



BESOIN DE RÉPIT


SOLUTIONS D'AIDE

BIEN VIEILLIR



Guide de 
l'aidant





“ [...] le toit familial,
les parents et les proches sont
les meilleurs compagnons sur
les chemins de la vie. ”

Remerciements

Je remercie les partenaires qui ont participé à la conception de ce guide :

- le Lions Club Nouméa Doyen
- le Service d'Accompagnement des Organisations Médico-Sociales de la DPASS
- le Centre de Gérontologie Clinique du CHS

Je salue également les partenaires privés, associatifs et institutionnels pour la rédaction et l'enrichissement des informations pratiques ainsi que les aidants pour leurs témoignages.

Directeur de publication : Sonia Lagarde, Maire de la Ville de Nouméa
Rédaction : Valérie Leclerc
Conception : Push&Pull
Photographies : Niko Vincent
Impression : Artypo, Mars 2019 – 2 000 exemplaires

➔ MOT DU MAIRE



La solidarité à l'égard des aînés anime toujours la vie de nombreux Calédoniens. Cet engagement moral me conforte dans la vitalité du lien qui nous unit pour construire et vivre ensemble.

Empreintes de sagesse, garantes de la mémoire, les personnes âgées sont la richesse des générations suivantes.

Chacun d'entre nous peut être amené, un jour, à assumer ce rôle et ce, d'autant plus que la population nouméenne vieillit. Cependant, au-delà de nos choix de vie, cette aide, qu'elle soit permanente ou ponctuelle, peut occasionner une charge physique, morale et financière et devenir difficile à porter.

C'est pour accompagner les Nouméens dans leur rôle d'aidant que le Centre Communal d'Action Sociale a réalisé ce guide. Au travers de témoignages et de conseils, il centralise les ressources existantes pour une meilleure prise en charge de l'aidé mais aussi de l'aidant.

N'oublions pas que la majorité des personnes âgées exprime le souhait de vieillir chez elles, en toute dignité. En effet, le toit familial, les parents et les proches sont les meilleurs compagnons sur les chemins de la vie.

Sonia Lagarde
Maire de la Ville de Nouméa

→ Sommaire



INTRODUCTION

Le CCAS de Nouméa	5
L'utilisation du guide	7
Le processus de l'aidant	8



01 FAIRE FACE

L'épuisement, comment l'éviter ?	9
La maladie d'Alzheimer, si on en parlait ?	10
Les solutions d'aides existent, quelles sont-elles ?	11
Les solutions d'aides existent, quelles sont-elles ?	12
Le suivi médical, vers qui se tourner ?	13
La prise en charge a un coût, quels sont les dispositifs ?	14
Comment ne rien oublier ?	15

02 MIEUX COMPRENDRE 16

Les risques d'épuisement	18
Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées	21
Les solutions d'aide	24
Le suivi médical	27
Les aides financières	31
Les démarches administratives	36



03 BIEN S'ORIENTER 38

Aide et accompagnement social	40
Associations	47
Logement	55
Santé	62



PLANNING DES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES 75





Le Centre Communal d'Action Sociale de la Ville de Nouméa (CCAS) ←

Le CCAS est un établissement public de la Ville de Nouméa. À ce titre, le maire est président de droit de son conseil d'administration qui est composé, en plus de son président, de 7 élus du conseil municipal et de 7 personnes, nommées par le maire, représentant les secteurs de l'enfance, de l'insertion et de la lutte contre les exclusions,

du handicap, des retraités et des personnes âgées. Le CCAS intervient, de manière complémentaire, sur des champs de compétences dévolus au gouvernement (handicap) ou à la province Sud (petite enfance, personnes âgées, accompagnement social au logement, grande exclusion, aide sociale facultative).

Pour développer ses missions, le CCAS s'appuie sur quatre services, dont trois opérationnels qui mettent en œuvre la politique de solidarité communale :

- **le service famille et coéducation**, qui gère la crèche du Caillou blanc à Tindu et la Maison de la Famille au pôle de services publics de Rivière-Salée où se déroule le « café des aidants » ;
- **le service accompagnement individualisé**, qui intervient directement en information, conseil et accompagnement des

publics : les personnes âgées, les personnes porteuses d'un handicap et les familles issues de sites de résorption d'habitat insalubre ;

- **le service animation et actions collectives**, qui développe différents programmes d'actions collectives à destination principalement des personnes en situation de handicap et des personnes âgées ou de leurs aidants. Il gère également les jardins familiaux de la Ville.

L'augmentation de l'espérance de vie, ces dernières décennies, modifie de plus en plus la composition de la population nouméenne qui voit sa population âgée s'accroître d'année en année. « Le Guide de l'Aidant » répondra à vos principales questions concernant l'aide à la personne âgée que vous accompagnez chaque jour. Il s'inscrit dans cette volonté de soutenir les personnes âgées dépendantes et leurs aidants dans leurs difficultés du quotidien. En effet, que vous soyez son conjoint, son enfant, son petit-enfant, un ami ou un voisin, vous pouvez être amené, un jour ou l'autre, à devenir l'aidant d'une personne âgée.


Pour accompagner le vieillissement de la population de Nouméa, le CCAS assure cinq missions en direction des personnes âgées avec pour chacune des objectifs précis et concrets.

→ MAINTENIR LES SENIORS À DOMICILE

- **Vous rencontrez des difficultés** pour gérer votre quotidien (courses, repas, ménage...) ? Une aide peut vous être apportée pour continuer à vivre à votre domicile, vous assister dans vos démarches administratives et faire intervenir une auxiliaire de vie sociale le temps qu'un service d'aide à domicile se mette en place.
- **En cas de difficultés financières** et selon les critères de ressources, des aides sociales peuvent vous être attribuées (pour les factures d'électricité, d'eau, l'abonnement au transport, l'aide ménagère...).
- **Lors d'un cyclone ou d'un épisode de forte canicule**, une veille sociale est assurée par téléphone pour les personnes isolées et fragiles.
- **Si vous souhaitez quitter votre domicile et intégrer un établissement pour personnes âgées**, ou alors le faire aménager suite à une perte d'autonomie, une réponse individualisée peut vous être apportée en lien avec l'Instance de coordination gérontologique de la province Sud.

→ PRÉVENIR LES EFFETS DU VIEILLISSEMENT ET MAINTENIR LE LIEN SOCIAL

Vous avez envie de rencontrer d'autres seniors, de partager avec eux des loisirs ou des sorties culturelles, de bien vivre votre corps et votre âge ? Un programme gratuit d'animations variées est proposé chaque année. Vous trouverez toutes les informations dans le guide « Seniors à Nouméa ».

 www.noumea.nc

→ DÉVELOPPER LES ACTIONS DE SOLIDARITÉ ENTRE GÉNÉRATIONS

Des actions intergénérationnelles sont mises en place afin de créer du lien et de la solidarité entre tous.

→ APPORTER DES AIDES

Vous avez besoin d'une aide au transport, à la personne ou à l'énergie ? Vous êtes propriétaire de votre logement et vous avez besoin de faire élaguer les arbres de votre jardin ?

Vous pouvez contacter le CCAS, un travailleur social examinera votre situation et évaluera votre besoin pour vous faire bénéficier d'une aide facultative selon vos ressources et les conditions d'octroi en vigueur.

→ SOUTENIR LES AIDANTS

Vous assurez la prise en charge quotidienne d'un proche, d'une personne âgée, malade ou dépendante, et vous aussi avez besoin d'un accompagnement pour mener à bien cette tâche.

Un programme de soutien entièrement gratuit vous est proposé avec des conférences que vous retrouverez dans le guide « Seniors à Nouméa » et des temps de partage, de rencontre comme le « café des aidants » qui est un rendez-vous hebdomadaire à la Maison de la Famille, au pôle de services publics de Rivière-Salée.



→ Nous espérons que ce guide permettra de vous aider à sortir des difficultés du quotidien ou de ce sentiment d'isolement dans lequel l'aidant se trouve parfois plongé, voire vous donnera la force de pousser la porte du CCAS où vous trouverez une écoute attentive.

Comment utiliser ce guide ?

→ CE GUIDE S'ADRESSE AUX AIDANTS DE PERSONNES ÂGÉES. TOUT D'ABORD, QU'EST-CE QU'UN « AIDANT » ?

Un aidant est une personne qui aide régulièrement de manière non professionnelle un proche âgé dépendant ou pas pour des actes de la vie quotidienne : les soins d'hygiène, les tâches domestiques, les déplacements, les courses, les démarches administratives. Il s'agit d'assurer une vigilance au quotidien. La plupart du temps, ce rôle est tenu par le conjoint ou un parent (enfant, frère/sœur, neveu/niece, petit-enfant...), mais aussi par un ami ou un voisin.

Il est souvent difficile pour l'aidant de se situer dans les démarches à accomplir et dans l'offre de services disponible. Pourtant, il existe différents lieux et professionnels à même de vous apporter un soutien et des conseils.

Ce guide, non exhaustif, vous permettra ainsi de vous situer et de vous orienter vers les différents professionnels ou associations œuvrant auprès des personnes âgées. Vous pourrez alors échanger sur votre quotidien et bénéficier de leur expérience et de leur connaissance pour trouver les meilleures solutions possible.



→ CE GUIDE SE DÉCOMPOSE EN TROIS PARTIES :

- > Vous trouverez dans la première partie, « Faire face », **des témoignages d'aidants sur les difficultés les plus courantes du quotidien de l'aidant.**
- > Six sujets y sont abordés, qui vous amèneront vers la deuxième partie, « Mieux comprendre », laquelle détaillera et apportera des éléments précis sur ces six sujets. Vous y trouverez **des éléments de réponse, des conseils, des informations en lien avec les sujets évoqués à travers les témoignages.**
- > La dernière partie, « Bien s'orienter », regroupe des fiches présentant **différents services publics, associations ou dispositifs œuvrant en faveur des personnes âgées ou des aidants.** Ces fiches viennent compléter les informations déjà données dans « Mieux comprendre ». Vous y trouverez les contacts des partenaires et toute information utile.

Avant de vous plonger dans ce guide, **il est important de savoir où vous en êtes dans votre rôle d'aidant.** Pour cela, nous vous invitons à **consulter tout d'abord le « processus de l'aidant »** à la page suivante, puis de vous y référer autant que nécessaire.

→ Le processus de l'aidant

- > La personne oublie des choses du quotidien
- > Je demande à la famille, à ses amis, s'ils ont remarqué un changement de comportement chez la personne



J'OBSERVE



JE RESTE OBJECTIF

- > C'est exceptionnel : je ne m'inquiète pas et je reste vigilant
- > Cela devient fréquent : cela m'inquiète

- > J'exprime mes inquiétudes à ma famille ou à mes amis
- > Je dis à la personne aidée mon inquiétude sur les faits que j'ai remarqués et j'essaie de voir si elle s'en rappelle



J'EN PARLE



JE M'APPUIE SUR CE GUIDE

- > Je me repère avec le guide pour trouver le ou les professionnels qui pourront m'aider
- > Je me sens seul face à mes inquiétudes et je prends rendez-vous avec mon médecin traitant ou un travailleur social.

- > J'ai pris rendez-vous avec un médecin un travailleur social pour parler de mes inquiétudes et de mes peurs concernant mon proche aidé
- > je vais au rendez-vous en ayant noté des faits précis, des événements, pour m'aider à exprimer mes inquiétudes



JE RENCONTRE UN PROFESSIONNEL



J'ACCEPTÉ

- > J'écoute les conseils du professionnel pour aborder au mieux le problème avec la personne aidée
- > Je ne me sens pas capable de le faire et demande l'intervention d'un professionnel

- > La personne aidée entend mes peurs et mes inquiétudes et accepte l'aide
- > La personne aidée est dans le déni et le refus : je participe aux réunions d'information qui m'apportent un soutien
- > Le refus de la personne aidée la met en danger : je m'appuie sur les services sociaux ou médicaux pour envisager les solutions d'aide



L'AIDE

01



Faire face

- 1 > L'ÉPUISEMENT, COMMENT L'ÉVITER ? P. 10
- 2 > LA MALADIE D'ALZHEIMER, SI ON EN PARLAIT ? P. 11
- 3 > LES SOLUTIONS D'AIDE EXISTENT, QUELLES SONT-ELLES ? P. 12
- 4 > LE SUIVI MÉDICAL, VERS QUI SE TOURNER ? P. 13
- 5 > LA PRISE EN CHARGE A UN COÛT, QUELS SONT LES DISPOSITIFS ? P. 14
- 6 > COMMENT NE RIEN OUBLIER ? P. 15



➔ #1 | L'épuisement, comment l'éviter ?

TÉMOIGNAGES

« J'ai du mal à faire face et à accepter que ce ne soit pas de sa faute, qu'il ne fasse pas exprès. »

Fabienne, 58 ans, aidante de son mari

« Je ne sais pas toujours comment réagir, je n'étais pas préparée à cela. Je sais qu'il y a toujours pire et on en parle beaucoup avec mes enfants et mes petits-enfants. Ils prennent le relais à leur façon, mais je ne peux pas toujours les déranger. »

Marie-Céline, 61 ans, aidante de son mari

➔ QUE FAIRE ?

Il existe des solutions de répit accessibles à l'aidant, qui sont adaptées à la problématique de l'aidé.

Il existe ainsi des **accueils de jour en maison de retraite** (p. 61) ou encore au **Centre d'accueil de jour Édouard-Trubert** (p. 51) pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Le CCAS propose aussi un « **café des aidants** » une fois par semaine pour échanger entre aidants. Ce rendez-vous hebdomadaire est dédié à l'aidant et lui permet de prendre soin de lui. Il est ouvert gratuitement à tous Nouméens sur inscription auprès du CCAS (p. 41).

L'association France Alzheimer-NC propose plusieurs activités, des aides et du soutien à destination des malades, des familles et des aidants (p. 52).

Le Lions Club Nouméa Doyen organise mensuellement le « rendez-vous des aidants » avec un accueil personnalisé pour comprendre et orienter l'aidant vers les dispositifs les plus adaptés à la situation rencontrée. Le « rendez-vous des aidants » propose aussi des réunions d'information et d'échanges (p. 50).

Par ailleurs, deux associations œuvrant autour de la personne âgée proposent des activités de loisirs variées afin d'occuper les seniors : **L'ACAPA** (p. 47) et **Les Fils d'argent** (p. 53).



MOTS CLÉS

Fatigue, épuisement moral et physique, nervosité, agressivité, dépression, isolement social, pause, repos, répit, soutien psychologique, groupe de parole, psychologue, besoin d'écoute, café des aidants, café mémoire, rendez-vous des aidants, Centre d'accueil de jour Édouard-Trubert, accueillants familiaux...



CONTACTS

Vous devez vous rapprocher :

➤ Du **médecin traitant**.

➤ **Les assistantes sociales de la province Sud** tiennent des permanences dans différents quartiers.

Contactez le secrétariat de la DPASS au **20 45 40** (p. 42).

➤ **Le CCAS de Nouméa** vous reçoit sur rendez-vous à l'annexe Mairie Gallieni 1 au 20, rue Gallieni.
Tél. : **27 07 86** (p. 41).
Email : mairie.ccas@ville-noumea.nc



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES



#2 | La maladie d'Alzheimer, si on en parlait ?



TÉMOIGNAGES

« Il me demande qui je suis, il me montre son alliance et me dit : « On est mariés ? Tu n'es pas ma sœur ? On a des enfants ? Pourquoi m'as-tu caché qu'on était mariés ? » J'ai l'impression de vivre avec un étranger. »

Camille, 67 ans, aidante de son mari

« Tu sais, mamie, papy, c'est comme un tableau blanc qui s'efface sans cesse et sur lequel il faut sans arrêt réécrire. »

Jacques, 26 ans, aidant de son grand-père

→ QUE FAIRE ?

