montauban

📞 05 63 66 98 55

✉️ istf@udaf82.fr

AIDE GÉNÉRALISTE

Conseil départemental de l'Accès Aux Droits de Tarn-et-Garonne (CDAD)

Informations générales sur les différentes mesures



Permanences dans tout le département

📍 5 Place du Coq,
82000 Montauban

📞 05 63 21 41 47 - 05 63 21 40 12

LES AIDES FINANCIÈRES

Que ce soit pour la vie quotidienne, pour équiper son logement ou pour un temps de répit, des aides financières peuvent vous être apportées.

• LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL

Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

Aide financière contribuant au financement de la prise en charge de la dépendance de la personne aidée de plus de 60 ans.

Aide au répit

(soumise à l'APA et sous condition)

Permettre à l'aidant de bénéficier d'un moment de répit (vacances, soins, difficultés personnelles...).

Aide au relais

(soumise à l'APA et sous condition)

En cas d'hospitalisation de courte durée de l'aidant.

 Pôle Solidarités humaines, service aide sociale légale, BP 783,
82013 Montauban cedex

 05 63 21 42 52

• LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS OU CIAS)

Un CCAS/CIAS est un service administratif porté par les communes dont les rôles sont d'informer, d'aider dans les démarches administratives, d'animer des actions de prévention sociale ...Il peut également, sous condition, apporter une aide financière exceptionnelle.

→ Pour plus d'informations, rapprochez-vous de votre commune ou intercommunalité.

• LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (CAF)

De nombreuses situations de vie donnent droit à des aides de la CAF. Ces aides peuvent concerter le logement, le handicap ou une situation de vie difficile.

CAF 82

 329 avenue du Danemark,

82000 Montauban

 09 69 37 32 30 (service gratuit + prix d'un appel)

• ADAPTATION DU LOGEMENT

Ma Prime ADAPT : Adapter son logement à la perte d'autonomie

<https://solidarites.gouv.fr/maprimeadapt-nouvelle-aide-pour-adapter-son-logement-la-perte-dautonomie>

Conseil départemental, bureau du logement

 100 boulevard Hubert Gouze,

82000 Montauban

 05 63 91 82 45

 anahcg82@ledepartement82.fr

• VOS CAISSES DE RETRAITE

Vos caisses de retraite peuvent octroyer des aides financières à caractère exceptionnel pour **le logement, l'appareillage, les aides au répit, etc** et vous accompagner dans les démarches selon le besoin. N'hésitez pas à contacter le service social de votre caisse de retraite.

Vous êtes ressortissant de l'AGIRC ARRCO et souhaitez connaitre votre caisse de retraite complémentaire ?

• ASSOCIATIONS SPÉCIALISÉES DANS UN DOMAINE

(Bon à savoir : pour avoir accès à l'aide juridique portée par une association, une adhésion est souvent demandée.)

AFD

(Association Française des Diabétiques de Midi Pyrénées). **Permanence le mardi matin et le jeudi après-midi**

 176 Avenue Jean Rieux,
31 000 Toulouse

 **05 34 51 26 97**

 afdoccitanie
@federationdesdiabetiques.org

AFSEP 82

(Association Française des Sclérosés En Plaques)

 **06 76 80 03 63**

 marie-claude.praturlon@afsep.fr

Santé Info Droits

(Des juristes et avocats qui ont vocation à répondre à toutes questions en lien avec le droit de la santé)

 **01 53 62 40 30**

FNATH

(Fédération Nationale des Accidentés du Travail et des Handicapés - Association des accidentés de la vie)

 65 Avenue Marceau Hamecher,
82 000 Montauban

 **05 61 70 24 83**

LIGUE CONTRE LE CANCER

 140 avenue de l'Europe,
82 000 Montauban

 **05 63 63 52 39**

 cd82@ligue-cancer.net

UNAFAM

(Union Nationale de Famille et Amis des personnes Malades et/ou handicapées psychiques)

 23 rue du Docteur Alibert,
82 000 Montauban

 **05 63 91 53 44 - 06 15 36 31 53**

 82@unafam.org

APF France Handicap

(Association des Paralysés de France)

Permanence le lundi, le mardi et le jeudi après-midi

 315 rue de Pater,
82 000 Montauban

 **05 63 63 83 12**

 dd.82@apf.asso.fr

• LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES (MDPH)

Ses missions sont d'accueillir, informer, orienter et accompagner les personnes en situation d'handicap. La MDPH peut attribuer des aides financières en fonction des besoins de la personne.

MDPH 82

28 rue de la Banque,
82000 Montauban
08 00 10 28 48
mdph@ledepartement82.fr



LE SAVIEZ VOUS ?



