



le guide pratique

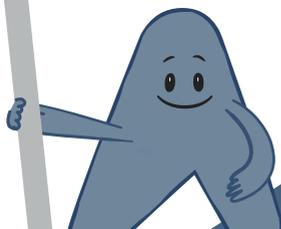
du CCAS de Bègles

se soigner

se loger

bien se
nourrir

mieux
vieillir



Centre Communal
d'Action Sociale

www.mairie-begles.fr

Nous avons choisi de faire de la justice sociale un des axes fondateurs de notre action. Favoriser la justice sociale, c'est contribuer à créer du lien, du partage, de l'entraide et l'émancipation de toutes et tous. La Ville, au plus près de la population, est un acteur majeur des politiques de solidarité. Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Bègles en constitue l'outil essentiel à travers ses actions et ses missions d'accueil et d'accompagnement des plus fragiles comme des plus âgé-es sur notre territoire.

Depuis la crise sanitaire, le CCAS apporte son soutien à un nombre grandissant de Béglaises et de Béglais. Aujourd'hui près d'un-e Béglais-e sur sept a déjà poussé la porte du CCAS. Face à cela, le CCAS n'a de cesse d'adapter son fonctionnement au service des publics. Cette recherche permanente d'amélioration tient aussi beaucoup à la qualité et à la diversité des liens partenariaux que vous pouvez découvrir dans ce guide pratique.

Notre démarche continue d'analyse des besoins sociaux du territoire a mis en évidence le besoin de répertorier, de mieux informer et de valoriser l'étendue des champs d'intervention. Ce guide pratique est né de cette réflexion. Ce document est avant tout un nouveau moyen mis à disposition des habitant-es pour favoriser l'accès aux droits pour toutes et tous.

Nous espérons qu'il vous guidera au mieux dans vos démarches.

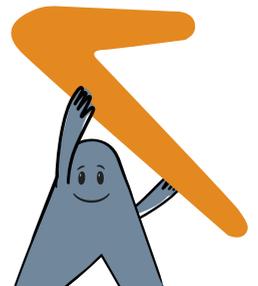


Clément Rossignol Puech
Maire de Bègles
Vice-président de Bordeaux Métropole



Amélie Cohen-Langlais
Vice-présidente du CCAS
Adjointe au Maire de Bègles
Déléguée aux Solidarités, à l'Habitat,
à la Politique alimentaire et aux Anciens combattants

- **Infos pratiques** p 4 à 5
- **Bien vivre au quotidien** p 6 à 10
 - J'ai des difficultés avec mon budget
 - Je veux me déplacer
 - Je suis en situation de handicap
 - J'ai besoin d'aide par rapport à ma santé
 - J'ai besoin d'aide pour faire face aux dépenses d'alimentation
- **Réussir à tout âge** p 11 à 12
 - Je ne sais pas me servir d'un ordinateur ou je n'ai pas accès à internet
 - Mon enfant a des difficultés scolaires
 - J'ai besoin d'un accompagnement renforcé dans ma recherche d'emploi
- **Se loger à Bègles** p 13 à 17
 - Je cherche un logement
 - Aire d'accueil des gens du voyage
 - J'ai des difficultés financières à rester dans mon logement
 - Je suis sans logement stable
 - Je vis dans un logement inconfortable
- **Bien vieillir à Bègles** p 18 à 25
 - Je souhaite vivre chez moi le plus longtemps possible
 - Je cherche des solutions de logement et de mobilité
 - Animation et lien social
- **Adresses et contacts** p 26 à 27



LE CCAS

en quelques mots

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) est un établissement public qui dépend directement de la mairie. Il s'adresse à toutes les Béglaïses et tous les Béglaïses ayant besoin d'une écoute, d'une information, d'une aide ponctuelle ou d'un accompagnement dans la durée. L'équipe du CCAS qui vous reçoit est soumise au secret professionnel.

C'est un relai essentiel pour toutes les demandes d'aide de la vie quotidienne.

Qui est accueilli par le CCAS ?

Le CCAS de Bègles reçoit toutes les personnes habitant à Bègles, de tout âge et de toute situation sociale.

Cependant, les familles ayant à charge des enfants de moins de 18 ans sont accompagnées par les services du Département et doivent donc s'adresser à la MDS (Maison du Département des Solidarités, 13 rue du Maréchal Joffre, 33130 Bègles / 05 56 85 81 97).

Quelles sont ses missions ?