La maladie d'Alzheimer est une maladie du cerveau dont la fréquence augmente avec l'âge. La dégénérescence des neurones entraîne une perte progressive de certaines fonctions cérébrales. Ces lésions sont à l'origine de l'apparition de troubles divers : difficultés intellectuelles, manifestations psychiques, modifications du comportement, qui réduisent peu à peu l'autonomie de la personne. Le processus prend plusieurs années. La maladie est connue pour évoluer lentement pendant huit à dix ans.

L'annonce de la maladie est un moment difficile. La maladie d'un membre d'une famille est rapidement, par ses répercussions et les bouleversements qu'elle opère, le problème de tous.

Il est essentiel que, malgré la maladie, la personne âgée continue à vivre le plus normalement possible. Une personne entourée, sollicitée par ses proches malgré ses limites, conserve une dose suffisante de confiance en elle et garde son autonomie plus longtemps. Conserver son autonomie, c'est aussi conserver sa dignité.

La maladie d'Alzheimer est une maladie au long cours. **Il est fondamental pour l'aidant de ne pas se laisser envahir par la maladie, de prendre quelques moments de répit, de prendre soin de lui pour être plus à même de prendre soin de l'être aimé malade** (p. 21).



MOTS CLÉS

Maladies apparentées, troubles de la mémoire, troubles du langage, troubles du sommeil, irritabilité, agressivité, hallucinations, comportement dépressif, fugue, perte du sens de l'orientation, association France Alzheimer-NC, autonomie, dignité...



CONTACTS

N'hésitez pas à vous rapprocher de :

> votre **médecin** traitant,

> **Les assistantes sociales de la province Sud** tiennent des permanences dans différents quartiers.

Contactez le secrétariat de la DPASS au 20 45 40 (p. 42)

> **Le CCAS de Nouméa** vous reçoit sur rendez-vous à l'annexe Mairie Gallieni 1 au 20, rue Gallieni.

Tél. : 27 07 86 (p. 41)

Email : mairie.ccas@ville-noumea.nc



➔ #3 | Les solutions d'aide existent, quelles sont-elles ?

TÉMOIGNAGES

« Elle est tombée plusieurs fois chez elle. Son logement n'est plus adapté, je ne peux plus la laisser seule ! »

Claudine, 55 ans, aidante de sa maman

« Il a la flemme de faire la cuisine, il oublie de manger. »

Marie, 71 ans, aidante de son oncle

« Elle attend que j'arrive pour faire sa toilette, car elle a peur de tomber dans la salle de bain. »

Sophie, 60 ans, aidante de sa sœur aînée

➔ QUE FAIRE ?

Le maintien à domicile reste le souhait de la majorité des personnes âgées et de leur famille. Cependant, la perte d'autonomie est un événement majeur dans leur vie. **Pour garantir le maintien à domicile dans les meilleures conditions, il est nécessaire d'entreprendre certaines démarches telles que l'évaluation de la perte d'autonomie**, réalisée par le pôle gérontologique (p. 44) qui déterminera les conditions de maintien à domicile.

Par ailleurs, **des professionnels existent pour apporter une aide aux actes de la vie quotidienne**, pour prodiguer les soins médicaux et le nursing et pour garantir la sécurité des personnes. Enfin, si le maintien à domicile devient trop lourd à assurer, il convient d'envisager, avec l'aide, l'orientation vers une structure adaptée (p. 24).



MOTS CLÉS

Logement inadapté, chutes répétées, sentiment d'insécurité, accident domestique, perte de poids, conduite dangereuse, alimentation déséquilibrée, déplacement difficile, logement négligé...

CONTACTS

➔ **Les assistantes sociales de la province Sud** tiennent des permanences dans différents quartiers. Contactez le secrétariat de la DPASS au **20 45 40** (p. 42).

➔ **Le CCAS de Nouméa** vous reçoit sur rendez-vous à l'annexe Mairie Gallieni 1 au 20, rue Gallieni.
Tél. : **27 07 86** (p. 41).
Email : mairie.ccas@ville-noumea.nc

➔ **Le pôle gérontologique** : permanences sans rendez-vous les lundi et vendredi matin de 8 h à 11 h 30 et le mercredi de 13 h à 16 h 45.
Immeuble LE SANTAL, bâtiment B, 4^e étage, 83, boulevard Joseph-Wamytan, Dumbéa-sur-Mer.
Tél. : **24 66 99** (p. 44).
Email : polegeronto@canl.nc





#4 | Le suivi médical, vers qui se tourner ?



TÉMOIGNAGES

“ Il m’a fallu un peu de temps pour admettre qu’il fallait aller voir un médecin. J’avais peur, surtout qu’une sœur de ma femme est décédée à la suite d’une maladie. Puis j’ai pris rendez-vous à l’hôpital. Ma femme a eu des tests et le diagnostic est tombé. Le médecin ne peut pas dire comment cela va évoluer ni à quelle vitesse. ”

Pierre, 70 ans, aidant de son épouse

“ Je dois souvent prendre une journée de congé pour accompagner mon père à ses différents rendez-vous médicaux. Je dois m’organiser en conséquence et je sens que mon employeur ne comprend pas toujours. ”


Nadine, 57 ans, aidante de son père

→ QUE FAIRE ?

Les visites chez le spécialiste et les rendez-vous médicaux chez les différents professionnels qui interviennent dans le bien-être de la personne âgée sont importants pour sa prise en charge.

Le rôle du médecin traitant est essentiel, car c’est lui qui va synchroniser les différentes interventions nécessaires à la prise en charge de votre proche.

Le carnet médical doit être rempli à chaque consultation. Il est le garant de la bonne transmission des informations relatives à la santé de l’aidé entre les différents médecins, mais aussi aux professionnels susceptibles d’intervenir à domicile ainsi qu’aux familles (p. 27).

 **MOTS CLÉS**
 Carnet de santé, médecin gériatre, ergothérapeute, ophtalmologue, chirurgien-dentiste, pharmacien, médecin traitant, lutter contre les effets du vieillissement, troubles alimentaires, troubles de la vision, troubles de l’équilibre, kinésithérapeute, psychomotricien, directives anticipées, personne de confiance, psychologue...



CONTACTS

➤ Le **médecin** traitant reste l’interlocuteur privilégié concernant le suivi médical.



➔ #5 | La prise en charge a un coût, quels sont les dispositifs ?

TÉMOIGNAGES

“ Mon mari est malade, je m'occupe de lui pour l'instant, mais s'il m'arrivait quelque chose, je ne voudrais pas être à la charge de mes enfants. ”

Patricia, 57 ans, aidante de son mari

“ Il n'a pas assez d'argent pour finir le mois. Il a besoin d'aide. ”

Emma, 47 ans, aidante de son voisin

➔ QUE FAIRE ?

Des solutions existent pour vous soutenir en cas de difficultés financières. Vous pouvez vous rapprocher des institutions publiques, des associations qui vous orienteront vers les bons interlocuteurs.

Il existe des aides pour le logement, l'accompagnement de vie, le maintien à domicile, les compléments de ressources, l'amélioration du logement... selon le niveau de ressources du demandeur.

Les enfants peuvent aussi verser une pension qui sera déduite de leurs impôts. L'expression de la solidarité familiale est ainsi prise en compte par la collectivité.

Les services sociaux de proximité peuvent aussi vous apporter des réponses (p. 31).



MOTS CLÉS

Difficultés financières, retraite coupée, aides sociales, pension alimentaire, complément de ressources...



CONTACTS

➤ Les assistantes sociales de la province Sud tiennent des permanences dans différents quartiers. Contactez le secrétariat de la DPASS au **20 45 40** (p. 42).

➤ Le CCAS de Nouméa vous reçoit sur rendez-vous à l'annexe Mairie Gallieni 1 au 20, rue Gallieni.
Tél. : **27 07 86** (p. 41)
Email : mairie.ccas@ville-noumea.nc



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES



#6 | Comment ne rien oublier ?



TÉMOIGNAGES

“ Mon père n’a pas fourni son certificat de vie pour sa retraite complémentaire ce mois-ci. Je suis allée à la CLR et là, à l’accueil, la personne m’a expliqué que depuis trois mois elle ne cesse de lui écrire, de l’appeler, pour lui réclamer son certificat de vie comme chaque année. Cette année, il a oublié de le fournir malgré les relances. Résultat, la CLR a suspendu sa retraite complémentaire. J’ai apporté le justificatif demandé, la retraite sera rétablie le mois prochain, heureusement ! ”

Isabelle, 48 ans, aidante de son père

“ Il a besoin d’aide, il n’arrive plus à gérer ses papiers, son argent, ni à entretenir sa maison. ”

Carole, 61 ans, aidante d’un ami

→ QUE FAIRE ?

La personne âgée qui vit seule doit, parfois, non seulement faire face à la maladie, mais également veiller à ce que les démarches administratives soient réalisées en temps et en heure pour être à jour dans le paiement de ses factures, de son loyer, de ses charges, ou encore pour percevoir sa retraite.

Or, les pertes de mémoire peuvent altérer le quotidien de la personne et avoir un impact désastreux sur les obligations qui lui incombent. Il convient donc que **l’aidant s’implique aussi dans les affaires domestiques de l’aidé** en veillant à lui rappeler les échéances importantes à ne pas oublier afin d’éviter toute escalade de difficultés qui n’aurait pas lieu d’être. Ce rôle, certes délicat, doit être assumé avec honnêteté, respect de la dignité de l’aidé et toujours avec bienveillance (p. 36).



MOTS CLÉS

Déclaration d’impôt, couverture sociale, assurance, loyer, certificat de vie, logement, ressources financières, suivi du plan d’accompagnement personnalisé, entretien du véhicule, succession, protection des majeurs vulnérables, prélèvements automatiques, factures mensualisées (eau, électricité, téléphone)...



CONTACTS

➤ Les assistantes sociales de la province Sud tiennent des permanences dans différents quartiers. Contactez le secrétariat de la DPASS au **20 45 40** (p. 42).

➤ Le CCAS de Nouméa vous reçoit sur rendez-vous à l’annexe Mairie Gallieni 1 au 20, rue Gallieni.
Tél. : **27 07 86** (p. 41).
Email : mairie.ccas@ville-noumea.nc



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX COMPRENDRE



BIEN S’ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



**MIEUX
COMPRENDRE**



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES



Mieux comprendre

- 1 > LES RISQUES D'ÉPUISEMENT P. 18
- 2 > MALADIE D'ALZHEIMER ET MALADIES APPARENTÉES P. 21
- 3 > LES SOLUTIONS D'AIDE P. 24
- 4 > LE SUIVI MÉDICAL P. 27
- 5 > LES AIDES FINANCIÈRES P. 31
- 6 > LES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES P. 36





➔ #1 | Les risques d'épuisement. Aidant : attention au burn-out !

Le soutien et l'accompagnement des proches aidants sont un enjeu de santé publique. Une part importante des aidants est fragilisée, victime d'un syndrome d'épuisement physique mais aussi émotionnel et mental qualifié de « burn-out des aidants ».

Nous connaissons tous dans notre entourage familial au moins une personne qui assure la prise en charge d'un proche en perte d'autonomie. Cet engagement auprès des siens est avant tout une preuve d'affection et témoigne de la force des liens familiaux. Rester seul pour faire face à cette épreuve est un investissement lourd et coûteux. Aider un proche dépendant, ce n'est pas seulement lui dédier une majeure partie de son temps. C'est vivre avec lui ses souffrances. Il en résulte des sentiments très ambivalents et contradictoires : la peur de la perte d'un être cher, la crainte de ne pas y arriver, la nécessité d'être toujours disponible pour la personne aidée tout en ressentant le besoin de prendre du temps pour soi. Une soirée entre amis, une heure de pause, sont des moments nécessaires à un bon équilibre mental pour l'aidant.

À force de sacrifier leur bien-être, les aidants risquent non seulement de souffrir de troubles physiques et psychologiques plus ou moins graves, mais aussi de mettre en péril la qualité de l'accompagnement dans lequel ils se sont tant investis. Certains deviennent maltraitants envers les personnes qu'ils accompagnent : leur aide se fait plus mécanique et leur fragilité émotionnelle favorise des accès de colère au cours desquels ils peuvent agresser leur proche physiquement ou psychologiquement. **L'état d'épuisement moral et physique est intense, lourd de conséquences pour tous.**

La situation est encore plus délicate pour un proche aidant une personne souffrant de la maladie d'Alzheimer. Ce type de pathologie invalidante demande une implication quotidienne de l'aidant. L'énergie et les compétences à mettre en œuvre sont plus importantes, car l'aidant est amené à réaliser une multitude de tâches pour lesquelles il n'a jamais été formé : l'aide à la mobilité, à l'alimentation ou à la toilette. En plus de devoir être attentif au risque de chute et à la bonne prise de médicaments, **il doit être capable de réapprendre à communiquer avec le malade, connaître ses limites et maintenir une relation harmonieuse avec lui. Il est aussi confronté à la réalité inéluctable de l'état de son proche, constat difficile à supporter et à accepter.**

Le rôle de l'aidant n'est plus à démontrer, mais il y a des limites à son champ d'intervention qu'il ne faut pas ignorer ni repousser dans le temps.

➔ **Il existe des solutions en Nouvelle-Calédonie, lesquelles ?**

À force de sacrifier leur bien-être, les aidants risquent de souffrir de troubles physiques et psychologiques, mais aussi de mettre en péril la qualité de l'accompagnement dans lequel ils se sont tant investis.



1 ACCEPTER D'EN PARLER ET PROFITER DU SOUTIEN DE PROFESSIONNELS

A. EN ENTRETIEN INDIVIDUEL AVEC UN PSYCHOLOGUE

- **Le centre médico-psychologique pour adultes (CMP)**, situé 3, rue Gallieni, au centre-ville de Nouméa, offre la possibilité de consulter un psychologue du secteur public.
- **L'association France Alzheimer-NC** propose sur rendez-vous des entretiens individuels pour les personnes accompagnant ou ayant accompagné une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Ces rendez-vous s'adressent aux aidants en grande souffrance souhaitant trouver rapidement **une écoute et un soutien personnalisés**. Il s'agit de proposer des entretiens de soutien psychologique et non d'engager une psychothérapie, ils sont donc limités dans le temps.
- **Les psychologues libéraux** proposent des séances individuelles, basées sur une écoute spécifique et offrent à l'aidant un soutien psychologique afin de soulager le ressenti douloureux et de diminuer son anxiété. L'entretien va permettre à l'aidant d'exprimer et de comprendre, avec l'aide du psychologue, les attitudes, les réactions et les émotions qu'il ressent face à la problématique à laquelle il est confronté. L'aidant va pouvoir exprimer les difficultés qu'il rencontre et pour lesquelles le psychologue va donner des informations pertinentes et l'aider à trouver des solutions. Ces entretiens permettent l'amélioration de la relation avec le proche, la valorisation du rôle de l'aidant, et préviennent l'épuisement tant physique que mental.