Sauvegarde de justice

La sauvegarde de justice est une mesure temporaire décidée soit :

- Dans l'attente de la mise en place d'un régime de curatelle ou de tutelle ;
- Pour une période déterminée, justifiée par la dégradation de l'état physique et/ou psychique d'une personne nécessitant des soins médicaux.

Curatelle

Ce régime s'applique à une personne qui, sans être hors d'état d'agir elle-même, a besoin d'être assistée ou contrôlée dans les actes de la vie civile.

Tutelle

Le régime de la tutelle s'applique à une personne qui a besoin d'être représentée de manière continue dans les actes de la vie civile. Cela suppose une altération grave des facultés mentales ou corporelles.

Habilitation familiale

Cette alternative à la tutelle et à la curatelle permet à un proche de solliciter l'autorisation du juge pour représenter une personne qui ne peut pas manifester sa volonté.

Source: www.tutelle-curatelle.com; www.service-public.fr
« Curateur ou tuteur familial, Suivez le guide ! »

Mandat de protection future

Le mandat de protection future est un contrat permettant à une personne d'organiser à l'avance sa protection ou celle d'autrui pour le jour où elle ne pourra plus gérer ses affaires en raison d'une altération de ses facultés.

FAIRE RESPECTER SA VOLONTÉ

Rédiger ses directives anticipées

Les directives anticipées vous permettent, en cas de maladie grave, de faire connaître vos souhaits sur votre fin de vie, et en particulier :

- limiter ou arrêter les traitements en cours ;
- être transféré en réanimation si l'état de santé le requiert ;
- être mis sous respiration artificielle ;
- subir une intervention chirurgicale ;
- être soulagé de vos souffrances même si cela a pour effet de mener au décès.

Source : www.service-public.fr

Choisir sa personne de confiance

La personne de confiance peut :

- vous accompagner dans vos démarches et vous assister lors de vos rendez-vous médicaux ;
- être consultée par les médecins pour rendre compte de vos volontés si vous n'êtes plus en capacité de les exprimer.

Source : www.service-public.fr



Formation et soutien



Être formé et informé au mieux.

Depuis que mon père est atteint de sa maladie, je ne comprends plus son comportement et ne sais pas comment réagir

Une pathologie entraîne souvent des modifications dans le comportement. Pour plus d'informations vous pouvez vous adresser à votre médecin traitant ou spécialiste. Il existe également dans le Tarn-et-Garonne des formations destinées aux aidants pour mieux comprendre la maladie.

Formations et soutien





LA FORMATION DES AIDANTS

Elle a pour but de se former et de s'informer pour mieux appréhender l'accompagnement du proche aidé au quotidien. Cette formation peut se faire par internet, chez soi, ou en collectif au sein de plusieurs associations du 82. La formation est gratuite.



Se former de chez soi (par le biais d'internet)

Maladie d'Alzheimer

guide.francealzheimer.org

Maladie de Parkinson

formaparkinson.fr

Sclérose latérale amyotrophique

portail-sla.fr

Les proches aidants

formation.aidants.fr
www.savoirretreadant.fr



Médiation Aidants & Aidés

5A boulevard Garrison,
82 000 Montauban

05 63 63 54 37

mediation82@orange.fr

Dans le Tarn-et-Garonne

(au sein d'associations spécialisées)

APF France Handicap

315 rue de pater,
82 000 Montauban

05 63 63 83 12

dd.82@apf.asso.fr

France Alzheimer

275 rue du Clos Maury,
82 000 Montauban

05 63 20 47 64

f.alzheimer82@gmail.com

Plateforme d'accompagnement et de répit de l'aideant

Site Montauban

05 63 32 71 80

pfr1@apas82.fr

Site Castelsarrasin

05 63 32 71 80

UNAFAM

(Union Nationale de Famille et Amis des personnes Malades et/ou handicapées psychiques)

23 rue du Docteur Alibert,
82 000 Montauban

05 63 91 53 44

82@unafam.org

L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT (ETP)

L'Education Thérapeutique du Patient est destinée à aider une personne atteinte de maladie(s) chronique(s) et/ou rare(s), à maintenir ou acquérir les compétences dont elle a besoin pour mieux se soigner et mieux vivre son quotidien. Elle s'appuie sur une relation étroite entre les acteurs de santé et les patients et concerne tous les âges de la vie.