Le CCAS couvre deux champs d'actions principaux : la lutte contre les exclusions et l'accompagnement au vieillissement. Voici ses missions :

- ✓ Aider les habitant-es de Bègles à accéder à leurs droits essentiels : nourriture, logement, santé, et services sociaux
- ✓ Faire le lien avec les différents organismes et associations pour améliorer l'information, l'orientation et le soutien de la population
- ✓ Faciliter l'accès au logement social et aux centres d'hébergement
- ✓ Aider au maintien à domicile des personnes âgées et/ou en situation de handicap
- ✓ Proposer des activités pour renforcer les liens sociaux et la prévention

Accueil Général

📍 4 rue Calixte Camelle

🕒 Les lundis de 13h à 18h30

☎ 05 56 49 88 43

🕒 Du mardi au vendredi de 8h30 à 17h
(le mardi de 14h à 17h uniquement sur RDV)

3 grands services du CCAS

➔ Social / insertion / logement

➔ Personnes âgées et autonomie

➔ Cohésion sociale et solidarités territoriales / coordination / PRE (Programme de Réussite Éducative)

Accueil Social-Insertion-Logement

🕒 Les lundis de 13h à 18h30

✉ social@mairie-begles.fr

✉ insertion@mairie-begles.fr

✉ logement@mairie-begles.fr

🕒 Du mardi au vendredi de 8h30 à 17h
(le mardi de 14h à 17h uniquement sur RDV)

☎ 05 56 49 88 43

Accueil du Bureau Information Séniors (BIS)

📍 2 rue Calixte Camelle

🕒 Les lundis de 13h à 18h30

✉ info.seniors@mairie-begles.fr

🕒 Du mardi au vendredi de 8h30 à 17h
(le mardi de 14h à 17h uniquement sur RDV)

☎ 05 56 49 69 32

Accueil du SAD (Service Autonomie à Domicile)

Accueil Physique

🕒 Les lundis de 13h à 18h30

🕒 Du mardi au vendredi de 8h30 à 17h

Accueil Téléphonique

🕒 Du lundi au jeudi de 8h à 18h

🕒 Les vendredis de 8h à 17h

✉ aide.domicile@mairie-begles.fr

☎ 05 56 49 88 45



Bien vivre au quotidien



Difficultés financières, santé précaire ou situation de handicap : saviez-vous qu'une équipe bienveillante est à votre écoute pour vous aider à trouver des solutions ? Le CCAS de Bègles accueille, informe, oriente toutes les personnes en difficulté.

J'ai des difficultés avec mon budget

Des imprévus peuvent arriver à chacun-e d'entre nous. Gérer son budget n'est pas toujours facile en fonction de ses revenus. À qui s'adresser ?

- Je suis sans ressources : je contacte le CCAS pour être renseigné-e sur mes droits (Revenu de Solidarité Active, chômage, ...)
- Je n'arrive pas à payer mes factures, je contacte mon fournisseur pour un paiement en plusieurs fois ou je fais une demande d'aide au Fonds de Solidarité Logement (www.fsl33.org). Si besoin, je contacte le CCAS ou la MDS pour être aidé-e dans mes démarches. Je prends rendez-vous à la permanence de l'association Familles en Gironde (Dossier de surendettement, accompagnement budgétaire...)



Je veux me déplacer

- ✔ Je souhaite utiliser le réseau de transports en commun (bus, tram, vélo de Bordeaux Métropole) ➤ Je demande le tarif solidaire sur la plateforme tarificationsolidaire.bordeaux-metropole.fr
- ✔ Je souhaite utiliser ou réparer un vélo ➤ Je me connecte à l'adresse cycles-manivelles.org
- ✔ Je souhaite bénéficier d'une aide de ma ville ou de Bordeaux Métropole pour acheter un vélo ➤ Je me connecte sur sedeplacer.bordeaux-metropole.fr/ rubrique "à vélo"
- ✔ Je souhaite me déplacer en Nouvelle-Aquitaine (trains, cars) ➤ Je me connecte à l'adresse cartesolidaire-nouvelle-aquitaine.cba.fr pour demander une carte de réduction en fonction de mes revenus

Je suis en situation de handicap

Éducation, santé, emploi, sport, culture : des solutions existent pour surmonter les obstacles liés à une situation de handicap.

À noter : Le CCAS fait partie de la Commission Communale d'Accessibilité. Je souhaite signaler ou suggérer un aménagement dans la ville : je contacte le CCAS pour me faire accompagner dans ma démarche.

Je suis en situation de handicap

Je souhaite remplir une demande d'aide en lien avec ma situation (allocation, aides humaines et matérielles, ...)

- Je retire un dossier au CCAS ou je le télécharge sur les sites suivants :
 - mairie-begles.fr/personne-en-situation-de-handicap
 - <https://mdph33.fr>

L'association **Espace 33** tient une permanence au CCAS pour aider à la constitution des dossiers (Allocation Adulte Handicapé, Carte Mobilité Inclusion, recours à décision). Prenez rendez-vous.

J'ai un enfant en situation de handicap

Le CCAS peut me guider dans mes démarches y compris pour scolariser mon enfant dans une structure adaptée.

Je peux également me renseigner auprès du service de la **Continuité Educative de la ville** ou sur le site internet www.mairie-begles.fr/personne-en-situation-de-handicap



J'ai besoin d'aide par rapport à ma santé

Assurance maladie et mutuelle

En fonction de ma situation personnelle et de mes revenus, je peux bénéficier de dispositifs particuliers comme la Protection Universelle Maladie et la Complémentaire Santé Solidaire. Je me connecte sur www.ameli.fr ou sur www.msa.fr. Je souhaite trouver une mutuelle moins chère : je prends contact avec le CCAS pour un rendez-vous avec la permanence **Ma Commune, Ma Santé**.

Santé mentale

Quand on vit une période psychologique difficile, on peut avoir besoin de soutien, d'écoute : n'hésitez pas à en parler pour être accompagné-e.