B. EN GROUPE ANIMÉ PAR UN PSYCHOLOGUE

- **Le groupe de parole d'aidants : il constitue une réponse d'aide et de soutien face à l'isolement.** Le groupe de parole est un lieu animé par un psychologue, professionnel de la relation d'aide, qui offre un espace de soutien et d'écoute à l'intérieur duquel les aidants vont se rencontrer et échanger sur les problématiques vécues dans l'accompagnement de leur proche. Ce groupe permet à chacun de s'exprimer et de partager librement son vécu, ses expériences, ses émotions et ses solutions.
- **Le CCAS de Nouméa propose un espace de parole au « café des aidants »** tous les lundis après-midi, à la Maison de la Famille située au pôle de services publics de Rivière-Salée (p. 41).
- **L'association France Alzheimer-NC organise le « café mémoire »** chaque premier mercredi du mois, dans un hôtel de Nouméa. Ce rendez-vous est ouvert à toute personne confrontée à la maladie d'Alzheimer, à tout aidant familial ou professionnel. Chaque mois, un thème est abordé par un invité (p. 52).
- **Le club de services LIONS CLUB initie à partir de mars 2019, en partenariat avec le CCAS de Nouméa, le « rendez-vous des aidants »** : le troisième lundi de chaque mois, dans un hôtel de Nouméa, de 17 h à 19 h, les aidants seront accueillis et informés à propos de problématiques qui les concernent par des membres du club mais aussi par des professionnels (p. 50).





2 ACCEPTER DE DÉLÉGUER : RECOURIR À UN SERVICE PROFESSIONNEL D'AIDE À DOMICILE

S'il est naturel de souhaiter aider soi-même un proche dépendant, avoir recours à une aide extérieure, comme une structure d'aide à domicile, est parfois nécessaire, voire salutaire. **Accepter de déléguer sans culpabiliser ne signifie pas reconnaître l'inefficacité de son aide ni faire un choix égoïste.** Il s'agit d'une décision courageuse pour le bien de chacun : le sien et celui de son proche !

Un aidant épuisé n'est plus capable d'assurer une aide de qualité à une personne dépendante. Alléger son quotidien en allant chercher un soutien professionnel lui permettra de retrouver les ressources

nécessaires à l'accompagnement de son proche malade. C'est une organisation qu'il vaut mieux anticiper, plutôt que d'agir dans l'urgence et s'exposer à prendre les mauvaises décisions. Le secteur de l'aide à domicile ne cesse de se professionnaliser et des services de qualité sont disponibles pour soulager les personnes dépendantes et leurs proches.

3 ACCEPTER DE LÂCHER PRISE

➤ **La halte-relais « Le coin de Judith », de l'association France Alzheimer-NC**, pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Il s'agit d'un temps d'accueil convivial pour une dizaine de personnes, deux jeudis par mois pendant deux heures. Des bénévoles, sous la supervision d'un psychologue, proposent des activités ludiques sans obligation de résultat (p. 52).

➤ **Le Centre d'accueil de jour Édouard-Trubert** : lieu d'accueil chaleureux et apaisant dédié aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. L'objectif de ce centre est à la fois d'accompagner la famille qui y trouve un lieu lui permettant de « souffler » et de maintenir le malade à son domicile (p. 51).

➤ **Le CCAS de Nouméa propose dans le cadre du « café des aidants »** des activités apaisantes (yoga, massage, art-thérapie, travaux manuels...) pour les aidants nouméens non professionnels (p. 41).

Les aidants aussi ont besoin d'aide. Malgré toute leur bonne volonté, ils doivent savoir lâcher prise, se fixer des limites afin de se préserver et oser demander de l'aide pour assurer un accompagnement de qualité à leur proche en perte d'autonomie.



CONTACTS

➤ N'hésitez pas à solliciter les services sociaux de proximité :

Les assistantes sociales de secteur (p. 42) ou le **CCAS de Nouméa** (p. 41).

Parlez-en également avec votre **médecin** traitant.

➤ Plus d'information sur le site de l'association France Alzheimer :

francealzheimer.org

ou prenez contact avec la délégation présente sur le territoire (p. 52).



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES



#2 | Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées



1 LA MALADIE D'ALZHEIMER

La maladie d'Alzheimer est une des maladies neurodégénératives pouvant atteindre le cerveau. Elle provoque des lésions neuro-anatomiques des cellules nerveuses. Cette maladie apparaît en général au-delà de 65 ans, exceptionnellement chez des personnes plus jeunes. Elle est définie par une altération progressive et inéluctable de la mémoire et des autres fonctions supérieures. Elle affecte initialement la mémoire des faits récents (incapacité à apprendre des

informations nouvelles ou à se rappeler les informations du jour ou de la veille), puis le langage (perte du mot, de la lecture, de l'écriture), la gestuelle et le savoir-faire (réaliser les actes de la vie courante), la capacité d'identification (reconnaitre les proches, les objets, les lieux), l'orientation dans le temps et dans l'espace et enfin les fonctions exécutives (s'organiser, faire des projets, juger, raisonner, calculer...).

A. LES PREMIERS SIGNES

Au début de la maladie, les troubles de la mémoire sont discrets et peuvent passer inaperçus. Les pertes de mémoire gênent le suivi d'un travail, l'accomplissement des tâches domestiques, perturbent le cours de la conversation (oublis anormaux d'événements récents, de conversations, de messages, de rendez-vous, lunettes et clés égarées, désorientation au volant...). Le langage est discrètement affecté (noms propres, mot juste). Apparaissent des difficultés pour tenir les comptes, pour remplir les chèques, pour rendre la monnaie, pour jouer aux cartes ou

pour lire l'heure. L'affectivité peut être perturbée (sauts d'humeur, irritabilité, anxiété voire dépression). L'intérêt pour les activités habituelles ou les plaisirs quotidiens s'émousse. La coordination motrice reste bonne mais parfois les réflexes sont ralentis. La personne peut nier les troubles.

Il est important de noter ces événements avec suffisamment de détails, notamment le jour, l'heure et le lieu, afin d'en parler avec votre médecin traitant.

B. LE DIAGNOSTIC

La perte de mémoire est le signe spécifique de l'affection. Elle peut être constatée par le patient lui-même ou par son entourage. Il est nécessaire de se rapprocher d'un médecin pour avoir un avis médical.

Le médecin traitant et l'entourage sont des acteurs importants, car ce sont généralement eux qui soupçonnent la maladie. L'entourage est une grande aide pour le médecin dans son diagnostic. Parfois la personne ne se rend pas toujours compte de ce qu'il lui arrive.

Le gériatre, le neurologue ou le psychiatre sont aptes à mener le bilan diagnostique.

Le diagnostic précoce de la maladie d'Alzheimer peut s'avérer difficile. Il faut parfois plusieurs mois avant de pouvoir poser le

diagnostic avec certitude. Ce diagnostic passe par un interrogatoire minutieux de la personne et de son entourage pour définir les troubles, leur mode d'évolution, leurs caractéristiques ainsi qu'un examen clinique soigneux.

Il fait appel à des tests neuropsychologiques, à un bilan biologique (prise de sang) et à une imagerie (scanner ou IRM).

Il n'existe pas de test unique permettant de poser le diagnostic. Ce dernier se fait à partir d'un faisceau d'arguments cliniques, psychométriques, biologiques et radiologiques.

Un diagnostic posé précocement permet une meilleure prise en charge.





C. LES SIGNES DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

→ C'EST UNE MALADIE QUI TOUCHE LE FONCTIONNEMENT INTELLECTUEL

La personne a du mal à se rappeler des faits récents. Elle a, en revanche, une assez bonne mémoire des événements du passé du moins au début de la maladie. Ce qui a été lu ou entendu la veille est oublié, les objets sont égarés parfois retrouvés dans des endroits aberrants. Les événements récents ne sont pas enregistrés. La concentration est difficile, le langage s'appauvrit, la date du jour n'est plus mémorisée. La personne a des difficultés à reconnaître ses amis puis ses proches. Elle se retrouve dans l'impossibilité d'utiliser le téléphone, de prendre le bus, de rédiger un chèque, de choisir ses vêtements, se laver, s'habiller, se brosser les dents, aller aux W.C., se nourrir...

→ C'EST AUSSI UNE MALADIE DU COMPORTEMENT

L'affectivité et l'expression des émotions sont perturbées affectant la relation à l'autre. Des manifestations d'anxiété, de dépression, des perturbations émotionnelles (apathie, pleurs...) sont possibles tout comme l'agitation voire l'agressivité. Le comportement moteur peut aussi se dérégler avec des conduites stéréotypées, de la déambulation, des errances. Des troubles psychotiques : hallucinations, convictions délirantes, délires d'identification sont également possibles. Parfois des conduites élémentaires sont affectées : le sommeil, les repas, la sexualité.

→ L'ÉVOLUTION

La maladie va évoluer vers une perte d'autonomie quasi-totale. La vie relationnelle devient très pauvre bien que l'affectivité soit présente tout au long de la maladie. Les troubles du comportement apparaissent. La personne a une perte de mémoire massive, récente et ancienne. Son langage est déstructuré et elle a des difficultés à comprendre. Il faut alors s'aider de la musique, du toucher, du contact visuel, des mimiques pour communiquer. La personne peut avoir du mal à déglutir, à se déplacer. Elle peut se mettre en danger. Elle peut s'agiter ou au contraire rester apathique à ce qui l'entoure. A un stade évolué de la maladie, l'état général est altéré avec amaigrissement important et baisse des défenses immunitaires (du fait des troubles des conduites alimentaires et des troubles de déglutition). La perte de la coordination

des mouvements conduit à l'alitement. Le décès survient le plus souvent du fait d'une affection secondaire : infection respiratoire, infection urinaire, escarres, etc.

→ LA PRÉVENTION

Il n'existe actuellement aucun traitement, aucun exercice cérébral pouvant réellement prévenir la maladie ou empêcher l'apparition des lésions cérébrales spécifiques de la maladie d'Alzheimer.

Un lien existe entre la maladie d'Alzheimer et certaines pathologies. Ainsi, les maladies cardio-vasculaires (l'hypertension artérielle, troubles du rythme cardiaque), le diabète, l'hypercholestérolémie, le tabagisme et l'alcoolisme chronique... sont des facteurs qui augmentent le risque de développer une maladie neurodégénérative.

→ LE TRAITEMENT

Il n'existe pas de traitement qui puisse empêcher le développement des lésions cérébrales ou guérir la maladie. Les traitements existants, pris dans les formes débutantes de la maladie, permettent de retarder son évolution et d'agir sur les symptômes (troubles cognitifs et comportementaux) tout en améliorant la qualité de vie des personnes et de leurs proches.

Les autres approches sont non médicamenteuses et font appel à l'orthophoniste (réhabilitation cognitive, troubles de déglutition), à l'ergothérapeute (aménagement du domicile, aides techniques), à la psychomotricienne (maintien du schéma corporel, motricité fine...), à la psychologue (soutien psychologique de la personne et de ses proches), au kinésithérapeute (marche et équilibre).

L'incitation à mener une vie active permet au patient de conserver son autonomie dans les actes de la vie quotidienne le plus longtemps possible. A plus long terme, l'infirmier intervenant au domicile peut aider à la prise médicamenteuse (éviter les oublis) et assurer l'hygiène quotidienne. Les auxiliaires de vie auront un regard sur l'alimentation et le médecin référent veillera à traiter les affections intercurrentes et corriger les déficits sensoriels (vue, audition, dentition).

Ces soins, très lourds pour l'entourage et le personnel soignant à domicile, peuvent nécessiter à plus long terme une entrée en établissement pour personne âgée dépendante.



Parfois les troubles du comportement peuvent conduire à une hospitalisation temporaire mais non définitive dans une unité spécialisée de type cognitivo-comportementale (Unité Alzheimer-Centre de gérontologie clinique du centre hospitalier spécialisé Albert-Bousquet [p. 62]).

L'incitation à mener une vie active permet au patient de conserver son autonomie un peu plus longtemps. Le reste du traitement

consiste à mobiliser le patient par la kinésithérapie, à lui assurer une hygiène et une alimentation correctes et à traiter les affections intercurrentes. Ces soins, très lourds pour l'entourage et le personnel soignant, peuvent nécessiter le placement du patient au centre de gérontologie clinique du centre hospitalier spécialisé Albert-Bousquet [p. 62].

2 LES MALADIES APPARENTÉES

Ce sont des maladies neurodégénératives qui entraînent des lésions cérébrales autres que celles de la maladie d'Alzheimer (maladie à corps de Lewy, dégénérescence lobaire fronto-temporale, dégénérescence cérébro-vasculaire, maladie de Parkinson, Creutzfeldt-Jacob...). Certaines ont des signes cliniques proches de ceux de la maladie d'Alzheimer. Elles vont par contre évoluer différemment en fonction des régions cérébrales atteintes.

Ces maladies, plus rares que la maladie d'Alzheimer, ont un impact tout aussi considérable sur l'entourage.

La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées nécessitent une prise en charge pluridisciplinaire pour freiner leur évolution. Il est indispensable que la personne s'implique au plus tôt dans ce processus de soins. Les professionnels interviennent sur prescription du médecin traitant et/ou du médecin spécialiste (gériatre [p. 66], neurologue, psychiatre), masseur-kinésithérapeute [p. 65], orthophoniste [p. 69], psychomotricien [p. 74], ergothérapeute [p. 64], psychologue [p. 73], infirmier...

Les aidants sont également fortement impactés, surtout quand il s'agit du conjoint. Il est ainsi primordial pour eux de veiller à leur propre santé, tant mentale que physique, en s'appuyant sur l'expérience des associations, des professionnels de santé et sur leur entourage proche.

Différentes solutions de répit peuvent également être mobilisées pour permettre à l'aidant de souffler et de préserver une vie sociale, allant de temps d'ateliers ponctuels à l'accueil en structure spécialisée de jour ou avec hébergement.



CONTACTS

➤ N'hésitez pas à solliciter les services sociaux de proximité :

Les assistantes sociales de secteur [p. 42] ou le **CCAS de Nouméa** [p. 41].

Parlez-en également avec votre **médecin** traitant.

➤ Plus d'information sur le site de l'association France Alzheimer :

francealzheimer.org

ou prenez contact avec la délégation présente sur le territoire [p. 52].



➔ #3 | Les solutions d'aide

Afin d'éviter une situation d'épuisement, il existe des solutions et des dispositifs soulageant l'aidant. Demander de l'aide est la meilleure solution pour ne pas se laisser submerger. L'anticipation et l'organisation sont les meilleurs moyens pour éviter d'avoir à prendre des décisions lourdes de conséquences dans l'urgence.

Différents intervenants professionnels ou services peuvent soutenir l'aidant dans la prise en charge de l'aidé, que ce soit dans les actes de la vie quotidienne, les soins médicaux, la sécurité des personnes ou la lutte contre l'isolement. Soutenir et accompagner les familles est une de leurs missions. Lorsque le maintien à domicile n'est plus possible, l'orientation vers une structure adaptée est à envisager.

1 L'ÉVALUATION DE LA PERTE D'AUTONOMIE

A. L'INSTANCE DE COORDINATION GÉRONTOLOGIQUE DE LA PROVINCE SUD

Association de type loi 1901, créée en novembre 2001, **l'Instance de coordination gérontologique de la province Sud est à la disposition de toutes les personnes âgées de 60 ans et plus résidant en province Sud.**

Le pôle gérontologique (p. 44), véritable outil de cette association, existe pour répondre de manière coordonnée et la plus complète possible aux besoins de cette population et en particulier aux personnes en perte d'autonomie. L'accès à des services et à des prestations de qualité est l'objectif de tous les acteurs impliqués dans cette association.

Guichet unique en province Sud, le pôle gérontologique est le seul dispositif apte à élaborer des plans d'accompagnement personnalisé et à monter des dossiers relatifs aux aides attribuées par les différents financeurs. Les situations sont examinées en commission permanente sur la base d'une évaluation médico-sociale.

Le pôle gérontologique intervient également pour faciliter l'entrée dans une structure pour personnes âgées.