Pour être mis en œuvre au niveau local, les programmes d'Éducation Thérapeutique du Patient doivent obligatoirement être autorisés par les Agences Régionales de Santé (ARS). (Source ARS)

Vous pouvez retrouver toutes les propositions d'ETP sur :
www.mon-etp.fr

Formations et soutien

L'AIDE PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUELLE GRATUITE

Ligne écoute Aidants

5 séances de soutien psychologique par aidant et par an. **Pôle régional MND**

📞 08 06 80 68 30
7/7j de 18h à 22h

France Alzheimer

📍 275 rue du Clos Maury,
82 000 Montauban
📞 05 63 20 47 64
✉️ f.alzheimer82@gmail.com

Ligue contre le cancer

Sur RDV pour l'aidant et/ou le patient

📍 140 avenue de l'Europe,
82 000 Montauban
📞 05 63 63 52 39
✉️ cd82@ligue-cancer.net

Plateforme d'accompagnement et de répit de l'aidant

📍 2761 Route de Saint Martial,
82 000 Montauban
📍 34/36 boulevard du 4 septembre,
82100 Castelsarrasin
📞 05 63 32 71 80

PSYCHOLOGUE EN LIBÉRAL

De nombreux psychologues exercent dans le département et peuvent vous accompagner. Certains psychologues sont conventionnés.

Le dispositif **Mon soutien psy** permet aux personnes dès 3 ans angoissées, déprimées ou en souffrance psychique, de bénéficier d'un accompagnement psychologique avec une prise en charge par l'Assurance Maladie. Il existe depuis 2022 et a évolué depuis le 15 juin 2024.

LE SOUTIEN TÉLÉPHONIQUE L'AIDE PSYCHOLOGIQUE COLLECTIVE GRATUITE

AFSEP 82

(Association Française
des Sclérosés en Plaques)

📞 06 76 80 03 63

✉️ marie-claude.praturlon@afsep.fr

France Alzheimer

📍 275 rue du Clos Maury,
82 000 Montauban

📞 05 63 20 47 64

✉️ f.alzheimer82@gmail.com

Huntington France

📞 06 23 15 29 59

✉️ genevieve-chaminade@wanadoo.fr

Plateforme d'accompagnement et de répit de l'aideant

📍 2761 Route de Saint Martial,
82 000 Montauban

📍 34/36 boulevard du 4 septembre,
82100 Castelsarrasin

📞 05 63 32 71 80

UNAFAM

(Union Nationale de Famille et Amis des
personnes Malades et/ou handicapées
psychiques)

📍 23 rue du Docteur Alibert,
82 000 Montauban

📞 05 63 91 53 44 - 06 15 36 31 53

✉️ 82@unafam.org

Addiction

CSAPA du CH Montauban

📍 100 rue Léon Cladel,
82 000 Montauban

📞 05 63 92 82 90

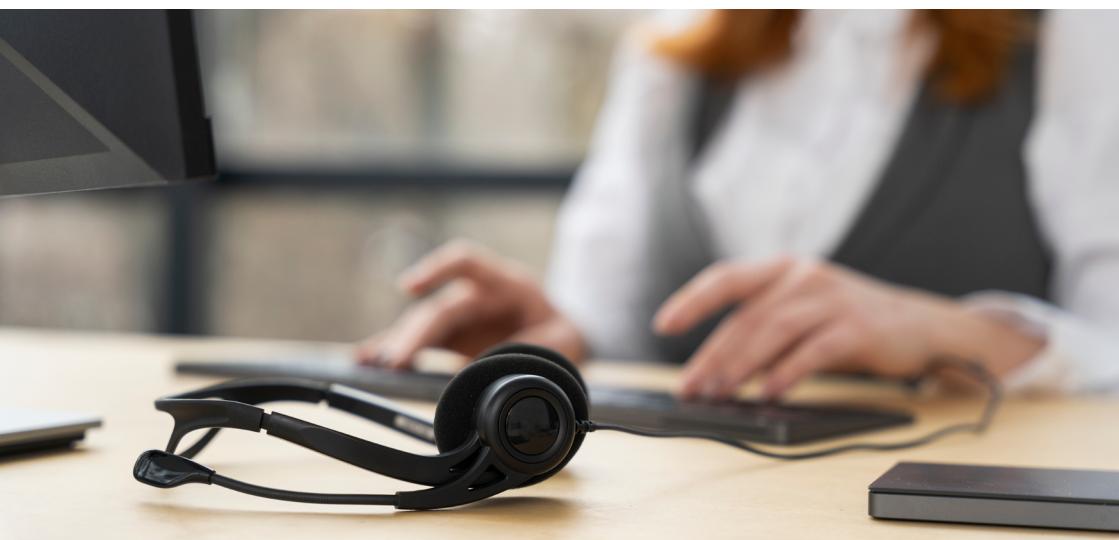
Ligue contre le cancer

Sur RDV pour l'aideant
et/ou le patient

📍 140 avenue de l'Europe,
82 000 Montauban

📞 05 63 63 52 39

✉️ cd82@ligue-cancer.net



Santé +

Être conseillé et orienté au mieux.