- Permanence hebdomadaire d'un-e psychologue au CCAS
- Centre Médico-Psychologique pour Adultes de Bègles (CMP)
- Équipe mobile psychiatrie précarité (EMPP)
- Des réponses spécifiques pour les jeunes de 16 à 25 ans (Equipe mobile «Orchestra» et la plateforme Point Ecoute Jeunes de Bagatelle qui propose des permanences au BT Emploi)

Pour en savoir plus, je prends contact avec le CCAS.

J'ai besoin d'aide pour faire face aux dépenses d'alimentation

Quand les moyens manquent, il est parfois difficile de manger sainement. Jardins partagés, aides d'urgence, sécurité sociale de l'alimentation ou encore achat groupé : saviez-vous qu'il existe des initiatives pour bien manger, en fonction de vos revenus ?

L'équipe du CCAS accueille toutes les personnes en difficulté avec les dépenses alimentaires. Vous n'êtes pas seul-es : trouvons ensemble une solution !

Chèques services

Mes revenus ne me permettent plus de répondre aux besoins alimentaires de mon foyer.

Dans les situations difficiles, le CCAS peut vous aider par un soutien sous forme de chèques services. Prenez rendez-vous avec un ou une travailleuse sociale (CCAS ou MDS). Les demandes sont étudiées en commission chaque semaine.

Jardins familiaux

Je souhaite cultiver mes propres légumes, mais je vis en appartement sans jardin ni balcon.

Le CCAS de Bègles gère 38 parcelles de jardins familiaux répartis sur la ville. Je prends contact avec le CCAS pour me renseigner.



Associations caritatives

J'ai du mal à faire face aux dépenses pour me nourrir au quotidien.

- Des associations peuvent m'aider :
- Secours populaire Gironde - Comité de Bègles
 - Restos du Cœur - Centre d'activités de Bègles
 - Epicerie Sociale et Solidaire BAS

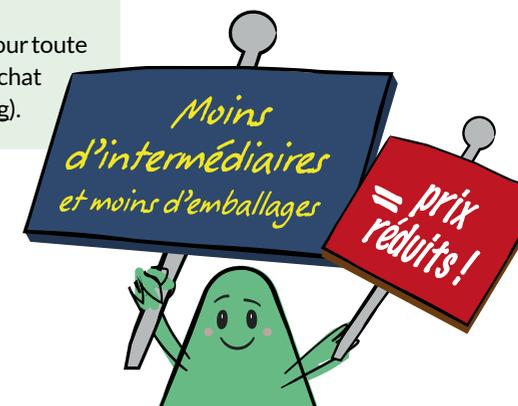
Je trouve les coordonnées, les démarches et les horaires sur www.soliguide.fr.

Achat groupé : la nourriture moins chère

J'ai un revenu modeste qui ne me permet pas d'acheter de la nourriture de qualité et/ou bio.

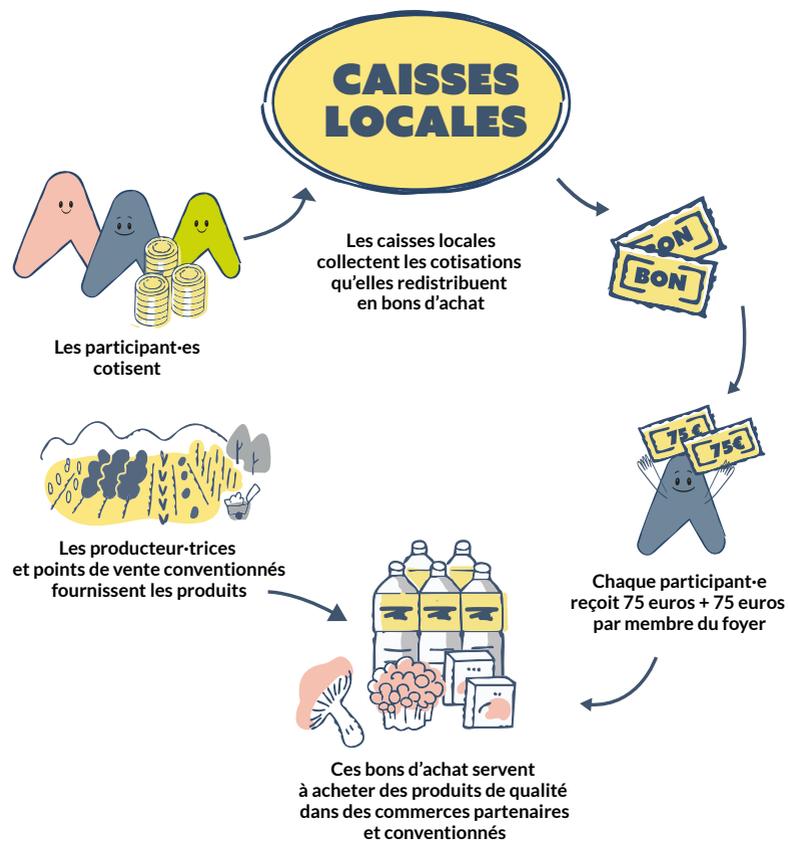
Le **VRAC** (Vers un Réseau d'Achat en Commun) est un projet qui permet d'avoir accès à des produits de qualité, bio et locaux à prix coûtant.