B. LE CENTRE DE GÉRONTOLOGIE CLINIQUE

Il s'agit d'un service médical de consultation et d'hospitalisation du centre hospitalier spécialisé Albert-Bousquet, situé 42, rue du Docteur-Eschembrenner, à Nouville (p. 62).

Il est composé de trois unités : l'unité Alzheimer (15 places),

l'unité de réadaptation gériatrique (20 places) et l'unité de soins médicaux rapprochés (27 places).

Une équipe pluridisciplinaire intervient sur prescription des médecins gériatres.



2 LE MAINTIEN À DOMICILE

A. POUR LES ACTES DU QUOTIDIEN

L'auxiliaire de vie sociale (p. 40) est un professionnel du quotidien et du maintien à domicile. Il peut intervenir à la demande de la personne, de la famille ou dans le cadre d'un plan d'accompagnement personnalisé.

Ce professionnel peut aider à la préparation des repas, au petit ménage, à la toilette, accompagner dans les sorties, les démarches administratives, les courses, les rendez-vous médicaux, les soins médicaux, les soins d'hygiène (sauf les soins infirmiers). Il peut également être présent en l'absence de l'aidant afin d'éviter de laisser la personne aidée seule. Le temps ainsi dégagé pour l'aidant permettra à celui-ci de voir des amis, d'avoir des activités extérieures afin de se ressourcer.

Plusieurs sociétés privées ou associations d'aide à domicile, telle l'Association pour le service d'aide au maintien à domicile (ASAMAD), emploient ces professionnels. Toutes ces structures sont agréées par la Direction Provinciale de l'Action Sanitaire et Sociale (DPASS) de la province Sud (p. 42).

B. POUR LA SÉCURITÉ DES PERSONNES

La mise en place d'une téléalarme est une solution rassurante pour les personnes vivant seules à domicile et pour leur proche aidant. Il existe à Nouméa des sociétés proposant ce service.

Un logement adapté garantit également la sécurité des personnes. Ainsi, **l'ergothérapeute (p. 64) peut vous aider à aménager un logement et vous équiper de matériels adaptés favorisant**

Le CCAS de Nouméa propose également cette prestation sous condition de critères spécifiques.

L'employé de maison est un autre professionnel pouvant intervenir à domicile dans l'entretien du logement. Il n'est pas spécialisé dans le maintien à domicile. Cependant, il peut être sollicité en soutien de l'aidant pour les tâches ménagères. Ce professionnel est soit patenté, soit salarié par la personne. Les renseignements pour les critères d'embauche sont à prendre auprès de la CAFAT. L'ASAMAD propose également le service prestataire en se chargeant des démarches administratives pour un employé de maison à domicile.

Il existe, par ailleurs, différentes **sociétés de portage de repas** (appelées gamelles) qui peuvent être une solution pour soulager l'aidant. En effet, ces sociétés confectionnent et livrent des repas équilibrés à domicile. Certaines, même, élaborent leurs menus avec des diététiciennes diplômées. Sous condition de ressources, le CCAS peut financer cette prestation (p. 41).

un maintien à domicile en toute sécurité. En effet, la chute, qui reste l'un des motifs de placement en institution les plus fréquents, pourrait être évitée en prenant quelques mesures simples (suppression des tapis, installation de rampes dans les escaliers et de barres d'appui dans les toilettes et la salle de bain..).





C. POUR LES SOINS MÉDICAUX

Le personnel médical peut se déplacer à domicile sous condition de prescription du médecin traitant, que ce soit un infirmier, un masseur-kinésithérapeute (p. 65) ou un orthophoniste (p. 69).

3 L'ORIENTATION VERS UNE STRUCTURE ADAPTÉE

A. LA MAISON DE RETRAITE

Lorsque le maintien à domicile n'est plus possible, il existe des établissements agréés dédiés à la prise en charge des personnes âgées. Leur fonctionnement varie selon la taille de la structure, mais ils disposent tous d'une équipe administrative, d'une équipe médicale ainsi que d'une équipe en charge de l'animation.

La démarche d'entrer en maison de retraite reste une étape très délicate pour les familles. Elle peut être organisée, dans un premier temps, de façon progressive. À cet effet, certains établissements proposent aussi un accueil en journée (p. 61).

B. LES ACCUEILLANTS FAMILIAUX

Il s'agit de responsables de pension de famille accueillant à leur domicile, à temps complet ou à temps partiel (jour/nuit ; semaine/week-end) ou de façon temporaire (accueil de répit) ou sans durée déterminée, des personnes qui ne peuvent pas ou plus vivre seules, en leur offrant un cadre de vie familial (p. 55).



CONTACTS

N'hésitez pas à solliciter les services sociaux de proximité :

- > les **assistantes sociales** de secteur (p. 42).
- > le **CCAS de Nouméa** (p. 41)
- > ou le **pôle gérontologique** (p. 44)
- > Parlez-en également avec votre **médecin** traitant.





#4 | Le suivi médical



Différents professionnels interviennent dans la prise en charge des pathologies de la personne âgée. Leurs interventions se complètent pour assurer le bien-être de la personne et limiter ses dépendances, en agissant en prévention ou en curatif. Il est donc important de ne pas négliger leur rôle.

Le médecin traitant occupe une place centrale dans la vision globale des pathologies de la personne âgée et des dépendances qu'elles peuvent générer. Il est l'interlocuteur privilégié du patient et de l'aidant. Il ne faut pas hésiter à lui faire part de toutes les interrogations que vous avez concernant la ou les pathologies de la personne que vous aidez au quotidien. Il oriente les patients vers les autres professionnels et accomplit des prises en charge au sein d'établissements hospitaliers spécialisés, notamment pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées.

Aussi, il est primordial pour l'aidant d'avoir une bonne communication avec le médecin traitant de la personne âgée qu'il accompagne et d'aborder avec lui l'ensemble du suivi médical afin de bien comprendre le rôle et l'action de chacun. Il est responsable de la stratégie de soin.

Le médecin traitant peut être consulté à son cabinet ou au domicile si les dépendances ne permettent pas à la personne aidée de se déplacer.

L'infirmière tout comme le médecin traitant a un rôle clef dans la prise en charge du patient. Elle assure le suivi concernant les soins d'hygiène et de confort, la dispensation et la surveillance des traitements.

limiter ou lutter contre les effets du vieillissement par un suivi médical régulier

Le suivi médical ne se limite pas aux rendez-vous avec le médecin traitant et aux visites de l'infirmier. D'autres professionnels interviennent dans le bien-être de la personne âgée et des visites régulières sont à prévoir avant d'être confronté à un souci particulier. Pour vous guider dans ces démarches de santé, vous pouvez demander l'avis de votre médecin traitant qui vous conseillera quant à la fréquence des rendez-vous en fonction des spécialités.

Comme tous les malades, les personnes dites âgées ont droit aux soins les plus habituels et les plus efficaces.

1 LES PRINCIPAUX SPÉCIALISTES

A. LE CHIRURGIEN-DENTISTE

Le chirurgien-dentiste est un professionnel de santé qui s'occupe des dents, des gencives et des mâchoires. Il peut dispenser des soins, poser des prothèses dentaires ou intervenir d'une manière préventive. Son action vise à préserver la santé bucco-dentaire de son patient, essentielle à un bon état de santé général et à une bonne qualité de vie.

Il est important de prévoir des rendez-vous réguliers, surtout quand la personne âgée porte une prothèse dentaire. Celle-ci doit être parfaitement adaptée et confortable afin d'éviter des troubles de l'alimentation qui pourraient avoir de conséquences.

→ Il est important de voir le dentiste au moins une fois par an.



B. L'OPHTALMOLOGUE

Il est le spécialiste des troubles touchant les yeux et la vision. Afin de détecter d'éventuelles anomalies, l'ophtalmologue utilise du matériel de pointe. C'est aussi lui qui détermine les moyens de correction à mettre en place : lunettes, lentilles, opération... Il peut pratiquer une opération permettant de remplacer le cristallin si vous souffrez de la cataracte, par exemple.

La prévalence des troubles de la vue augmente avec l'âge. La cataracte, notamment, touche le plus souvent les seniors. En outre, les troubles plus bénins comme la conjonctivite et les yeux secs se multiplient aussi chez les personnes âgées.

Les troubles de la vue chez les seniors peuvent entraîner d'autres complications :

- une difficulté à conduire ;
 - un risque de chute accru ;
 - une mobilité réduite ;
 - l'isolement social ;
 - l'impossibilité de profiter de vos activités préférées (mots croisés, lecture...) ;
 - l'anxiété et la dépression, conséquences des problèmes susmentionnés.
- ➔ Il est important de voir un ophtalmologue au moins une fois par an.

C. L'OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTE (ORL)

Il intervient pour toutes les affections de l'oreille, du nez, des sinus, de la gorge, du cou et des glandes salivaires. Les troubles de l'audition sont les plus fréquents chez la personne âgée et peuvent générer les mêmes complications que les troubles de la vue. L'appareillage auditif est fortement conseillé s'il est porté précocément mais la prise en charge est variable selon les couvertures sociales.

Les troubles de la déglutition sont fréquents chez la personne âgée et avec un risque de fausse route. Ces troubles peuvent entraîner une dénutrition ou une déshydratation de la personne s'ils ne sont pas repérés à temps ainsi qu'une dégradation progressive de ses capacités de déplacement et de ses défenses immunitaires (p. 70).

D. LE DERMATOLOGUE

Le dermatologue (ou dermatologiste) est le spécialiste de la peau. Il traite aussi les pathologies des ongles, du cuir chevelu et des muqueuses de la bouche.

Comme tous les organes du corps, la peau est soumise aux effets du temps. L'apparition de rides, qui en est la première manifestation, est souvent liée à la façon dont on en prend soin tout au long de sa vie.

Plusieurs facteurs vont influencer le capital santé de la peau et des affections cutanées peuvent apparaître. Il est important de surveiller notamment les grains de beauté ou toute trace cutanée suspecte. Une visite annuelle est toujours conseillée pour détecter d'éventuelles traces de cancer. Vous pouvez en parler avec le médecin traitant de la personne âgée pour plus de conseils.





2 LES AUTRES PROFESSIONNELS DU MÉDICAL OU DU PARAMÉDICAL

Ils peuvent être sollicités en prévention ou pour répondre à toutes vos interrogations.

A. LE PÉDICURE-PODOLOGUE

Le pédicure-podologue est un professionnel de santé paramédical. Il réalise des actes de soins qui concernent la peau et les ongles du pied. Il confectionne des orthèses comme, par exemple, des semelles orthopédiques. Le pédicure-podologue contribue au maintien de l'autonomie, au maintien à domicile et à la prévention des chutes des personnes âgées. Son action

peut permettre de traiter des pathologies dues au grand âge, notamment l'arthrose.

Ce spécialiste peut être mobilisé directement par l'aidant ou la personne âgée elle-même, ou sur orientation par le médecin traitant pour une pathologie ciblée (p. 72).

B. LE MASSEUR- KINÉSITHÉRAPEUTE

Le masseur-kinésithérapeute est un spécialiste de la rééducation locomotrice, neurologique ou respiratoire. À partir de la prescription médicale, du médecin traitant ou du gériatre, il établit un bilan

des capacités de son patient et lui propose un programme adapté de rééducation. Il exerce en libéral, en milieu hospitalier, en maison de retraite ou au domicile de l'aidé (p. 65).

C. LE PSYCHOMOTRICIEN

Le psychomotricien est un spécialiste de la rééducation. Il intervient notamment auprès de personnes âgées ou handicapées pour les aider à développer ou à retrouver leurs capacités

psycho-motrices. Un bilan est réalisé en premier lieu afin de déterminer les interventions du psychomotricien, qui intervient sur prescription du médecin traitant ou du gériatre (p. 74).

D. LE PHARMACIEN

Directement accessible, le pharmacien est un interlocuteur privilégié pour les personnes âgées : délivrance de médicaments et autres produits de santé avec ou sans ordonnance, conseils en santé, orientation dans le système de santé, aide au maintien

à domicile. Il est également en capacité de répondre à vos questionnements sur les effets indésirables des médicaments. N'hésitez pas à le questionner pour qu'il vous conseille ou alerte le médecin traitant en cas de nécessité.

E. L'ERGOTHÉRAPEUTE

L'ergothérapeute intervient auprès des personnes qui ont des difficultés dans la réalisation de leurs activités du fait d'un handicap, des conséquences d'une maladie ou de l'avancée en âge. Il va pouvoir conseiller sur les équipements ou l'adaptation du logement en fonction de la nature des dépendances de la personne âgée. Il dispose d'une connaissance approfondie des

équipements du quotidien adaptés à un handicap pour limiter la dépendance, redonner de l'autonomie à la personne, mais aussi éviter l'apparition de nouvelles pathologies du fait d'équipements inadaptés ou de lieux de vie présentant des risques pour la personne âgée, notamment les risques de chute (p. 64).



3 LE CARNET MÉDICAL

Pour les personnes reconnues en longue maladie par la CAFAT, un carnet médical leur est remis. Ce carnet permet de centraliser toutes les informations, les différents rendez-vous et examens médicaux réalisés de l'aidé. Ces informations peuvent être utiles au médecin traitant ou aux spécialistes. Ce carnet doit suivre la personne aidée lors de ses rendez-vous médicaux importants ou lors d'une hospitalisation.

Le carnet médical lui appartient, c'est un document personnel et confidentiel.

Afin que l'aidé soit mieux suivi et mieux soigné, le médecin traitant inscrira lors de la première consultation, dans la première partie du carnet, sa « carte d'identité » médicale : antécédents médicaux, chirurgicaux, allergies, vaccinations, médicaments...

En aucun cas, le carnet médical ne peut être conservé par le médecin traitant.

La personne aidée peut y ajouter les documents concernant **ses directives anticipées** (p. 63) **et le nom de la personne de confiance** (p. 71).



CONTACTS

➤ Pour toutes interrogations concernant le suivi médical, adressez-vous au **médecin** traitant de la personne aidée.



#5 | Les aides financières



Lorsque la dépendance apparaît, elle engendre des dépenses auxquelles les personnes ne peuvent pas toujours faire face. Différentes aides existent pour permettre aux personnes de subvenir à ces besoins nouveaux générés par la dépendance et qui ne peuvent pas toujours être anticipés par les familles.

Il est important de ne pas se focaliser sur le besoin identifié à un instant donné, mais d'avoir une vue d'ensemble de la situation et des moyens mobilisables. Les services sociaux de proximité pourront vous aider à analyser votre budget et vous conseiller sur la gestion de ses dépenses.

Des aides de différentes natures pourront être mobilisées afin de couvrir les dépenses les plus importantes et de sécuriser le budget de la personne âgée dépendante. Pour cela, il est important de bien échanger avec le travailleur social qui vous recevra.

i Vos premiers interlocuteurs sont les assistantes sociales de secteur (p. 42) ou le CCAS de Nouméa (p. 41). Pour les personnes relevant d'un organisme de tutelle, s'adresser à leur tuteur.

Il existe différentes natures d'aides en Nouvelle-Calédonie.

1 LES AIDES LÉGALES

A. L'AIDE AU LOGEMENT

L'aide au logement est un soutien financier pour les personnes locataires de leur habitation principale remplissant certaines conditions de ressources.

Cette aide porte sur le loyer et sur la caution lors de l'entrée dans le logement. Elle peut également porter sur les charges en fonction des revenus du foyer. Cette aide est financée par la Nouvelle-Calédonie et le Fonds social de l'habitat.

L'aide au logement est accordée aux locataires du parc privé ou d'un bailleur social. Le montant du loyer est plafonné. Il est donc important de vérifier si votre loyer et vos niveaux de ressources correspondent aux différents critères d'éligibilité.