Je me sens épuisé et souhaiterais bénéficier d'une écoute.
À quis dois-je m'adresser ?

Différents dispositifs existent pour bénéficier de temps d'écoute : les groupes de paroles, un soutien psychologique par un(e) psychologue...



PRÉVENTION SANTÉ

BILAN SANTÉ

Mon bilan prévention est un nouveau dispositif lancé en 2024. Il permet à chacun de faire le point sur sa santé et ses habitudes de vie à des âges clefs : 18-25 ans, 45-50 ans, 60-65 ans et 70-75 ans), d'obtenir des conseils de prévention adaptés et un plan personnalisé de prévention.

Prise de rendez-vous auprès de votre Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)

 12 rue du Général Sarrail,
82 000 Montauban
 **3646**

Les Instants Santé MSA

 180 avenue Marcel Unal,
82 000 Montauban
 mpn.msa.fr

Centre de Prévention Agirc-Arrco

 **05 61 63 05 21**
 accueil@cpbvaatoulouse.fr

PASS

(Permanence d'Accès aux Soins de Santé)
Pour toutes personnes ayant des problèmes d'accès
aux soins, prise en charge gratuite

 100 rue Léon Cladel BP765
82 000 Montauban
 **05 63 92 86 67**

CeGIDD - Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic

Centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic des infections sexuellement transmissibles
(VIH, hépatites virales et autres IST...)

 Au Centre Hospitalier de Montauban ou au Centre Hospitalier
Intercommunal de Castelsarrasin / Moissac
aux soins, prise en charge gratuite.
 **05 63 92 89 68**

DÉPISTAGE

Le dépistage vise à détecter, en l'absence de symptômes, des lésions susceptibles d'être cancéreuses ou d'évoluer vers un cancer. On parle ainsi de dépistage lorsqu'on réalise des examens de surveillance alors qu'on se sent a priori en bonne santé.

- **Auto-évaluation de la fragilité pour les séniors**

Application mobile « ICOPE MONITOR »

- **Dépistage gratuit du cancer du sein pour les femmes entre 50 et 74 ans**

Tous les deux ans, un dépistage gratuit*

- **Le test de dépistage du cancer colorectal gratuit de 50 à 74 ans**

Tous les deux ans, un dépistage gratuit*

- **Prévenir le cancer du col de l'utérus**

Tous les ans, par le biais d'un frottis*

* Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant

Mieux vivre avec le diabète ou l'asthme

Service Sophia Diabète et Asthme

Accompagnement gratuit et sans engagement

 **3646**

Actions de prévention Vaccinations

Il est important que vos vaccinations soient à jour.

Centre de vaccination

Hôpital de Montauban

 **05 63 92 82 82**

Santé

MON ESPACE SANTÉ

Mon espace santé est un espace numérique personnel et sécurisé, proposé par l'Assurance Maladie et le ministère de la Santé, qui a vocation à devenir le carnet de santé numérique de tous les assurés. Grâce à ce service, chacun peut participer activement au suivi et à la préservation de sa santé.

• www.monespacesante.fr

Vous recherchez un professionnel de santé ?
(infirmier, kinésithérapeute, ophtalmologiste ...)

Rapprochez-vous de votre médecin traitant ou sur un annuaire santé en ligne :

• annuairesante.ameli.fr

RECEVOIR DES SOINS

Les SSIAD (Services de Soins Infirmiers À Domicile - prochainement Services Autonomie à Domicile) interviennent à domicile pour dispenser des soins aux personnes âgées et aux personnes en situation de handicap. Ils contribuent au maintien des personnes à leur domicile. Leurs interventions sont prises en charge par l'Assurance maladie. Elles se font sur prescription médicale.