Les produits sont distribués une fois par mois. Pour toute information ou inscription : Vers un Réseau d'Achat en Commun - VRAC BORDEAUX (vrac-asso.org).



Sécurité Sociale de l'Alimentation

Le saviez-vous ? La ville de Bègles participe à l'expérimentation de la Sécurité Sociale de l'Alimentation jusqu'à mai 2025. Ce système permet aux participant-es de recevoir un bon d'achat pour acheter des aliments de qualité dans des lieux conventionnés.



Bègles expérimente la Sécurité Sociale de l'Alimentation. Je retrouve plus de renseignements sur le site mairie-begles.fr

Réussir à tout âge

Apprendre à naviguer sur internet, aider son enfant à réussir dans sa scolarité, trouver du travail... autant de démarches parfois complexes et qui demandent souvent la bonne maîtrise des outils numériques.

L'équipe du CCAS peut vous aider dans vos démarches en ligne et dans toutes les étapes pour mieux préparer l'avenir.

Je ne sais pas me servir d'un ordinateur ou je n'ai pas accès à internet

- ✓ J'ai besoin d'aide pour mes démarches administratives en ligne
- ✓ Je voudrais apprendre à utiliser un ordinateur et à naviguer sur internet
- ✓ Je souhaite accompagner mon enfant dans sa scolarité et dans le bon usage d'internet
- ✓ J'aimerais m'équiper à des tarifs accessibles
- ✓ Je recherche un lieu à Bègles où faire mes démarches en ligne



Une personne spécialisée dans le numérique peut m'aider. Je prends rendez-vous pour la rencontrer lors des permanences gratuites au CCAS et au Centre Social et Culturel l'Estey.

Des ateliers en petits groupes sont proposés, notamment aux seniors. Je peux demander le programme et m'inscrire directement au CCAS.

Retrouvez toutes les informations pour l'accompagnement numérique sur la page «Inclusion numérique» du site internet de la ville de Bègles.

Mon enfant a des difficultés scolaires

J'ai besoin d'aide pour l'accompagner dans son parcours scolaire, l'équipe pluridisciplinaire du **Programme de Réussite Educative (PRE)** peut m'aider si :

- ✓ J'ai un enfant de 3 à 17 ans scolarisé dans une École du Réseau d'Éducation Prioritaire à Bègles.
- ✓ J'habite avec mon enfant dans un des quartiers prioritaires de Bègles : Maurice Thorez, Terres Neuves, le Dorat.

➤ Pour obtenir un soutien adapté, je sollicite un rendez-vous auprès du référent PRE de l'établissement scolaire de mon enfant.

J'ai besoin d'un accompagnement renforcé dans ma recherche d'emploi

Dans le cadre du **Plan Local d'Insertion par l'Activité Economique (PLIE)** des Graves, le CCAS propose un accompagnement renforcé aux personnes en recherche d'emploi rencontrant des difficultés d'insertion professionnelle.

Les participant-es bénéficient d'une personne dédiée pour les aider à réaliser leur projet professionnel. Des réunions d'information gratuites sont régulièrement organisées pour se renseigner et intégrer ce dispositif.

➤ Je contacte le CCAS pour tout renseignement.



Se loger peut s'avérer difficile. Mais il existe des solutions ! Que ce soit pour demander un logement social, éviter une expulsion, ou encore lutter contre le mal logement, l'équipe du service social du CCAS accueille, écoute, renseigne et oriente toutes les personnes qui ont des difficultés liées au logement.

Je cherche un logement

Avoir un logement pour soi est une priorité pour toutes et tous. Le service logement du CCAS peut vous aider dans vos démarches.

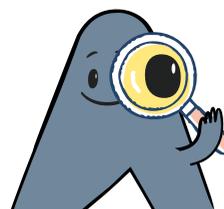
Je souhaite demander un logement social

La ville de Bègles compte 4236 logements locatifs sociaux, correspondant à 27,34 % des logements en location.

- ✓ Pour faire une demande de logement social ➤ Je me rends sur le site demande-logement-social.gouv.fr
- ✓ Si j'ai besoin d'aide pour remplir mon dossier ➤ Je contacte le service logement du CCAS

Parcours de ma demande

- 1 Je remplis le formulaire de demande de logement social
- 2 Un numéro d'enregistrement est attribué à mon dossier (NUD : 033...)
- 3 Je peux déposer mon dossier auprès des communes qui m'intéressent
- 4 Un logement est attribué par une Commission d'Attribution si les conditions d'accès sont respectées (pièce d'identité, avis d'impôts, etc.)
- 5 La demande doit être renouvelée tous les ans



Aire d'accueil des gens du voyage

Je fais partie des gens du voyage et mon mode d'habitat principal est la caravane-résidence mobile.

- Pour connaître les disponibilités de place sur l'aire d'accueil, je contacte la personne responsable de l'aire d'accueil en téléphonant au 06 62 87 37 64.

Le saviez-vous ?