Cette aide peut être attribuée aux personnes vivant en résidence pour personnes âgées ainsi qu'à celles résidant dans une maison de retraite.

i Plus d'information p. 56 ou contactez le FSH au 05 10 15 (numéro vert).





B. LES AIDES EN FAVEUR DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP ET DES PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE

Les personnes âgées de plus de 60 ans n'ayant pas eu de reconnaissance de handicap avant leurs 60 ans, ou leurs aidants, peuvent saisir la commission pluridisciplinaire de la province Sud (CPPS).

La CPPS est administrée par la province Sud par délégation de compétence, pour la reconnaissance de la dépendance des résidents de la province Sud qui demandent une reconnaissance pour la première fois après l'âge de 60 ans (ou qui ont été reconnus avec un taux de handicap inférieur à 50 % avant l'âge de 60 ans).

Différentes aides sont mobilisables en fonction de la dépendance de la personne âgée. Celles-ci sont fixées par la commission **en fonction des revenus de la personne et à partir d'un Gir 1, 2, 3 ou 4** (La grille nationale Aggir permet de mesurer le degré de perte d'autonomie d'une personne. Elle sert à déterminer le niveau d'aides dont la personne a besoin. Les degrés de perte d'autonomie sont classés en six groupes dits « iso-ressources » (Gir). À chaque Gir correspond un niveau de besoins d'aides pour accomplir les actes essentiels de la vie quotidienne) :

- **une aide à l'accompagnement de vie** : cet accompagnement s'exerce au domicile de la personne ou dans ses différents lieux de vie ;
- **une aide à l'hébergement** : dans un établissement social, médicosocial ou en famille d'accueil ;
- **une aide à l'accueil de jour** : dans une structure spécialisée ou dans le cadre d'un dispositif spécifique à vocation éducative, professionnelle ou occupationnelle ;
- **une aide au transport adapté** : destinée à la personne qui est dans l'impossibilité de recourir au service de transport public fonctionnant sur un mode régulier ou à la demande, en raison de son état physique ou mental, et qui fait appel à un service de transport privé adapté.

i Plus d'information p. 44 ou contactez le pôle gérontologique au **24 66 99**.





C. LE MINIMUM VIEILLESSE

Le minimum vieillesse est une aide sociale qui s'adresse aux personnes de plus de 60 ans. Il s'élève à 89 239 F brut maximum pour une personne seule et à 136 482 F brut maximum pour un ménage. Cette allocation leur permettant de couvrir leurs principaux besoins : se loger, se nourrir, se vêtir.

Elle est soumise chaque année à l'envoi d'un certificat de vie signé par le bénéficiaire et à retourner ou déposer deux mois avant la date anniversaire de l'obtention de la première aide. Pour éviter une rupture du versement, il est important de noter dans un tableau les démarches et rendez-vous ayant une récurrence annuelle (p. 75).

Le dossier de demande d'un minimum vieillesse peut également être déposé 1 à 2 mois avant le 60^e anniversaire. Au préalable, la personne aura réalisé l'ensemble des démarches pour ses droits à la retraite auprès de la CAFAT ou de tout autre organisme de retraite. Pour ces démarches, l'Association au service de nos retraités (p. 49) peut vous venir en aide moyennant une adhésion. Le minimum vieillesse sera alors versé en tenant compte de vos revenus actuels dans la limite du montant maximum fixé.

i Plus d'information p. 43 ou contactez le bureau des prestations sociales de la DPASS (p. 42).

2 LES AIDES FACULTATIVES

! Attention : il est important de comprendre que ces aides ne sont pas un droit et qu'elles ne sont pas systématiques.

Elles prennent en compte la situation globale du demandeur. La réponse des commissions s'appuie sur l'évaluation des travailleurs sociaux. L'aide peut différer de la demande exprimée ou être simplement refusée si des démarches préalables n'ont pas été effectuées.





A. LES AIDES SOCIALES PONCTUELLES

Ces aides sont soumises à une évaluation complète de la situation sociale du demandeur de l'aide par un travailleur social. La réponse est validée par une commission qui statue sur la demande d'aide.

Elles couvrent différentes natures d'interventions et répondent généralement à des besoins du quotidien : factures d'électricité, d'eau, portage de repas, aide alimentaire, prise en charge de frais de prothèses auditives et dentaires, de lunettes, de transport, etc. Elles peuvent dans certains cas se compléter les unes les autres pour des équipements spécifiques.

Ces aides viennent compléter le budget fragilisé des personnes âgées relevant principalement des minima sociaux.

Plusieurs services publics proposent ce type d'aides, comme le service de l'action sociale de la DPASS ou le CCAS de

votre commune. Il est recommandé de vous présenter à la permanence de l'assistante sociale de secteur. À défaut, vous pouvez contacter le CCAS.

D'autres organismes ou associations caritatives peuvent être sollicités pour des besoins ponctuels non prévus ou en complément des institutions. Par exemple, le fonds d'action sociale de la CAFAT, certaines mutuelles qui disposent d'un fonds d'action sociale pour aider leurs assurés sur des dépenses exceptionnelles liées à une question de santé, ou encore les clubs de service (p. 50) et les caisses de retraite complémentaire.

Pour solliciter ces financeurs potentiels, nous vous conseillons de vous rapprocher du service social qui vous accompagne dans vos démarches administratives : les assistantes sociales de secteur ou le CCAS de votre commune.

B. LES SECOURS EXCEPTIONNELS DE LA PROVINCE SUD

Ces secours exceptionnels sont instruits par le pôle gérontologique qui renseignera le plan d'accompagnement personnalisé (PAP). Ils peuvent concerner :

- **l'aménagement du logement** : barres d'appui, siège pour la douche... ;
- **l'achat de matériel spécialisé** non pris en charge par l'assurance maladie.





C. LES AIDES À L'AMÉLIORATION DU LOGEMENT

→ POUR LES PROPRIÉTAIRES :

Le dispositif de la province Sud appelé **APRAH**, pour Aide provinciale à la rénovation et à l'amélioration de l'habitat, permet aux personnes propriétaires de leur résidence principale de réaliser des travaux de rénovation ou d'amélioration de leur logement afin de favoriser leur maintien à domicile.

Ce dispositif d'avance remboursable permet ainsi aux personnes qui ne sont plus éligibles au prêt bancaire du fait de leur âge de réaliser les travaux nécessaires pour rester chez elles en toute sécurité et éviter l'entrée dans une structure spécialisée. Elles sont accompagnées par un technicien pour l'évaluation des travaux et leur réalisation.

Ces travaux peuvent également concerner le logement de l'aidant qui veut héberger la personne aidée à son domicile, si l'aidant est propriétaire de sa résidence principale. Cette aide est soumise à des critères de ressources et au respect des normes de construction. Dans tous les cas, un technicien évaluera l'ensemble des phases nécessaires à la réalisation des travaux (dépôt de permis de construire si nécessaire, choix des entreprises, nature des travaux prioritaires, etc.).

Les dossiers de demande sont à constituer au bureau de la Maison de l'Habitat de la Direction du Logement de la province Sud.

i Pour plus de renseignements, consultez la fiche sur le dispositif de l'APRAH (p. 58) ou contactez le bureau de la Maison de l'Habitat (p. 60).

→ POUR LES LOCATAIRES :

Les logements des bailleurs sociaux peuvent également faire l'objet d'aménagements spécifiques dans une certaine mesure. Pour cela, il faut vous rapprocher du pôle gérontologique qui évaluera le besoin pour ces aménagements et constituera le dossier pour solliciter le fonds.

Cette solution permet aux personnes âgées de se maintenir à domicile et ainsi de ne pas changer leurs habitudes de vie. Cela ne concerne que des aménagements de second œuvre (douche à l'italienne, barres d'appui, portes plus larges...).

i Pour plus de renseignements, contactez le pôle gérontologique (p. 44) ou le bailleur social.

Les logements pour personnes à mobilité réduite (PMR) chez les bailleurs sociaux sont également une réponse pour les personnes locataires de leur résidence principale et dont le logement n'est plus adapté suite à une perte d'autonomie. Ces logements répondent à des normes de construction facilitant les déplacements pour les personnes en fauteuil roulant. Ils disposent de portes plus larges et de sanitaires équipés de barres d'appui et de douches de plain-pied.

i Pour plus de renseignements, contactez le bureau de la Maison de l'Habitat (p. 60) ou le bailleur social.

➔ #6 | Les démarches administratives

L'aidant doit parfois s'assurer que les documents administratifs de la personne aidée sont à jour afin d'éviter des ruptures d'aide ou les impayés de facture.

1 LES DÉMARCHES RÉCURRENTES IMPORTANTES À MENER

A. POUR LE LOGEMENT

Veiller à ce que le règlement de différents organismes ou prestations soit bien assuré. Voici une liste non exhaustive : l'assurance habitation, le loyer, l'entretien du logement (révision

du chauffe-eau à gaz, des climatiseurs...), les charges afférentes (frais de copropriété, EEC, CDE, OPT), l'impôt foncier, les ordures ménagères, les employés de maison...

B. POUR LES RESSOURCES FINANCIÈRES

➤ **Veiller à transmettre les justificatifs annuels** aux différents organismes concernés afin de maintenir le versement des ressources telles que la retraite ou le complément retraite, voire les aides sociales (minimum vieillesse, allocation personnalisée handicap...), le certificat de vie pour la retraite à

la CAFAT et aux caisses complémentaires (CLR), la Dora à la CAFAT pour l'allocation handicap...

➤ Assurer, à la demande de l'aidé, **le suivi des comptes bancaires et établir les moyens de paiement à mettre en place** (prélèvement automatique, virement...).

C. POUR LA SANTÉ

➤ Veiller à ce que la **personne aidée dispose bien d'une couverture sociale** (AMG, CAFAT, mutuelle, complémentaire santé).

➤ Assurer **le suivi des rendez-vous**, le renouvellement du plan d'accompagnement personnalisé.

D. POUR LE TRANSPORT

➤ Si la personne aidée possède un véhicule, **veiller à ce que le véhicule soit assuré et entretenu.**

➤ Si la personne aidée utilise les transports publics, **veiller à ce qu'elle dispose d'un titre de transport à jour.**

➤ Si la personne aidée dispose d'une aide afin de bénéficier d'un transport adapté pour personne à mobilité réduite (PMR), **veiller à renouveler cette aide à échéance.**



E. POUR LES IMPÔTS

Veiller à remplir annuellement la déclaration de ressources de la personne aidée auprès de la Direction des services fiscaux et veiller à ce qu'elle s'acquitte de l'impôt sur le revenu si elle est imposable ou de l'impôt foncier si elle est propriétaire d'un bien immobilier.

2 LES DÉMARCHES SECONDAIRES À CONDUIRE

A. LES ASSURANCES

Prendre contact avec une agence en vue de contracter une assurance vie, une assurance pour les frais d'obsèques...

B. LE TESTAMENT

Prendre contact avec un notaire pour rédiger un testament. Il est important d'anticiper la fin de vie et les éventuels problèmes de famille liés au patrimoine de la personne âgée et au rôle de l'aidant.

C. LES DIRECTIVES ANTICIPÉES

Rédiger les directives anticipées de l'aidé (p. 63) et désigner une personne de confiance (p. 71).

Pour réaliser ces démarches, l'aidant peut demander conseil à des professionnels :

➤ **des services sociaux de proximité** : les assistantes sociales de secteur de la DPASS, les travailleurs sociaux des CCAS ;

➤ en cas de tensions dans la famille et si personne n'est en mesure de prendre en charge ces démarches, **l'aidant peut aussi saisir le juge des tutelles pour une demande de mise sous protection** (p. 45).

i Afin de vous assister dans vos démarches, un tableau de suivi des démarches administratives vous est proposé à la fin du guide (p. 75).





03



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES



Bien s'orienter

1 > AIDE ET ACCOMPAGNEMENT SOCIAL P. 39

Auxiliaires de vie sociale	P. 40
CCAS de Nouméa	P. 41
DPASS	P. 42
Minimum vieillesse	P. 43
Pôle gérontologique	P. 44
Protection d'un majeur	P. 45
Succession	P. 46

2 > ASSOCIATIONS P. 47

ACAPA	P. 47
AQVP	P. 48
ASNR	P. 49
Clubs de service	P. 50
Croix Rouge Française : le Centre Thrubert	P. 51
France Alzheimer NC	P. 52
Les fils d'argent	P. 53
GIP	P. 54

3 > LOGEMENT P. 55

Accueillants familiaux	P. 55
Aide au Logement	P. 56
Aide à l'aménagement du logement	P. 57
APRAH	P. 58
Croix Rouge Française : résidences pour personnes âgées	P. 59
Bureau de la Maison de l'Habitat	P. 60
Accueil en maison de retraite	P. 61

4 > SANTÉ P. 62

Centre de Gérontologie Clinique	P. 62
Directives anticipées	P. 63
Ergothérapeute	P. 64
Masseur-kinésithérapeute	P. 65
Médecin gériatre	P. 66
Mutuelles	P. 67
Ophthalmologue	P. 68
Orthophoniste	P. 69
ORL	P. 70
Personne de confiance	P. 71
Pédicure-podologue	P. 72
Psychologue	P. 73
Psychomotricien	P. 74

➔ #1 | Auxiliaire de Vie Sociale (AVS)

PUBLIC

Les personnes présentant un état de fragilité, de dépendance ou de difficulté dû à l'âge, à la maladie, au handicap ou présentant des difficultés sociales et ayant besoin d'une aide dans la vie quotidienne.

➔ INTERVENTIONS

- Il veille à la préservation ou à la restauration de l'autonomie de la personne et l'accompagne dans sa vie sociale et relationnelle. Elle intervient au domicile de la personne aidée et l'accompagne dans son environnement proche.
- Ses modalités d'intervention sont décidées au cas par cas, en fonction du degré de dépendance de la personne aidée.
- L'AVS repère les potentialités et les incapacités de la personne, ses besoins et ses attentes. Elle met en œuvre un accompagnement adapté à sa situation soit en l'aidant à faire, soit en faisant à sa place lorsqu'elle est manifestement dans l'incapacité d'agir seule.

➔ QUELS ACTES PEUT-ELLE FAIRE ?

- Il est présent pour faciliter le lever, le coucher, la toilette, les soins d'hygiène (à l'exclusion des soins infirmiers). Elle apporte son soutien au moment de l'appareillage des personnes handicapées.
- L'AVS assure la préparation et la prise des repas, les travaux ménagers. Elle accompagne la personne pour les démarches administratives, les sorties, les courses, etc.
- En général, elle n'intervient que quelques heures par jour, aux moments qui exigent sa présence. Par sa présence régulière, elle apporte soutien et réconfort.

➔ COMMENT EN BÉNÉFICIER ?

- Une évaluation par le pôle gériatrique est nécessaire pour évaluer le degré de dépendance suivant une grille nationale appelée Groupe iso-ressources ou Gir (p. 32) qui va de 1 à 6 (1 est le niveau de perte d'autonomie le plus fort).
- Suivant le niveau du Gir, le plan d'accompagnement personnalisé conseillera l'intervention d'une AVS et les interventions qu'elle doit effectuer avec et pour la personne âgée.

➔ QUELS FINANCEMENTS ?

Des aides au financement des dispositifs d'aide à la personne âgée ou de l'entrée en structure existent. Le pôle gériatrique peut vous informer de vos droits en fonction de votre situation.

➔ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « AIDE À DOMICILE ».

➔ OÙ S'ADRESSER ?

Au pôle gériatrique (p. 44).