Beaumont-de-Lomagne

SSIAD EHPAD Public

 11 rue Despeyroux,
 **05 19 08 42 35**
 ssiad@ehpad-bdl.fr

Castelsarrasin

APAS 82

 34/36 boulevard du 4 Septembre
 **05 63 32 71 80**
 idecssiad@apas82.fr

Caylus

Mutualité Française

 23 avenue du Père Évariste Huc
 **05 63 67 01 57**
 ssiad.caylus@udm82.fr

Grisolles/Campsas

Mutualité Française

 640 route de Fabas, Campsas
 **05 63 02 76 88**
 ssiad.grisolles@udm82.fr

Lafrançaise

Mutualité Française / Zone le Rival

 **05 63 65 95 31**
 ssiad.lafrancaise@udm82.fr

Moissac

Mutualité Française

 42 avenue Victor Hugo
 **05 63 04 39 39**
 ssiad.moissac@udm82.fr

Moissac

CHICM

 16 Boulevard Camille Delthil
 **05 63 04 88 70**
 administration@ch-cm.fr

Montpezat de Quercy

SMAD 82

 Avenue du 2 mai 1944
 **05 63 66 37 89**
 ssiad.montpezat@smad82.fr

Montaigu de Quercy

ASPM

 7 rue de la Fontaine
 **05 63 94 41 63**
 idecmontaigu@hotmail.fr

Montauban

SMAD 82

 36 rue Émile Pouvillon BP822
 **05 63 66 93 22**
 ssiad.montauban@smad82.fr

Nègrepelisse

Hôpital de Turenne

 355 rue des Fossés
 **05 63 25 02 50**
 secretariat@chturenne.fr

Valence d'Agen

CIAS des deux rives

 8B boulevard de Torsiac
 **05 63 29 92 21**
 ssiad@cc-deuxrives.fr

Fin de vie



Vous avez besoin d'être accompagné

.....

Comment accompagner au mieux mon proche en fin de vie et trouver moi-même du soutien ?

Retrouvez toutes les structures pour être accompagné, conseillé et soutenu.





ACCOMPAGNEMENT DE LA FIN DE VIE

Votre proche est en fin de vie et vous avez besoin d'être accompagné.

SOINS PALLIATIFS

ASP 82

(Association pour le développement des Soins Palliatifs).

Accompagnement bénévole de personnes gravement malades et/ou en fin de vie.

 68 avenue Gambetta,
82000 Montauban

 **05 63 66 35 75**

 asp82@wanadoo.fr

DAC 82

(Dispositif d'Appui à la Coordination Tarn-et-Garonne). Appui au maintien à domicile ou en établissement médico-sociaux des personnes en soins palliatifs.

 275 rue du Clos Maury,
82000 Montauban

 **05 63 30 09 00**

 secretariat.accueil@dac82.fr

POUR LES PERSONNES ENDEUILLÉES

ASP 82

(Association pour le développement des Soins Palliatifs). Suivi de deuil pour les familles et proches endeuillés.

 68 avenue Gambetta,
82000 Montauban

 **05 63 66 35 75**

 asp82@wanadoo.fr

Association **Jonathan Vivantes**

Pour parents endeuillés.

 La Garenne,
82600 Verdun-sur-Garonne

 **05 63 64 41 75**

 milamouroux@wanadoo.fr

Des aides financières existent pour vous accompagner financièrement lors du décès d'un proche et/ou dans la prise en charge des obsèques.

→ Pour plus d'informations, rapprochez-vous de la CPAM (36 46), de votre caisse de retraite ou de votre caisse de retraite complémentaire.

Aidants en activité

Être conseillé et orienté au mieux.

.....

J'ai 55 ans et je suis en activité professionnelle.
Puis-je bénéficier d'aides particulières ?

Oui, il existe des aides spécifiques pour
les aidants en activité professionnelle.



Aidants en
activité



LE CONGÉ DE PRÉSENCE PARENTALE

Le congé de présence parentale permet au salarié ayant à sa charge un enfant de moins de vingt ans de s'absenter pour rester à ses côtés, tout en pouvant bénéficier d'une allocation compensant en tout ou partie la perte de salaire.

Les caractéristiques :

- Maximum de 310 jours ouvrés (soit 14 mois) ;
- Le certificat médical doit préciser la durée prévisible du traitement de votre enfant.
- La durée du congé est égale à la durée du traitement.
- Le congé peut être pris en une ou plusieurs fois.
- Vous pouvez, avec l'accord de votre employeur, transformer le congé en période d'activité à temps partiel ou le fractionner par demi-journée.
- Chaque fois que vous souhaitez prendre une demi-journée, un jour ou plusieurs jours de congé, vous devez en informer votre employeur au moins 48 heures à l'avance.
- Aucun délai de prévenance n'est par contre exigé en cas de dégradation soudaine de l'état de santé de votre enfant ou de situation de crise nécessitant votre présence sans délai.

Concerne :

- tout salarié qui a la charge effective et permanente d'un enfant atteint d'un handicap et qui nécessite une présence soutenue et des soins contraignants,
- les fonctionnaires, titulaires ou stagiaires, les agents non titulaires de l'État, territoriaux et hospitaliers et les salariés de droit privé.

→ **Aucune condition d'ancienneté dans l'entreprise n'est exigée.** À l'issue de la période de trois ans, un nouveau droit au congé peut être ouvert en cas de rechute ou de récidive de la pathologie de l'enfant.





L'ALLOCATION JOURNALIÈRE DE PRÉSENCE PARENTALE (AJPP)

L'Allocation Journalière de Présence Parentale (AJPP) peut être versée si vous vous occupez de votre enfant gravement malade, accidenté ou handicapé. Vous percevez une allocation journalière pour chaque journée ou demi-journée passée auprès de votre enfant (dans la limite de 22 jours par mois). L'AJPP peut vous être accordée sur une période de 3 ans.