Depuis avril 2003, les gens du voyage peuvent s'installer sur l'aire permanente d'accueil des Deux Esteyes située près du parc de Mussonville. Le CCAS de Bègles est en charge de l'animation du Projet Éducatif et Social de l'aire.

J'ai des difficultés financières à rester dans mon logement

Prévenir des expulsions

Je suis locataire, j'ai des difficultés à payer mon loyer.

- Pour éviter une expulsion et la mise à la rue, je n'attends pas ! Je contacte le CCAS le plus tôt possible. Je peux me faire accompagner par différents services partenaires (CCAS, MDS, CAF, FSL, bailleurs sociaux) pour trouver une solution.

Plus tôt je me manifeste, plus on a de chances de trouver une solution !



Je suis sans logement stable

Selon votre situation, le CCAS peut vous aider et vous orienter.

J'ai besoin d'une adresse pour mes démarches

- ✔ Je n'ai pas d'adresse stable à Bègles
- ✔ J'ai besoin d'une adresse de confiance pour recevoir mon courrier

- Je peux demander une domiciliation au CCAS.

Une domiciliation, c'est quoi ?

C'est une adresse sûre et sécurisée pour recevoir son courrier. Cette adresse permet aussi de faire ses démarches pour obtenir des aides et prestations sociales, comme le revenu de solidarité active (RSA).

Situation d'absence de logement / Sans domicile fixe

Je suis sans domicile fixe (SDF)

- Je peux contacter le 115 par téléphone pour demander un hébergement de nuit, un accès à des douches.



J'ai découvert quelqu'un qui vit dans la rue

- Je signale la situation au 115 ou au SAMU SOCIAL (Tél : 05 56 91 71 47) pour un passage des équipes de maraude afin d'obtenir de l'aide.

Je recherche une solution d'hébergement temporaire

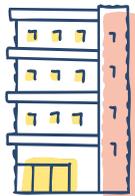
- Je contacte le CCAS ou la MDS (Maison du Département des Solidarités) afin d'être aidé-e dans mes démarches.

Je vis dans un logement inconfortable

Le mal logement, c'est quoi ?

C'est vivre dans de mauvaises conditions de logement. Le CCAS peut me guider si je suis dans l'une de ces situations :

- ✓ Je n'ai pas de domicile personnel
- ✓ Mon habitat est précaire ou insalubre (ne répond pas aux normes, etc.)
- ✓ J'ai des difficultés pour trouver ou garder un logement privé ou social



Je suis locataire

- ✓ Je constate des problèmes dans mon logement.
- ✓ Je vis dans un logement non décent qui n'a pas les équipements de base (ma santé est en danger, problème d'isolation, absence de VMC, je n'ai pas accès à l'eau ou à l'électricité, il y a des parasites ou de la moisissure, etc.).
- ✓ J'ai besoin d'aide pour que mon propriétaire ou mon bailleur fasse les travaux nécessaires.

J'ai plusieurs options :

- Je signale ce problème de logement sur le site histologe.beta.gouv.fr. Les services de l'État me recontacteront.
- Je fais un signalement auprès du service Hygiène et Santé de Bordeaux Métropole sur le site bordeaux-metropole.fr ou par mail : hygiene-sante@mairie-begles.fr

Je peux également contacter le CCAS pour demander de l'aide !



Je suis propriétaire

Le Pacte Territorial France Renov' (PTFR)

L'État a créé un dispositif d'aides pour accélérer la rénovation énergétique des logements. Le PTFR permet à tous les propriétaires de bénéficier d'aides pour rénover leurs logements, pouvant aller de 20 %, jusqu'à plus de 80 % du prix des rénovations pour les revenus les plus modestes.

Je possède un logement à rénover ou à adapter et j'ai besoin d'accompagnement pour demander les aides de l'État.

- Le CCAS peut m'aider à trouver les informations et à remplir les demandes nécessaires en fonction de ma situation.

Je suis propriétaire bailleur

- Je peux également profiter du PTFR à condition de mettre en place un loyer modéré pour mes locataires.

Quels travaux sont concernés ?

- Ces aides sont prévues pour un certain nombre de travaux, notamment des travaux d'isolation, le remplacement de fenêtres ou de système de chauffage, ainsi que pour des rénovations lourdes dans le cas d'un bien dégradé.

Permis de louer

La ville de Bègles et la Métropole souhaitent agir contre le mal logement et inciter les propriétaires à améliorer l'état des biens qu'ils mettent en location.

Je possède un logement concerné par le "permis de louer" (cartographie à retrouver sur le site bordeaux-metropole.fr). Je prévois de le mettre en location.

- Je dois faire ma demande de permis de louer avant toute nouvelle mise en location ou changement de locataire. Le permis devra être ajouté au contrat de location.

Le saviez-vous ?

Le permis de louer concerne les locations de logements en résidence principale, vides ou meublés, situés dans un périmètre défini. Le permis de louer est délivré si le logement ne présente pas de risque en matière de santé ou de salubrité. Le service qui instruit le dossier pourra demander à visiter le logement. Un propriétaire bailleur qui mettrait son bien en location sans avoir obtenu de permis de louer s'expose à une amende pouvant aller jusqu'à 15 000 €.