 **SITE WEB**
pole-gerontologique.nc

 **EMAIL**
polegeronto@canl.nc

 **ADRESSE**
Immeuble LE SANTAL, bâtiment B, 4^e étage
83, boulevard Joseph-Wamytan, 98835 Dumbéa sur mer

 **HORAIRES**
Du lundi au vendredi de 8 h à 11 h 30
et de 13 h 30 à 16 h 45

 **TÉLÉPHONE**
24 66 99

#2 | Centre Communal d'Action Sociale de Nouméa (CCAS)



PUBLIC

Les personnes âgées de 60 ans ou plus résidant sur le territoire de Nouméa et ne relevant pas d'une association tutélaire.

→ ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES ÂGÉES RÉSIDANT À NOUMÉA

Informar, orienter et accompagner les personnes âgées sur les démarches d'accès aux droits (retraites, couverture sociale, logement adapté, résidence pour personnes âgées, etc.). Les travailleurs sociaux évaluent avec l'aidant ses besoins et les difficultés rencontrées afin de d'apporter les réponses les plus appropriées en lien avec le réseau professionnel :

- orienter vers les professionnels et institutions compétents dans l'évaluation des besoins de la personne (pôle gérontologique, ergothérapeute, services d'aide à domicile...);
- accompagner dans la constitution des dossiers de reconnaissance de perte d'autonomie et la mise en place des plans d'accompagnement personnalisés ;
- conseiller dans la prise en charge quotidienne ;
- aider à la constitution de dossiers administratifs, etc.

→ AIDES FINANCIÈRES AUX PERSONNES ÂGÉES RÉSIDANT DEPUIS PLUS DE 6 MOIS À NOUMÉA

- Le CCAS peut intervenir sur différents aspects du quotidien de la personne âgée. Un travailleur social identifiera les aides à solliciter après avoir réalisé une évaluation. Cela peut concerner :
 - des aides sur des besoins du quotidien (portage de repas, aide alimentaire, heures d'auxiliaire de vie, grand ménage, etc.)

- des aides plus spécifiques comme le financement du transport pour personnes à mobilité réduite ou la prise en charge du ticket modérateur pour les prothèses (lunettes, appareils auditifs, appareils dentaires).

- Les travailleurs sociaux reçoivent les personnes âgées au CCAS sur rendez-vous, mais ils peuvent aussi se rendre à leur domicile. Les locaux sont accessibles pour les personnes à mobilité réduite.

→ ACTIONS POUR LES AIDANTS (PRIORITÉ AUX RÉSIDENTS DE NOUMÉA)

- Des conférences sont organisées au cours de l'année sur différentes thématiques avec des spécialistes : la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées, le sommeil, le bien vieillir...;
- Le « café des aidants » : espace de parole, hebdomadaire, pour partager ses expériences avec d'autres aidants. C'est également un lieu d'information permettant aux aidants d'exprimer leurs besoins et leurs interrogations. Des interventions autour du bien-être, comme des massages, du yoga, sont proposées au cours de l'année.

→ AUTRE ACTIVITÉ

Le CCAS soutient financièrement les associations œuvrant auprès des personnes âgées : l'ACAPA, Les Fils d'argent, l'ASAMAD, la Croix-Rouge française...

 **EMAIL**
mairie.ccas@ville-noumea.nc

 **SITE WEB**
noumea.nc/solidarites/seniors

 **ADRESSE**
Annexe mairie, entrée n° 1
20, rue Gallieni, Centre-ville, Nouméa
BP X3 98852 Nouméa Cedex

 **HORAIRES**
Du lundi au vendredi de 7 h 30 à 16 h.

 **TÉLÉPHONE**
27 07 86



#3 | Direction Provinciale de l'Action Sanitaire et Sociale (DPASS)

PUBLIC

La DPASS prend en charge les personnes en difficulté. Elle leur permet d'accéder :

- aux **soins** grâce à son service d'aide médicale ;
- à **une écoute et à un accompagnement** avec son réseau d'assistantes sociales qui assurent des permanences sur toute la province Sud.

Elle prend en charge les difficultés intrafamiliales (relations parents/enfants et violences conjugales) par l'intermédiaire de son service de l'action sociale, de la protection de l'enfance et du Relais. La DPASS assure, enfin, un soutien technique et financier aux structures et associations.

➔ LE RÔLE DU SERVICE DE L'ACTION SOCIALE (SAS) AUPRÈS DES PERSONNES ÂGÉES

Les assistantes sociales de secteur ont pour missions :

- d'accueillir les personnes et les familles en difficulté ou fragilisées dans leurs différentes dimensions en permanence accueil exceptionnel (PAE) ou dans les permanences sociales de quartier ;
- d'évaluer les situations sociales et de mettre en œuvre, avec les intéressés, les plans d'accompagnement en engageant les interventions de médiation nécessaires.

Par leur connaissance des institutions, structures et dispositifs de prise en charge des personnes âgées, elles sont un des premiers acteurs sociaux de proximité. Elles pourront informer et orienter vers les dispositifs les plus à même de répondre à leurs besoins, et également instruire les demandes d'aides financières ou d'accès aux droits auprès des différents partenaires. La province Sud a développé le dispositif Sociatel en partenariat avec l'OPT dans le cadre de la lutte contre l'isolement des personnes âgées en difficulté avec la prise en charge d'une ligne téléphonique.

i Pour connaître la permanence de votre assistante sociale de secteur, contactez le secrétariat du service de l'action sociale au **20 45 40**.

Site web :

province-sud.nc/content/les-missions-de-la-dpass

➔ LE RÔLE DU SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT DES ORGANISATIONS MÉDICO-SOCIALES (SAOMS) À L'ÉGARD DES AIDANTS

Le service d'accompagnement des organisations médico-sociales est en charge des autorisations, du suivi, de l'accompagnement et du contrôle des structures médico-sociales de la province Sud (maisons de retraite, pensions de famille, services de maintien à domicile, établissements pour personnes en situation de handicap, CHRS, crèches et garderies).

À ce titre, il peut être sollicité par toute personne ayant connaissance de dysfonctionnements au sein d'une structure, ou de faits pouvant porter atteinte au bien-être ou à la sécurité des personnes accueillies, afin de prendre les mesures nécessaires.

En parallèle, le service d'accompagnement des organisations médico-sociales informe et conseille les personnes, notamment les familles (ou aidants) en recherche d'une solution de prise en charge ou d'hébergement pour leurs proches, sur toute question relative aux structures médico-sociales (prestations proposées, fonctionnement, public accueilli, tarifs...) afin de leur apporter tous les éléments nécessaires pour faciliter leur choix. Il les oriente si nécessaire vers les partenaires médico-sociaux (pôle gérontologique, CRHD, assistante sociale de secteur...) pouvant répondre au mieux à leurs besoins.

i Pour plus d'information, contactez le secrétariat du service d'accompagnement des organisations médico-sociales au **20 44 26**.

Site web : province-sud.nc/demarches

#4 | Minimum vieillesse

PUBLIC

Les personnes âgées de 60 ans ou plus.

→ CONDITIONS D'ACCÈS

- avoir atteint l'âge de 60 ans ;
- résider depuis plus de 6 mois en Nouvelle-Calédonie ;
- résider depuis plus de 6 mois en province Sud ;
- avoir le centre de ses intérêts matériels et moraux en province Sud ;
- ne pas être placé en établissement, en maison de retraite ou en famille d'accueil ;
- ne jamais avoir cotisé à la CAFAT ou avoir cotisé moins de 5 ans.

→ LE DOSSIER DE DEMANDE

Un formulaire de demande de minimum vieillesse est à remplir pour obtenir cette allocation. Il est disponible au bureau des prestations sociales de la DPASS. Vous pouvez aussi vous renseigner auprès des assistantes sociales de la DPASS (p. 42) ou du CCAS de votre commune (p. 41).

Le montant du minimum vieillesse s'élève par mois à :

89 239 F brut maximum pour une personne seule ;

136 482 F brut maximum pour un ménage.

Le dossier peut également être déposé 1 à 2 mois avant le 60^e anniversaire. Au préalable, la personne aura réalisé l'ensemble des démarches pour obtenir ses droits à la retraite auprès de la CAFAT ou de tout autre organisme de retraite. Pour réaliser ces démarches, l'Association au service de nos retraités (p. 49) peut vous venir en aide moyennant une adhésion.

Le minimum vieillesse sera alors versé en tenant compte de vos revenus actuels dans la limite du montant maximum fixé.

→ DOCUMENTS À FOURNIR POUR LE DOSSIER

- pièces d'état civil ;
- attestation de résidence (quittances eau, électricité, loyer...) ;
- documents relatifs à la couverture sociale (CAFAT, mutuelle, aide médicale...) ;
- documents relatifs aux ressources (6 derniers relevés bancaires, avis d'imposition de l'année N-1...) ;
- notification de pension pour les personnes retraitées ;
- attestation de rejet du complément retraite de solidarité (CRS) délivré par la CAFAT ;
- attestation de participation financière ou non des enfants, avec précision sur le niveau de leur participation.

→ OÙ RETIRER ET OÙ DÉPOSER LE DOSSIER ?

Si l'aidant ne réside pas sur la même commune que la personne âgée, il peut s'adresser aux permanences décentralisées du bureau des prestations sociales. La liste des permanences décentralisées est téléchargeable sur le site web ci-dessous.

→ ATTENTION

Le minimum vieillesse intervient en complément des dispositifs légaux de retraite (CAFAT, caisses de retraite complémentaire ou autre).

Les bénéficiaires du complément retraite de solidarité (CRS) ou de l'allocation personnalisée (AP) pour les personnes handicapées ne peuvent prétendre au minimum vieillesse.



SITE WEB

province-sud.nc/demarches/minimum-vieillesse



EMAIL

samasl.basl@province-sud.nc



ADRESSE

Bureau des Prestations Sociales, Direction Provinciale de l'Action Sanitaire et Sociale (DPASS)
17, rue Georges-Clemenceau, Centre-ville, Nouméa
BP U2 98852 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

20 52 62 ou
27 90 70



HORAIRES

Du lundi au vendredi de 7 h 45 à 15 h



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #5 | Pôle gérontologique

PUBLIC

- Être âgé de 60 ans ou plus ;
- être ressortissant de la province Sud de Nouvelle-Calédonie.

➔ À QUOI SERT-IL ?

Le pôle gérontologique est le guichet unique en province Sud qui permet de répondre à une approche globale et coordonnée des besoins des personnes âgées en leur évitant d'effectuer de multiples démarches auprès de tous les services concernés.

➔ SES MISSIONS

- garantir la cohérence des actions en faveur des personnes âgées de 60 ans et plus ;
- assurer un accompagnement global et la coordination de tous les partenaires pour permettre de développer réellement un projet de vie, qui doit être placé au cœur des actions ;
- apporter une réponse individualisée, diversifiée et plurielle tenant compte de la diversité des publics âgés et de leurs aspirations.

➔ SON RÔLE

Informier et conseiller le public sur :

- le soutien à domicile : accompagnement au quotidien, aménagement du logement pour favoriser l'autonomie ;
- les aides financières ;
- les différentes formes d'hébergement : accueil de jour, accueil familial (pension de famille), résidence pour personnes âgées, maisons de retraite (EHPAD) ;
- l'accompagnement des proches : orientation vers une aide des familles et vers les réseaux spécialisés ;
- les droits et les mesures de protection juridique ;
- la vie sociale et culturelle : activités, sorties... ;
- la prévention, la santé.

➔ L'ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS

Il s'agit d'une équipe pluridisciplinaire, composée :

- d'une infirmière coordinatrice ;
- d'une assistante sociale ;
- d'une psychologue ;
- d'un médecin.

➔ SES ACTIONS AUPRÈS DE LA PERSONNE ÂGÉE

L'équipe est chargée d'évaluer les besoins et les capacités de la personne âgée afin d'identifier les moyens nécessaires pour favoriser le maintien à domicile lorsque cela est possible ou de préparer l'entrée en structure. Le pôle gérontologique est le seul dispositif chargé d'élaborer les plans d'accompagnement personnalisé (dont le Gir).

Pour ce faire, et si nécessaire, l'équipe peut se déplacer au domicile de la personne âgée.

Elle remplit également un rôle d'information et de prévention sur les risques liés au vieillissement et à l'accompagnement de la personne âgée dépendante.

➔ PERMANENCES

Toute personne peut rencontrer soit l'assistante sociale, soit l'infirmière, sans rendez-vous, les lundi et vendredi matin et le mercredi après-midi aux horaires d'ouverture.

Des rendez-vous peuvent également être pris avec les professionnels en dehors de ces heures, en fonction de leur disponibilité.



SITE WEB

pole-gerontologique.nc



EMAIL

polegeronto@canl.nc



ADRESSE

Immeuble LE SANTAL, bâtiment B, 4^e étage
83, boulevard Joseph-Wamytan, 98835 Dumbéa-sur-mer



HORAIRES

Du lundi au vendredi de 8 h à 11 h 30
et de 13 h 30 à 16 h 45



TÉLÉPHONE

24 66 99



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

#6 | Protection d'un majeur vulnérable, curatelle, tutelle et sauvegarde de justice



OBJET

La curatelle et la tutelle visent à protéger des personnes vulnérables et à les accompagner dans certains actes de la vie. Les procédures de mise sous tutelle ou sous curatelle sont très proches mais les conséquences sont différentes.

La tutelle implique des effets beaucoup plus lourds que la curatelle.

Une mesure en urgence appelée **sauvegarde de justice** permet de protéger temporairement et rapidement les personnes vulnérables dans l'attente éventuelle d'une curatelle ou d'une tutelle.

→ QUI PEUT DEMANDER LA PROTECTION D'UN MAJEUR VULNÉRABLE ?

- la personne à protéger elle-même. Une personne peut d'elle-même demander sa propre mise sous tutelle ;
- le conjoint de la personne à protéger : époux/épouse, pacsé(e) ou concubin(e) ;
- le parent de la personne, un allié ou un proche entretenant des liens étroits avec la personne concernée : parent, oncle, beau-frère, belle-sœur, tante, ami... ;
- le mandataire judiciaire, qui exerce une mesure de protection judiciaire à son égard.

→ LA SAUVEGARDE DE JUSTICE

La sauvegarde de justice est une mesure de protection juridique de courte durée qui permet à un majeur d'être représenté pour accomplir certains actes. Cette mesure peut éviter de prononcer une tutelle ou une curatelle, plus contraignantes. Le majeur conserve l'exercice de ses droits, sauf exception. Il existe deux types de mesures de sauvegarde de justice, judiciaire ou médicale.

 Plus d'informations : service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2075

→ LA CURATELLE

Il existe différents degrés de curatelle. Le curateur est choisi en priorité parmi les proches de la personne à protéger.

➤ **Curatelle simple** : la personne accomplit seule les actes de gestion courante (dits actes d'administration ou actes conservatoires) comme la gestion du compte bancaire ou la souscription d'une assurance. En revanche, elle doit être assistée de son curateur pour des actes plus importants (dits actes de disposition). Par exemple, la personne veut consentir à une donation.

➤ **Curatelle renforcée** : le curateur perçoit les ressources de la personne et règle ses dépenses sur un compte ouvert au nom de celle-ci.

➤ **Curatelle aménagée** : le juge énumère les actes que la personne peut faire seule ou non.

 Plus d'informations : service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2094

→ LA TUTELLE

La tutelle est une mesure judiciaire destinée à protéger une personne majeure et/ou tout ou une partie de son patrimoine si elle n'est plus en état de veiller sur ses propres intérêts. Un tuteur la représente dans les actes de la vie civile. Le juge peut énumérer, à tout moment, les actes que la personne peut faire seule ou non, au cas par cas.

 Plus d'informations : service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2120

→ COMMENT FAIRE UNE DEMANDE DE PROTECTION D'UN MAJEUR VULNÉRABLE ?