Les caractéristiques :

- l'enfant à charge doit être âgé de moins de 20 ans ;
- l'enfant doit avoir besoin d'une présence soutenue et de soins contraignants suite à une maladie, un handicap ou un accident d'une particulière gravité ;
- le droit est ouvert pour une période de 6 mois renouvelable dans la limite de 3 ans.

Concerne :

- Salarié privé
- Agent du secteur public
- Voyageur représentant placier (VRP)
- Salarié à domicile employé par un particulier employeur
- Travailleur non salarié
- En formation professionnelle rémunérée
- Demandeur d'emploi indemnisé par Pôle emploi

La demande :

Remplir le formulaire « demande d'Allocation Journalière de Présence Parentale (AJPP) » disponible sur le site de la Caisse Nationale des Allocations Familiales (CNAF) et se munir d'un certificat médical attestant la maladie/le handicap/l'accident par le médecin avec la durée du traitement.

Aidants en
activité

Montant et complément :

Le montant de l'**AJPP par journée** est de **65,80 €**.

Le montant de l'**AJPP par demi-journée** est de **32,90 €**.

LE CONGÉ DE SOLIDARITÉ FAMILIALE

Le congé de solidarité familiale permet à un salarié de s'absenter pour assister l'un de ses proches en fin de vie. Le proche doit se trouver en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable (quelle qu'en soit la cause).

Le bénéficiaire :

S'adresse à tout salarié dont un ascendant, un descendant, un frère, une sœur ou une personne partageant le même domicile souffre d'une pathologie mettant en jeu le pronostic vital ou est en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable, quelle qu'en soit la cause. Ce droit bénéficie, dans les mêmes conditions, au salarié ayant été désigné comme personne de confiance (code du travail, art. L.3142-6).

Concerne :

- Les agents fonctionnaires titulaires ou non titulaires de la fonction publique de l'Etat, territoriale et hospitalière ;
- Les salariés ;
- Les fonctionnaires ou militaires ayant été désignés comme personne de confiance du malade en fin de vie.
- Sans condition d'ancienneté.

Les caractéristiques :

Le congé débute à la **date fixée** par le salarié et l'employeur.

Le congé est pris :

- Soit pris en continu à temps plein
- Soit, avec l'accord de l'employeur, pris à temps partiel.

Pendant toute la durée du congé, le salarié ne peut pas exercer d'autre activité professionnelle. Le congé de solidarité familiale **n'est pas rémunéré**.

Toutefois, le salarié peut percevoir, **sous conditions**, de l'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie (AJAP).

La demande :

Le salarié doit informer son employeur de son souhait de prendre un congé de solidarité familiale **au moins 15 jours avant** le début du congé.





L'ALLOCATION JOURNALIÈRE D'ACCOMPAGNEMENT D'UNE PERSONNE EN FIN DE VIE (AJAP)

L'allocation d'accompagnement d'une personne en fin de vie est une aide financière destinée aux personnes qui accompagnent un proche en fin de vie et qui ont décidé de suspendre ou de réduire leur activité professionnelle pour rester auprès de leur proche.

Les caractéristiques :

- l'accompagnement d'une personne en fin de vie donne droit à 21 allocations journalières maximum ou 42 demi-allocations journalières ;
- la personne aidée doit être en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable ;
- plusieurs personnes peuvent se partager l'allocation si elles accompagnent la même personne.

Concerne :

- le salarié bénéficiant d'un congé de solidarité familiale ;
- le salarié transformant son congé de solidarité familiale en période d'activité à temps partiel.

L'accompagnement de la personne en fin de vie doit être effectué à domicile (et non à l'hôpital).

Le domicile comprend :

- le domicile de la personne accompagnée ;
- le domicile de la personne accompagnante (ou d'une autre personne) ;
- une maison de retraite ou un EHPAD.

La demande :

Fournir une attestation remplie par l'employeur précisant que le salarié bénéficie d'un congé de solidarité.

Remplir le formulaire « demande d'allocation journalière d'accompagnement à domicile d'une personne en fin de vie » disponible sur le site du ministère de la Santé.

Montant :

L'allocation est de 56,10 € par jour et de 28,05 € si congé de solidarité familiale en activité à temps partiel.

LE CONGÉ DE PROCHE AIDANT

Depuis le 1er janvier 2017, ce congé remplace le congé de soutien familial.

Les caractéristiques :

Permet de cesser son activité ou de la réduire.