Comment effectuer ma démarche ?

J'ai 2 possibilités :

- Démarche en ligne : sur urbanisme.bordeaux-metropole.fr
- Démarche papier : je télécharge le Cerfa 15652*01 sur le site service-public.fr, je l'imprime et je le remplis. J'envoie mon dossier par courrier ou je le dépose au Centre permis de louer/diviser à Bordeaux Métropole.

Quand le dossier complet est rendu, les services de Bordeaux Métropole donnent leur réponse sous 1 mois. Si je ne reçois pas de notification dans ce délai, le permis de louer est considéré comme accepté.

Bien vieillir à Bègles

Vieillir ne doit jamais être synonyme d'isolement. L'équipe du CCAS de Bègles reçoit et guide toute personne qui le demande pour les démarches liées aux seniors, notamment pour les démarches administratives (maintien à domicile, aides financières, dossier de retraite et d'EHPAD, etc.)

Je souhaite vivre chez moi le plus longtemps possible

La dépendance peut être mal vécue car elle s'accompagne généralement d'une entrée en EHPAD ou en maison de retraite spécialisée. Cependant, on préfère souvent rester vivre chez soi le plus longtemps possible. Le CCAS propose différentes solutions pour un maintien à domicile en toute sérénité.

Le Service Autonomie à Domicile du CCAS de Bègles

Le CCAS propose un service d'aide à domicile, 7 jours sur 7, de 8h à 20h, destiné aux personnes âgées dépendantes et/ou aux personnes en situation de handicap.

L'aide à domicile, comment ça se passe ?

Une personne qualifiée du service passe régulièrement au domicile pour aider aux tâches quotidiennes et apporter une présence aux personnes qui ont peu de liens sociaux.



..... Ses missions sont

Aide à la vie quotidienne :

-  Ménage
-  Linge
-  Marché
-  Préparation ou portage des repas

Aide à la personne :

-  Aide à la prise de repas
-  Au lever et coucher
-  À l'habillage et au déshabillage
-  À la toilette
-  Soins d'apparence

Lien social :

-  Aide aux courses
-  Accompagnements véhiculés
-  Démarches administratives



Pour mettre ce service en place, c'est simple :

- Une visite à domicile est effectuée par des membres de l'équipe du CCAS au préalable.
- Si toutes les conditions sont validées, un contrat de prestation est passé entre le bénéficiaire et le CCAS.
- Une prise en charge partielle est possible. Celle-ci se fait par le Conseil Départemental de la Gironde (au titre de la dépendance ou de l'aide sociale) ou par les caisses de retraite pour les personnes autonomes.

La colocation intergénérationnelle

Le logement solidaire intergénérationnel permet à des séniors de proposer une chambre de leur logement à un-e étudiant-e ou jeune personne active. Cette rencontre permet au locataire de bénéficier d'un logement sécurisé, tout en offrant un peu de temps et une présence bienveillante à la maison.

Pour tout renseignement, contactez l'association **Vivre Avec** ou l'association **Ensemble2générations**.

Les services pour se simplifier les repas

Il existe des solutions pour proposer des repas à celles et ceux qui sont en perte d'autonomie. Ces repas sont réalisés par la cuisine municipale de Bègles. Les menus sont confectionnés par une nutritionniste et le tarif est fixé en fonction des ressources.



Portage de repas à domicile

Cette initiative proposée par le CCAS de Bègles permet de s'assurer que les séniors béglais mangent sainement et reçoivent de la visite quand la famille ne peut pas s'en charger.

À qui s'adresse ce service de repas à domicile ?

- ✓ Aux personnes de plus de 60 ans, prioritairement celles avec de plus faibles ressources.
- ✓ Aux personnes âgées rencontrant des difficultés pour la préparation des repas à la suite d'une perte d'autonomie (temporaire ou permanente) ou dans le cadre d'un changement de situation familiale.

Foyer restaurant Ambroise Croizat

Ce restaurant municipal public permet de partager des repas autour de moments chaleureux et amicaux. De nombreux convives s'y rendent chaque jour.

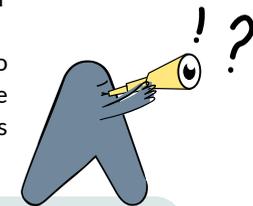
Toute personne âgée résidant à Bègles a ainsi la possibilité de déjeuner au Foyer restaurant, du lundi au vendredi. Le service de transport du CCAS est aussi proposé pour celles et ceux qui ont des difficultés à se déplacer.

➤ Pour tout renseignement et inscription, appelez le CCAS au 05 56 49 69 32.

La mission de vigilance

Le CCAS gère le registre des personnes vulnérables qui recense les personnes âgées et/ou en situation de handicap sur lesquelles il faut veiller en cas de risques exceptionnels, notamment les fortes chaleurs.

En fonction du niveau d'alerte canicule, le CCAS pourra activer le numéro vert, contacter les personnes par téléphone, organiser des visites à domicile ou encore mettre en place un transport vers des lieux climatisés pour toutes les personnes inscrites.



➤ Renseignements et modalités d'inscription auprès du Bureau Informations Séniors et sur le site de la ville de Bègles, rubrique plan canicule.