Les services sociaux de proximité (assistantes sociales de secteur, CCAS de Nouméa, assistantes sociales d'établissements de santé...) peuvent vous accompagner et vous renseigner sur les démarches à accomplir.

→ ATTENTION

Quand des tensions existent au sein de la famille et notamment sur des questions de gestion financière ou patrimoniale, il est préférable de demander la gestion de la tutelle par un mandataire judiciaire.

Ce professionnel aura la charge d'assurer un accompagnement social ainsi que les démarches administratives, juridiques et financières pour la personne placée sous mesure de protection juridique.

➔ #7 | Succession

OBJET

La succession regroupe **un ensemble de règles juridiques et fiscales qui régissent la transmission du patrimoine d'une personne lors de son décès.**

Même si parler de sa succession reste un sujet difficile à aborder, car cela renvoie à sa disparition, il est important de l'aborder au bon moment, c'est-à-dire avant d'être malade ou dépendant.

➔ QUI EST CONCERNÉ ?

Les héritiers (personnes désignées par la loi pour recueillir la succession d'une personne décédée), les donataires, les légataires, les tuteurs ou les mandataires.

Pour les personnes relevant du statut de droit coutumier, la succession est régie par l'acte coutumier. Celui-ci, créé par la loi du pays n° 2006-15 du 15 janvier 2007 et remplaçant le procès-verbal de palabre, est l'acte de référence de la coutume. Il peut être défini comme « l'acte rédigé à l'issue d'une discussion, organisée selon les us et usages de la coutume kanak, et à l'issue de laquelle une décision coutumière est adoptée en présence des autorités coutumières : chef de clan, chef de tribu ou le grand chef, à défaut le président du conseil des chefs de clans ».

Les officiers publics coutumiers (OPC), agents de la Nouvelle-Calédonie, ont été désignés pour réceptionner, instruire, établir et conserver les actes coutumiers dans les domaines suivants : état civil de la personne (mariage, adoption, succession, changement de nom/prénom...), mise à disposition foncière (construction de maison, reconnaissance de droits fonciers, pose d'un compteur électrique, projet économique...). Ils sont au nombre de seize, soit deux par aire coutumière.

 **Site web** : service-public.nc/particuliers/papiers-citoyennete/etat-civil/acte-coutumier

➔ CONDITIONS

Au décès d'une personne, ses biens peuvent être répartis selon les règles fixées par le Code civil s'il n'y a pas de testament, ou selon ses volontés exprimées dans un testament.

➔ FORMALITÉS

Le dépôt de la déclaration de succession est obligatoire. Celle-ci est faite en deux exemplaires et déposée au service de la recette des impôts.

Les héritiers autres que ceux qui sont exonérés de droits de succession, c'est-à-dire notamment le conjoint survivant et le partenaire lié au défunt par un Pacs, sont tous ensemble solidairement tenus au paiement des droits de succession. Une déclaration rédigée par l'un d'eux, portant sur toute la succession, suffit. La déclaration doit être signée par au moins un des héritiers solidaires.

Le recours à un notaire est obligatoire pour régler certaines successions (présence de biens immobiliers par exemple).

➔ DÉLAI

À partir de l'ouverture de la succession, les héritiers disposent de 4 mois pour exercer l'option successorale. La succession offre trois options successorales qui ont un impact sur les dettes du défunt :

- accepter purement et simplement la succession ;
- accepter la succession à concurrence de l'actif net (cela signifie que le paiement des dettes s'effectue dans la limite des biens du défunt) ;
- renoncer à la succession auprès du greffe du tribunal de première instance, sachant que les bénéficiaires ne recevront alors aucun bien, mais n'auront pas non plus à payer les dettes du défunt.

Passé le délai de 4 mois, les créanciers, les cohéritiers et l'administration peuvent contraindre un bénéficiaire à faire un choix. Dans ce cas, une décision doit être prise dans les 2 mois. Si aucune contrainte n'est exercée, un bénéficiaire a 10 ans pour se prononcer.

➔ OÙ S'ADRESSER ?

Après d'un office notarial de votre choix. Tout rendez-vous pris pour information est gratuit.



SITE WEB

service-public.nc/particuliers/famille/deces/succession



#8 | Association Calédonienne d'Aide aux Personnes Âgées (ACAPA)



OBJET

L'association, créée en 1975, a pour but d'**aider les personnes âgées de plus de 60 ans à surmonter leurs problèmes moraux et financiers** et de rechercher avec tous les partenaires institutionnels, associatifs et financiers toutes les solutions pour apporter un mieux-être aux seniors sans distinction d'ethnie, d'opinion politique ou religieuse.

→ STATUTS

Association de type loi 1901 présidée par un conseil d'administration de 7 à 10 membres, élus lors de l'assemblée générale annuelle. Pour être membre de l'association, il faut être âgé de 60 ans au moins, résider sur la commune de Nouméa et s'acquitter d'une cotisation annuelle de 5 000 F.

→ FINANCEMENT

Les financements de l'association proviennent :

- des cotisations des membres ;
- des subventions des institutions ;
- des ventes lors des actions organisées par l'association ;
- des dons ou legs.

→ FONCTIONNEMENT

L'Acapa fonctionne grâce à :

- un bureau de membres bénévoles ;
- des salariés (directrice, secrétaire comptable, agent d'accueil, chauffeur, gardien et cuisinières) ;
- des bénévoles.

→ ACTIONS

Les animations sont toujours nombreuses et variées. Elles sont proposées tout au long de la semaine selon un programme établi chaque année : ateliers de tressage, de couture, de travaux manuels, activités de danse, de gymnastique, de chant, de théâtre... L'Acapa organise aussi des sorties hors de Nouméa. En outre, l'Acapa assure trois fois par semaine, à destination de ses membres, des petits déjeuners, des déjeuners et des goûters au sein de sa structure.

→ TRANSPORT

Le chauffeur assure le transport des membres de leur domicile au local de l'association pour leur permettre de participer aux activités.



EMAIL

acapanoumea@lagoon.nc



ADRESSE

2 bis, rue Montcalm, Faubourg-Blanchot
BP 3728 98846 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

28 18 00



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #9 | Association pour la Qualité de Vie des Patients (AQVP)

PUBLIC

Toute personne atteinte par la maladie, en état d'extrême souffrance, peut être accompagnée dans le respect de sa culture et de ses croyances et quelle que soit son appartenance communautaire. L'AQVP intervient dans le respect des principes de l'Union nationale des associations pour les soins palliatifs (UNASP) et des obligations légales figurant dans le Code de la santé publique.

➔ OBJET

Soulager toute personne qui souhaite être accompagnée pendant la maladie et en fin de vie en préservant la dimension humaine et en respectant la dignité de chacun.

Assurer également une aide à la famille et aux proches en parfaite collaboration avec l'équipe médicale encadrant les patients.

L'association fonctionne avec des bénévoles pour réaliser les accompagnements en établissements spécialisés, toujours en étroite collaboration avec les équipes médicales et soignantes.

➔ OFFRES DE SERVICE

L'AQVP garantit une écoute de qualité, un accompagnement harmonieux et une attention respectueuse de la dignité de la personne.

Elle peut également poursuivre l'accompagnement de vie au domicile des patients.

L'association intervient aussi auprès des partenaires pour partager son savoir-faire, promouvoir la bientraitance et rappeler l'importance du consentement éclairé aux soins ainsi que la réglementation en référence à la loi Claeys-Leonetti (accompagnement de fin de vie).

➔ CONDITIONS D'ACCÈS

L'AQVP intervient en milieu hospitalier à la demande du patient ou des proches ou du personnel médical.



EMAIL

aqvpnc@gmail.com



ADRESSE

2, rue Fevrier-Despointes, Vallée-du-Tir, Nouméa
BP 10008 98805 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

75 33 57



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

#10 | Association au Service de Nos Retraités (ASNR)



PUBLIC

Les personnes partant à la retraite (les préretraités) sauf les fonctionnaires.

→ OBJET

Informar les personnes sur leurs droits en matière de retraite, tous régimes confondus (général, professionnel, de base, particulier, complémentaire), constituer leurs dossiers et les gérer jusqu'à leur aboutissement. L'ASNR est une association reconnue d'utilité publique.

→ OFFRES DE SERVICE

- aide à la constitution des dossiers de demande de retraite ;
- demande des renseignements complémentaires ;
- relance groupe Malakoff Médéric Humanis ou toute autre caisse ;
- renvoi des notifications de retraite afin de préparer les retraites complémentaires ;
- suit le dossier administratif ;
- offre une connaissance sur la législation en droit social des conditions de départ à la retraite ;
- apporte des outils d'aide à la décision pour l'adhérent quant à la date de départ à la retraite en toute connaissance de cause.

→ CONDITIONS D'ACCÈS

Cotisation annuelle :

8 000 F/an/adhérent la première année ;

5 000 F/an/adhérent les années suivantes.

→ AVANTAGES ET LIENS DE L'ASSOCIATION AVEC LES SERVICES DE MÉTROPOLE

- mise en lien avec tous les organismes administratifs de la Nouvelle-Calédonie, de la France métropolitaine, de l'Europe, du Pacifique ou d'autres régions ;
- interlocuteur dans les différentes caisses de retraite.

→ ATTENTION

La législation en droit social fixe l'âge légal de la retraite en Nouvelle-Calédonie à 60 ans et instaure un délai de prévenance de 6 mois permettant d'entreprendre les démarches nécessaires auprès des différentes caisses de retraite. Un départ anticipé à la retraite est néanmoins possible dès l'âge de 57 ans et 6 mois à taux plein si 35 ans d'activité professionnelle ont été effectués. Attention, pour les personnes ayant cotisé dans des caisses autres que celles de Nouvelle-Calédonie, le délai de traitement du dossier est au minimum de 6 mois. Il est donc recommandé aux personnes d'anticiper leur départ à la retraite.



EMAIL

asnr@asnr.nc



ADRESSE

18, route du Port-Despointes, Faubourg-Blanchot, Nouméa
BP 8141 98807 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

27 56 66



HORAIRES

Du lundi au vendredi de 8 h à 11 h 30
et de 13 h 30 à 16 h 45



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

#11 | Clubs de service

PUBLIC

Les clubs de service ont notamment pour vocation de venir en aide aux personnes en difficulté.

→ **STATUT**

Les clubs de service sont des associations à but non lucratif.

→ **SON RÔLE**

Ils définissent généralement annuellement leurs priorités, certains peuvent consacrer des moyens pour venir en aide à des associations ou quelquefois directement auprès de personnes en difficulté. Ils interviennent aussi en finançant des causes régionales, voire internationales, lutte contre la faim, contre la cécité, aide à la recherche médicale..

→ **FINANCEMENTS**

Les clubs de service récoltent des fonds, grâce à des opérations de collecte et des campagnes de dons.

→ **QUELLES AIDES POUR LES AIDANTS ?**

Certains clubs peuvent s'intéresser également au vieillissement de la population et soutiennent des actions dans ce sens.

Le Lions club Doyen de Nouméa organise mensuellement « le rendez-vous des aidants » avec un accueil personnalisé pour comprendre et orienter l'aidant vers les dispositifs les plus adaptées à la situation rencontrée. Le rendez-vous des aidants intègre aussi des réunions d'information et d'échanges. À chaque « rendez-vous des aidants » un expert présente un sujet ou un cas pratique avec les aides appropriées.

Le calendrier des « rendez-vous des aidants » et les thématiques abordées sont disponibles auprès du CCAS de Nouméa.

#12 | Centre d'accueil de jour Edouard-Trubert géré par la Croix-Rouge française



PUBLIC

Le centre d'accueil de jour Édouard-Trubert accueille les **personnes de plus de 60 ans vivant à domicile (GIR 6 à 3) atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.**

→ SA MISSION

Il peut accueillir en journée ou demi-journée.

L'équipe de l'accueil de jour propose aux personnes dépendantes :

- des **activités** : mémoire, jardinage, chant, atelier culinaire, manuel, gym douce, art-thérapie ;
- des **rencontres intergénérationnelles** pour rompre l'isolement et la solitude de la personne à domicile ;
- de **recréer du lien social avec l'extérieur** ;
- de **maintenir et préserver l'autonomie**.

L'accueil de ces personnes permet d'offrir du répit à l'aidant, de le soulager, et offre un espace d'écoute et de partage.

Les locaux proposent un espace convivial et sécuritaire avec une salle de repas, une petite cuisine, un salon, un patio intérieur et une grande salle d'activités.

→ LES DÉMARCHES D'ADMISSION

Après un premier contact téléphonique, un rendez-vous est fixé avec la direction pour remplir le dossier de préadmission afin de caler les journées découvertes, visiter la structure et rencontrer l'équipe de professionnels.

Les journées découvertes sont une période d'essai gratuite et sans engagement pour la personne concernée. Elles s'organisent

sous forme de deux journées ou quatre demi-journées. L'équipe réalise ensuite un bilan qui est partagé avec la famille. Si celui-ci est positif, un contrat de séjour définissant les modalités d'accueil sera signé avec la famille. Les repas et le transport restent à la charge de la famille.

→ LES ACTIVITÉS

Gym douce, activités mémoire, manuelles, jardinage, bingo, art-thérapie, rencontres intergénérationnelles avec la crèche Les Cerisiers bleus de la Croix-Rouge française.

→ LA PLACE DE L'AIDANT

Il y trouvera des professionnels pour le conseiller et le soutenir dans l'accompagnement de la personne âgée. Il est important qu'il se sente en confiance pour échanger avec l'équipe.

→ ATTENTION

Dans le cas où la dépendance de la personne âgée devient plus importante, un accompagnement vers un lieu plus adapté vous sera proposé.



EMAIL

cynthia.streiff@croix-rouge.fr



ADRESSE

44, rue du Docteur-Georges-Collard, Montravel, Nouméa



TÉLÉPHONE

27 82 48



HORAIRES

Du lundi au vendredi de 8 h à 16 h.



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #13 | Association France Alzheimer-NC

PUBLIC

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

➔ OBJET

Créée le 8 août 2002, l'association réunit les familles de personnes malades et les professionnels du secteur sanitaire et social. L'association France Alzheimer-NC fait partie de l'Union des associations France Alzheimer. Elle se compose de bénévoles ayant ou ayant eu un proche touché par la maladie et qui mettent leur expérience au service de ceux qui, à leur tour, sont confrontés à cette situation.

➔ SA MISSION

En tant qu'association de familles, **France Alzheimer-NC** apporte, en premier lieu, aide et soutien aux personnes touchées par la maladie. Pour l'association, la lutte contre la maladie d'Alzheimer passe également par :

- l'évolution du regard de la société porté sur la maladie et les personnes malades ;
- le développement de la recherche ;
- une plus forte implication des pouvoirs publics.

Tous ces combats, France Alzheimer-NC les mène dans l'intérêt des familles et des personnes malades.

➔ QUELLES ACTIONS POUR LES PERSONNES MALADES ?

« Le coin de Judith » :

Halte-relais ludique s'adressant aux personnes malades et à leur famille. Animés par des bénévoles de l'association, accompagnés d'une animatrice et sous la supervision d'une psychologue clinicienne, ces ateliers d'une durée de deux heures proposent un moment de convivialité autour d'activités diverses : jeux de mots, jeux de mémoire, etc. Ils se terminent par un goûter partagé. Rendez-vous les 2^e et 4^e jeudis du mois.

➔ QUELS LIENS AVEC LES AIDANTS ?

Les entretiens individuels :

Les entretiens individuels répondent à un besoin de parler de façon privilégiée avec un professionnel tel qu'un psychologue. Ces entretiens sont limités dans le temps à cinq par an maximum.