Le congé de proche aidant ne peut pas dépasser une durée maximale, fixée :

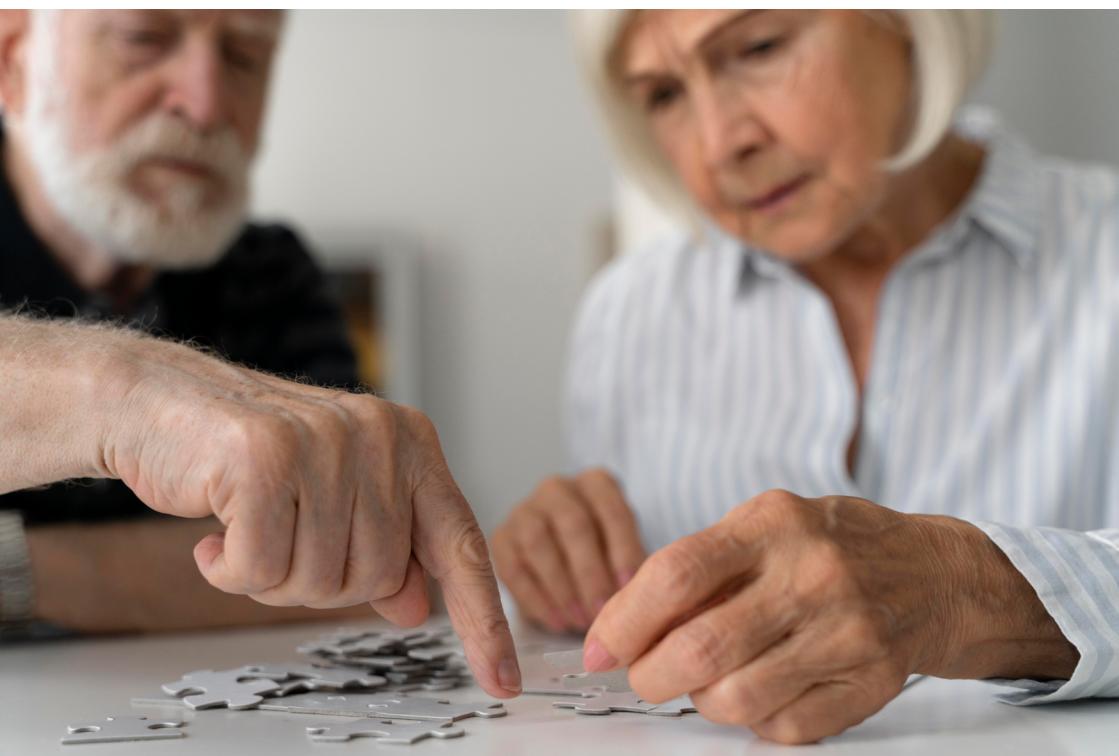
- soit par convention ou accord de branche ou, à défaut, par convention ou accord collectif d'entreprise ;
- soit, en l'absence de dispositions conventionnelles, à 3 mois.

Toutefois, le congé peut être renouvelé, sans pouvoir dépasser 1 an sur l'ensemble de la carrière du salarié. Le salarié ne peut exercer d'autres activités professionnelles. La durée minimale de chaque période de congé, en cas de fractionnement, est d'une journée et le délai de prévenance est de 48 heures.

Concerne :

Tout salarié, travailleur indépendant, fonctionnaire souhaitant interrompre son activité professionnelle ou chômeur indemnisé pour s'occuper d'une personne présentant un handicap ou une perte d'autonomie d'une particulière gravité.

La personne aidée doit résider en France. L'aide doit être : le conjoint, l'ascendant, le descendant, un collatéral (ou celui de son conjoint) jusqu'au 4^{ème} degré...



L'ALLOCATION JOURNALIÈRE DU PROCHE AIDANT (AJPA)

L'AJPA est une prestation qui peut être versée aux personnes qui arrêtent de travailler ponctuellement ou réduisent leur activité pour s'occuper d'un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie d'une particulière gravité. La demande est à faire auprès de la CAF.

Concerne :

La personne aidante doit :

- Réduire son activité salariée du secteur public ou privé et avoir demandé un congé proche aidant à son employeur ou réduire son activité non salariée (indépendant, micro-entrepreneur...) ou réduire son activité VRP ou salariée du particulier employeur.

Les personnes sans aucune activité professionnelle, ni indemnités chômage, ne peuvent pas bénéficier de l'AJPA.

- Avoir un lien étroit avec la personne aidée : conjoint, concubin, pacsé, ascendant, descendant ou toute autre personne âgée ou handicapée avec laquelle elle réside ou qu'elle aide régulièrement et fréquemment.
- Résider en France de façon stable et régulière.

La personne aidée doit :

- Avoir un lien étroit avec l'aidant.
- Résider en France de façon stable et régulière.
- Avoir un taux d'incapacité égal ou supérieur à 80% reconnu par la maison départementale des personnes handicapées ou un degré de dépendance déterminé par le conseil départemental (évalué dans le GIR I à III).