Soutenir aussi les aidant-es

De nombreuses personnes aident chaque jour ou de manière très régulière un parent en situation de handicap, en perte d'autonomie ou atteint de maladie grave. Il existe des structures qui peuvent soulager les aidant-es et leur permettre de souffler.

Les partenaires du CCAS sont là pour soutenir :

- ✓ **Les Centres de Ressources Territoriaux adossés aux EHPAD de Bègles, Bordeaux et Villenave-d'Ornon** apportent leur soutien et proposent des activités adaptées à toute personne aidante et à toute personne de plus de 60 ans en situation de fragilité souhaitant être maintenue à domicile.
- ✓ **L'équipe mobile de maladies neurodégénératives du SSIAD (Service de Soins Infirmiers À Domicile) de Bagatelle** est qualifiée pour accompagner les personnes souffrant de troubles neurodégénératifs ainsi que leurs aidant-es. Elle permet une prise en charge plus approfondie des patient-es. Jusqu'à 18 séances peuvent être remboursées à 100%.
- ✓ **L'Équipe de Soutien aux Aidants à Domicile (E.S.A.D) de Bagatelle** se déplace gratuitement pour informer, accompagner et soutenir les aidant-es qui s'occupent d'une personne âgée dépendante de 75 ans et plus.
- ✓ **Le relais de Bagatelle** est une structure d'hébergement temporaire de 15 chambres individuelles accueillant des personnes âgées de plus de 60 ans, permettant un temps de répit pour les aidant-es.

Je cherche des solutions de logement et de mobilité

Il n'est parfois plus possible de vivre seul à domicile ou de conduire. Cependant, il existe des solutions pour le transport et l'hébergement des séniors béglois. Le CCAS accompagne les séniors et leurs aidant-es dans toutes les démarches administratives.

Me déplacer de façon autonome

Quand mes proches ne sont pas disponibles, je peux compter sur la ville de Bègles et ses partenaires pour mes déplacements.



Les services de transport spécifiques

J'ai besoin de me déplacer pour honorer un rendez-vous médical, faire les courses, aller déjeuner au Foyer restaurant Ambroise Croizat et participer à des activités ou des événements de la ville.

La Ville de Bègles propose un service de transport des séniors pour les accompagner aux courses, au marché, aux animations, au restaurant Ambroise Croizat pour le déjeuner ou à la bibliothèque.

TBM propose par ailleurs le service Mobibus dédié au transport des personnes à mobilité réduite. Pour en bénéficier, un dépôt de dossier est nécessaire. Une fois ma demande acceptée, je peux réserver mes trajets par téléphone, email, internet ou courrier.



TBM

Se déplacer sur le réseau de transports en commun TBM à tarif réduit, c'est possible ! TBM propose un Pass Sénior ainsi que la tarification solidaire en fonction des revenus. Pour plus d'informations, se reporter à la page 5.



Vélo

Pour celles et ceux qui le souhaitent, des stages de remise en selle à vélo sont proposés par l'association Cycles et Manivelles à Bègles.

Obtenir un hébergement adapté

Je ressens des difficultés pour effectuer certains actes de la vie courante et j'ai désormais besoin d'aide au quotidien. Mon parent âgé ne peut plus vivre seul.

Quand le maintien à domicile n'est plus possible, il existe plusieurs options de logement adapté aux séniors. Le CCAS peut aider à constituer un dossier d'inscription.

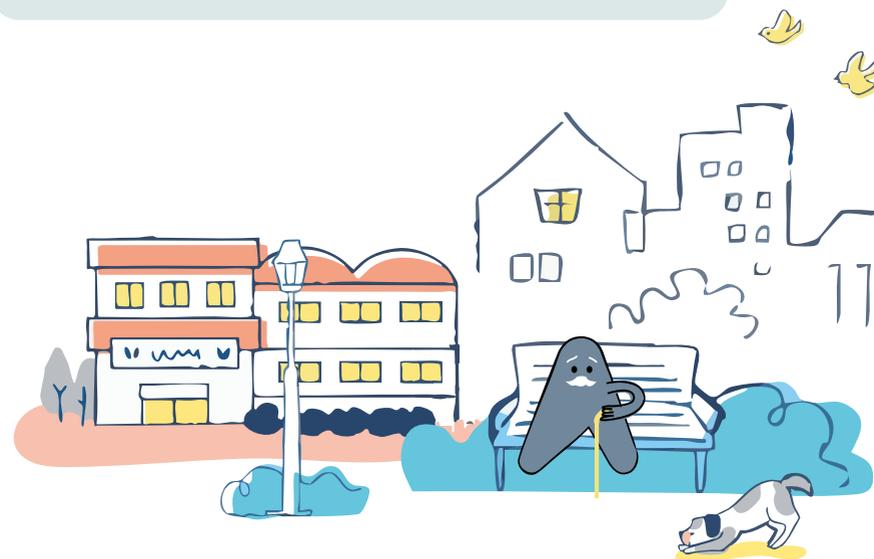
Accueil des personnes âgées dépendantes en EHPAD

Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) s'adressent à des personnes habituellement âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien. La ville de Bègles accueille trois de ces établissements.

Résidences autonomie et résidences services séniors

Ces résidences sont destinées aux personnes à la retraite qui souhaitent bénéficier d'un logement individuel privatif tout en profitant des services et espaces communs dédiés à la vie collective. Il existe une résidence services séniors à Bègles.

Retrouvez les adresses et contacts utiles sur le site de la ville de Bègles, le logement des personnes âgées - ville de Bègles (mairie-begles.fr) ou contactez le Bureau Information Séniors.



Animation et lien social

Bien vieillir, c'est aussi garder un lien social avec les gens qui m'entourent. La ville de Bègles propose des activités pour les Béglaises et les Béglais de tous âges.

Les temps forts

En juillet et en août, tous les jeudis, le CCAS participe à l'opération **Un été près de chez vous** et propose des pique-niques avec animations.

Au mois d'octobre, lors de la **Semaine Bleue**, les personnes âgées sont mises à l'honneur. Le CCAS participe à cet événement national et propose des activités et des animations avec un thème différent chaque année.

Pour les fêtes de fin d'année, le CCAS offre un repas aux personnes âgées de plus de 75 ans qui en font la demande. Ce repas peut prendre la forme soit d'un **colis de Noël** livré aux personnes ne pouvant pas se déplacer, soit d'un **repas festif** avec des animations.

Les activités conviviales tout au long de l'année

L'activité est idéale pour lutter contre l'isolement et la fracture numérique, tout en offrant une belle opportunité de créer des liens sociaux. Le CCAS propose des activités toute l'année à destination des seniors :

- ✓ **Des activités de loisirs** : jeux de société, jeux de cartes, ateliers de petites décorations, ateliers de chant ou de « jeux de mémoire » ...
- ✓ **Des activités culturelles** : des conférences sur l'histoire, l'histoire de l'art, des séances de cinéma, des lectures...
- ✓ **Des activités physiques et de bien-être** : yoga, tai-chi, sophrologie, marche, activité aquatique ...
- ✓ **Des ateliers numériques** collectifs et individuels mensuels co-animés avec l'association **Faits de Cœur**.
- ✓ **Des visites de convivialité** par les bénévoles de l'association **Les Petits Frères des Pauvres** dont la mission est de tisser des liens chaleureux avec les personnes âgées isolées et vulnérables.



Le saviez-vous ?

Le Conseil des sages

Constitué de Béglais-es de plus de 55 ans, ce groupe peut être consulté par le maire ou les élu-es sur certains sujets importants pour la municipalité.

Les sages peuvent se rencontrer, échanger avec les équipes municipales et les partenaires locaux afin de mener leurs réflexions sur les aménagements de la ville. Pour obtenir plus de renseignements, rendez-vous sur le site de la ville ou au CCAS.



Nous trouver



CCAS de Bègles
 4 rue Calixte Camelle
 33130 Bègles
 ☎ **05 56 49 88 43**
 🕒 Le lundi de 13h à 18h30
 Du mardi au vendredi de 8h30 à 17h00
 (le mardi de 14h à 17h sur RDV)



Nous contacter, les permanences



Conseil conjugal/relations familiales/
aide dans l'éducation des enfants

Médiation familiale

🕒 **le vendredi de 14h à 17h**
 ☎ **05 56 51 17 17**



Accueil, conseil et accompagnement
des personnes en situation de
surendettement

Surendettement

🕒 **le mardi de 14h à 17h**
 (2^{ème} et 4^{ème} mardi du mois)
 📍 à l'accueil du CCAS
 ☎ **05 56 49 88 43**



Informations juridiques
(droit de la famille, du travail,
consommation, violences
conjugales...)

🕒 **Le mercredi de 9h à 12h**
 📍 à l'accueil du CCAS
 ☎ **05 56 49 88 43**



Aide à la prise en charge des
souffrances psychosociales
(tout public)

🕒 **Le vendredi de 14h à 17h**
 📍 à l'accueil du CCAS
 ☎ **05 56 49 88 43**



Permanence Ma Commune Ma
Santé, aide pour un accès à une
mutuelle adaptée à mes besoins de
santé et mon budget

🕒 **Le vendredi de 14h à 17h**
 (1^{er} et 3^{ème} vendredi du mois)
 ☎ **05 56 86 91 70**
 ✉ **ami.bordeaux@gmail.com**



Information et accompagnement
dans les démarches liées à la santé
(maladie, arrêt de travail)

🕒 **Le mercredi de 13h30 à 17h**
 ☎ Auprès du travailleur social
de la CARSAT au 36 46
(demander service social)



Aide aux démarches administratives

🕒 **Le mercredi sur RDV de 14h à 17h**
 📍 à l'accueil du CCAS
 ☎ **05 56 49 88 43**



Aide aux démarches administratives
et juridiques pour personnes en
situation de handicap

🕒 **Le vendredi sur RDV de 14h à 17h**
 ☎ Rendez-vous auprès
de l'association au
05 35 32 55 04



CCAS de Bègles

Le lundi de 13h à 18h30
Du mardi au vendredi de 8h30 à 17h00

4 rue Calixte Camelle

05 56 49 88 43

www.mairie-begles.fr