La durée du versement :

L'AJPA est versée dans la limite de **66 jours**, fractionnables par demi-journée selon la situation professionnelle, durant l'ensemble de la carrière professionnelle pour une ou plusieurs personnes aidées.

Si vous vivez en couple, vous pouvez en bénéficier tous les deux et les cumuler. Dans ce cas, vous devez remplir chacun une demande.

Chaque bénéficiaire a droit à un maximum de 22 jours par mois.

Montant :

Depuis le 1er janvier 2025, l'AJPA est désormais revalorisée à 65,83 € par jour (32,90 € par demi-journée), contre 64,54 € en 2024.

Rapprochez-vous de vos instances représentatives du personnel, de votre convention collective ou encore de votre caisse de retraite complémentaire pour connaître les aides possibles !

LE DON DE JOURS DE REPOS NON PRIS

Loi de 2014 « Mathys ». Loi étendue en 2018

Les caractéristiques :

Cette loi permet de céder des jours de repos à un collègue dont l'enfant (- de 20 ans) est gravement malade ou de céder des jours de repos à un collègue ayant un proche en perte d'autonomie ou présentant un handicap.

Le salarié donneur :

- ne peut donner plus de 6 jours de congés payés par an ;
- peut décider de renoncer anonymement et sans contrepartie à un ou plusieurs jours de repos non pris.

Le salarié bénéficiaire :

Pour le parent d'un enfant malade :

Demande écrite stipulant le souhait de bénéficier d'un don de jours de repos. Certificat médical du médecin qui suit l'enfant attestant la particulière gravité de la maladie, du handicap ou de l'accident rendant indispensables une présence soutenue et des soins contraignants auprès de l'enfant.

Congé plafonné à 90 jours par enfant et année civile.

Pour l'aide d'un proche en perte d'autonomie ou ayant un handicap :

La personne aidée doit être le conjoint, le concubin, le partenaire pacifié, l'ascendant, le descendant, un frère, une sœur ou un autre collatéral jusqu'au 4e degré ou encore une personne ayant des liens étroits et stables.



Annuaire

Être conseillé et orienté au mieux.

• •

Comment échanger avec des professionnels sur mes différentes problématiques ?

Retrouvez tous les numéros pour être entendu, conseillé et soutenu.



ANNUAIRE

Des numéros pour être entendu, conseillé et soutenu.

MALADIES NEURODÉGÉNÉRATIVES

Ligne écoute aidants

7/7j de 18h à 22h

📞 **08 06 80 68 30**

Avec nos proches

7/7j de 8h à 22h

📞 **01 84 72 94 72**

Maladie d'Alzheimer

Allô Alzheimer

7/7j de 20h à 22h

📞 **09 70 81 88 06**

Maladie d'Alzheimer

11h/12h et 17h/18h

France Alzheimer

📞 **01 42 97 52 41**

Sclérose En Plaques (SEP)

Soutien pour le SEP

Lundi 19h/21h ; jeudi 20h/21h

Mardi et samedi 17h/18h

Mercredi et vendredi

📞 **08 10 80 32 95**

Sclérose En Plaques (SEP)

APF écoute SEP

Lundi au vendredi de 13h/18h

📞 **08 00 85 49 76**

Maladie de Parkinson

Ligne d'infos écoute

Lundi/mardi de 9h30 à 17h

Vendredi de 9h à 12h30

📞 **01 45 20 98 96**



Communauté 360

«Numéro vert d'appui pour les personnes en situation de handicap et les aidants »

📞 **08 00 36 03 60**

AUTRES NUMÉROS DE SOUTIEN UTILES

CANCERS

Cancer Infos Service

Lundi au vendredi de 9h/19h

📞 08 05 12 31 24

Allo Ligue contre le cancer

Lundi au vendredi de 9h/19h

📞 08 00 94 09 39

MALADIES RARES

écoute Maladies Rares

Lundi au vendredi de 9h/13h et 14h/18h

📞 01 56 53 81 36

TROUBLE PSYCHIQUES

Écoute-famille

Lundi au vendredi de 9h/13h et 14h/18h

📞 01 42 63 03 03

DÉPRESSION

Suicide écoute

7j/7 24h/24

📞 01 45 39 40 00

S.O.S Amitié

7j/7 24h/24

📞 09 72 39 40 50

Numéro National de prévention
du suicide ☎ 3114

Numéro National de Maltraitance

Maltraitance des personnes vulnérables

Lundi au vendredi de 9h/19h

📞 3977

FIN DE VIE

SOS fin de vie

📞 01 42 71 32 94

✉️ ecoute@sosfindevie.org



Guide de l'aidant - 2026