➔ ACTIONS TOUS PUBLICS


Le « café mémoire France-Alzheimer » :

Le « café mémoire France Alzheimer » se tient depuis mars 2017 sur la terrasse du complexe du Château Royal. Ce rendez-vous mensuel est ouvert à toute personne concernée par la maladie d'Alzheimer ou par une maladie apparentée, aidant familial ou professionnel. À chaque rencontre, un intervenant spécialisé répond aux questions des participants.

 **SITE WEB**
francealzheimer.org

 **ADRESSE**
Résidence Les Cerisiers bleus
9, rue Lucien-Lozach, Trianon, Nouméa
BP 624 98845 Nouméa Cedex

 **TÉLÉPHONE**
27 40 05

 **HORAIRES**
Du lundi au vendredi de 8 h à 11 h 30
et de 15 h à 17 h.

#14 | Association Les Fils d'argent

PUBLIC

Les personnes de 45 ans ou plus.

→ OBJET

Cette association a pour but l'entraide et la distraction. Elle organise des activités de loisirs et des formations à destination des personnes âgées.

→ STATUTS

Association de type loi 1901 présidée par un conseil d'administration constitué de membres élus lors de l'assemblée générale annuelle.

Pour être membre de l'association, il faut être âgé de plus de 45 ans, agréé par le bureau et s'acquitter d'une cotisation annuelle de 7 000 F.

→ RESSOURCES

Les ressources de l'association sont constituées par :

- les cotisations des membres ;
- les subventions des institutions ;
- les dons ;
- une participation financière aux actions par les membres.

→ ACTIONS

De nombreuses animations sont proposées tout au long de la semaine, selon un programme établi pour l'année : ateliers de patchwork, de peinture, cours d'anglais, d'informatique, jeux de cartes et de société, sorties ponctuelles et repas.



EMAIL

fildargent@lagoon.nc



ADRESSE

151, promenade Roger-Laroque, Val-Plaisance, Nouméa
BP 2190 98846 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

26 22 37



HORAIRES

Les jours et horaires varient suivant le planning d'activités de l'association.



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #15 | GIP handicap, dépendance et bien vieillir

GIP Union pour le Handicap

PUBLIC

Les personnes en situation de handicap (enfants et adultes), les publics seniors de plus de 60 ans et les personnes âgées en perte d'autonomie.

➔ OBJET

➤ **Le Groupement d'Intérêt public handicap, dépendance et bien vieillir (GIPHDBV)** apporte son concours à la prise en charge des personnes en situation de handicap et des personnes âgées en perte d'autonomie en Nouvelle-Calédonie. Il accompagne également les seniors dans le cadre du bien vieillir. A ce titre, il offre aux partenaires publics (gouvernement, provinces, communes, ccas...) et privés (associations), concernés par ces publics, la mise en commun des moyens pour accomplir leurs missions d'intérêt général. Il est apparu, en effet, nécessaire face à la diversité des organismes chargés de l'accompagnement de vie des personnes en situation de handicap, ou en perte d'autonomie voire dépendantes, de mettre en place une démarche forte de pilotage de ce type d'activité. Cette démarche vise à harmoniser la qualité des prestations rendues à l'échelle de la Nouvelle-Calédonie. En outre, face au vieillissement de la population calédonienne, il est également apparu important d'impulser une politique du bien vieillir.

➤ **Le Groupement d'intérêt public Union pour le handicap (GIP UPH)** intervient également dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap. Il participe principalement à l'aide à la scolarisation et à l'accompagnement des enfants à besoins éducatifs particuliers et à l'aide à l'accès et à l'accompagnement des enfants aux activités de loisirs des enfants à besoin éducatifs particuliers.

➔ SES MISSIONS

Les principales missions confiées au GIP HDBV sont :

➤ d'apporter une participation active à la réflexion en matière de handicap, de perte d'autonomie et du bien vieillir ;

- de participer à la gouvernance des secteurs du handicap et du bien vieillir ;
- d'offrir son appui logistique et technique aux associations du secteur du handicap et du bien vieillir et aux établissements d'accueil et d'hébergement ;
- de contribuer à la mise en place d'un schéma calédonien du handicap et du bien vieillir ;
- de sensibiliser les Calédoniens au handicap et au bien vieillir ;
- de participer aux actions en faveur du bien vieillir et du handicap ;
- de gérer les dispositifs publics pour le compte du gouvernement de la Nouvelle-Calédonie, tel que le dispositif « carte seniors » au profit des personnes âgées de plus de 60 ans.

➔ L'ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS

L'équipe est composée d'un directeur, de deux chargés de mission, de six personnels administratifs (dont un DRH et un comptable) et de 87 auxiliaires de vie scolaire.

➔ ACTIONS

L'équipe est chargée :

- d'accueillir les publics concernés dans le cadre d'un guichet unique ;
- de mettre en œuvre les politiques et actions publiques décidées par le conseil d'administration, l'assemblée générale et le membre du gouvernement en charge des secteurs concernés ;
- d'accompagner tous les publics concernés.



EMAIL

secretariat@uph.nc



ADRESSE

2 route provinciale sud, Normandie, Nouméa
BP 31503 98895 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

41 49 00



HORAIRES

Du lundi au jeudi de 7 h 30 à 16 h
et le vendredi de 7h 30 à 15 h.



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

#16 | Accueillants familiaux

PUBLIC

Les personnes âgées de plus de 60 ans ou les personnes reconnues en situation de handicap, qui ne nécessitent pas de soins médicaux constants.

→ QUE FONT-ILS

Les accueillants familiaux, responsables de pension de famille, accueillent à leur domicile, à temps complet ou à temps partiel (accueil de jour ou de nuit / de semaine ou de week-end), de façon temporaire (« accueil de répit ») ou sans durée déterminée, des personnes qui ne peuvent pas ou plus vivre seules, en leur offrant un cadre de vie familial.

L'accueillant familial peut accueillir de 1 à 5 personnes n'appartenant pas à sa famille jusqu'au troisième degré inclus. Par exemple, un parent ou un oncle ne pourront pas être pris en charge au titre de l'accueil familial.

→ QUELLES PRESTATIONS

Ils proposent une prise en charge quotidienne de qualité en assurant les prestations relatives à l'hébergement (le gîte, le couvert, le ménage, les courses, la blanchisserie) et mettent en œuvre tout ce qui peut contribuer au maintien de l'autonomie et des capacités des personnes accueillies, notamment au travers de l'écoute, d'activités, d'animations...

Ils travaillent en partenariat avec des équipes médicales et paramédicales (médecin, infirmier, kinésithérapeute, psychologue...) pour une prise en charge globale de la personne ainsi qu'avec les institutions (DPASS, CAFAT, organismes tutélaire...).

→ QUELLES GARANTIES POUR LA FAMILLE ?

L'agrément est accordé après une enquête sociale, une évaluation psychologique et une étude des locaux qui permettent de déterminer si le demandeur est en capacité de garantir la sécurité et le bien-être de personnes âgées et/ou en situation de handicap.

L'accueillant familial doit suivre une formation de 70 heures dispensée par la Nouvelle-Calédonie au cours des 5 premières années d'activité. Un contrôle régulier est assuré par la DPASS sur la qualité des prestations d'accueil et de prise en charge.

→ LE FINANCEMENT

Suivant le type d'accueil et les revenus de la personne âgée, les modalités de financement varient. Il est recommandé de prendre contact avec le SAOMS ou le pôle gérontologique (p. 44), qui pourront vous accompagner dans cette démarche.

→ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « MAISONS DE RETRAITE ÉTABLISSEMENTS PRIVÉS ».

→ OÙ S'ADRESSER

Au service d'accompagnement des organisations médico-sociales (SAOMS de la DPASS).



EMAIL

dpass.contact@province-sud.nc



ADRESSE

5, rue Gallieni, immeuble Gallieni 1, Centre-ville, Nouméa
BP U2 98852 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

20 44 26



HORAIRES

Du lundi au vendredi de 7 h 30 à 11 h 30
et de 12 h 15 à 16 h.



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #17 | Aide au logement

PUBLIC

➤ **Les résidents de Nouvelle-Calédonie, locataires au titre de la résidence principale** (c'est-à-dire qui y vivent habituellement et effectivement au moins huit mois par an) d'un logement conventionné (c'est-à-dire un logement qui répond à des normes générales relatives à la sécurité, à la salubrité et à l'équipement) et loué à des conditions d'occupation et à un montant de loyer maximum fixé.

➤ **Les retraités résidant en maisons de retraite agréées.**

➔ À QUOI SERT-ELLE ?

L'aide au logement est un soutien financier pour les personnes locataires de leur habitation principale remplissant certaines conditions de ressources. Cette aide porte sur le loyer et sur la caution lors de l'entrée dans le logement. Elle peut également porter sur les charges en fonction des revenus du foyer. Elle est directement versée au bailleur pour 12 mois.

Cette aide est financée par la Nouvelle-Calédonie et le Fonds social de l'habitat.

➔ COMMENT EN BÉNÉFICIER ?

Pour bénéficier de l'aide au logement, votre loyer (hors charges) ne doit pas être supérieur au loyer plafond correspondant à la typologie de votre appartement.

Le loyer de référence est la base sur laquelle l'aide au logement sera calculée.

Pour la catégorie des retraités en maisons de retraite, le loyer de référence est fixé à 54 000 F.

TYPOLOGIE	LOYER DE RÉFÉRENCE	LOYER PLAFOND
Chambre	27 000 F	32 000 F
F1	54 000 F	64 800 F
I2	68 000 F	81 600 F
F3	81 000 F	97 200 F
F4	90 000 F	108 000 F
F5 et +	99 000 F	118 800 F

Pour plus d'informations, adressez-vous :

- au Fonds social de l'habitat : si vous êtes locataire du parc privé (particuliers, agences immobilières...);
- auprès de votre bailleur social : si vous êtes locataire du Fonds calédonien de l'habitat (FCH), de la SEM Agglo ou de la SIC.

Les documents sont téléchargeables sur :

www.aideaulogement.nc/textes.htm

➔ COMMENT EST-ELLE CALCULÉE ?

Le montant de l'aide versée est calculé en fonction des critères suivants : le montant du loyer, la composition familiale et les ressources. Il reste toujours une partie du loyer et des charges à payer par le bénéficiaire.

Pour les retraités vivant seuls avec un revenu inférieur ou égal à 90 000 F ou pour ceux ayant des personnes à charge avec un revenu inférieur ou égal à 110 000 F, des dispositions particulières sont applicables.

Vous pouvez aussi faire une simulation sur le site web ci-dessous.

➔ ATTENTION

L'aide au logement peut être suspendue dans les cas suivants :

- votre formulaire de demande d'aide au logement comporte une fausse déclaration ;
- vous n'avez pas renouvelé votre demande d'aide au logement ;
- vous avez quitté votre logement locatif.

 **SITE WEB**
aideaulogement.nc

 **ADRESSE**
FSH
1, rue de la Somme, Centre-ville, Nouméa

 **TÉLÉPHONE**
05 10 15 (numéro vert)

 **HORAIRES**
Du lundi au jeudi de 7 h 30 à 16 h
et le vendredi de 7 h 30 à 12 h.

#18 | Aide à l'aménagement du logement



PUBLIC

L'aide concerne **les personnes en situation de handicap** dont le taux est supérieur ou égal à 50 % et celles âgées de plus de 60 ans, en perte d'autonomie, classées dans l'un des 4 premiers groupes iso-ressources (grille AGGIR), ainsi que les personnes de plus de 60 ans avec un taux de handicap supérieur ou égal à 50 %.

→ À QUOI SERT-ELLE ?

- rendre accessibles les lieux pour permettre un meilleur déplacement (ex. : rampe d'accès, élargissement des portes...);
- adapter le logement aux besoins spécifiques d'une personne en situation de handicap ou de perte d'autonomie liée au vieillissement afin de favoriser ou préserver son autonomie (ex. : installation de volets électriques);
- prévenir les risques d'accident (ex. : mise en place de barres d'appui).

Dans le cas d'un handicap ou d'une perte d'autonomie liés à une pathologie évolutive, des aménagements du logement peuvent être anticipés. Le médecin référent, le spécialiste ou les médecins des commissions doivent attester qu'une aide à l'aménagement est nécessaire pour améliorer l'autonomie de la personne.

→ CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ DU LOGEMENT

L'habitation doit être conforme aux normes relatives à la sécurité, à la salubrité et à l'équipement fonctionnel d'un habitat.

Le dispositif de l'**APRAH (Aide provinciale à la rénovation et à l'amélioration de l'habitat)** de la province Sud (p. 58) peut être également sollicité en complément pour la mise aux normes du logement.

Le logement doit être la résidence principale du bénéficiaire, il peut être en habitat individuel ou collectif. Pour bénéficier d'une aide à l'aménagement du logement, l'occupation de celui-ci doit être régulière et durable.

Le bénéficiaire peut être, soit :

- propriétaire du logement ;
- locataire du logement ;
- hébergé par des ascendants ou des descendants, ou par toute autre personne de la famille.

→ SPÉCIFICITÉS DU PARC LOCATIF DES BAILLEURS SOCIAUX

L'aide à l'aménagement peut concerner des équipements spécifiques de second œuvre (tout équipement ou tout système technique adaptés, spécialement conçus pour compenser une limitation d'activité rencontrée par une personne du fait de son handicap).

Sont exclus tous travaux induisant une transformation du logement et des abords de la résidence.

→ ATTENTION

Les travaux doivent être réalisés par des professionnels du bâtiment sur la base de deux devis au moins, mais jamais d'autoconstruction.

→ À QUI S'ADRESSER ?

- À l'**Instance de coordination gérontologique (ICG)** qui évaluera le besoin et la nécessité ou non de faire intervenir un ergothérapeute. La demande de secours exceptionnel sera ensuite présentée en commission qui décidera du montant de l'aide dans la limite de 1 000 000 F CFP et fixera la participation du demandeur.
- À la **Commission de reconnaissance du handicap et de la dépendance (CRHD)** pour les seniors ayant eu une reconnaissance d'un handicap supérieur ou égal à 50 % avant leurs 60 ans.

 **SITE WEB**
aideaulogement.nc

 **ADRESSE**
ICG : immeuble LE SANTAL, entrée A, 4^e étage, bureau E6
Lot n° 1 section Front de Mer, Boulevard Joseph-Wamytan
98835 Dumbéa sur Mer
CRHD : 3, rue de la République, Centre-ville, Nouméa

 **HORAIRES**
ICG : Du lundi au vendredi
de 8 h à 11 h 30
et de 13 h 30 à 16 h 45
CRHD : Du lundi au vendredi
de 7 h 30 à 12 h, mais
joignable de 7 h 30 à 16 h.

 **TÉLÉPHONE**
ICG : 24 66 99
CRHD : 24 37 00

➔ #19 | Aide Provinciale à la Rénovation et à l'Amélioration de l'Habitat (APRAH)

PUBLIC

L'aide est destinée aux **propriétaires résidant en province sud qui ne peuvent avoir accès aux prêts bancaires pour leur projet de rénovation ou d'amélioration**, pour des raisons de ressources insuffisantes ou d'impossibilité de contracter les assurances exigées par les organismes bancaires.

➔ OBLIGATIONS

Pendant la durée de remboursement :

- ne pas mettre en location son logement ;
- occuper à titre de résidence principale le logement ;
- ne pas transformer le logement en local commercial ou professionnel.

➔ CONDITIONS

- être de nationalité française ou être titulaire d'un titre de séjour prévu pour résider régulièrement en Nouvelle-Calédonie ;
- être propriétaire au minimum depuis cinq ans d'un logement individuel dégradé, inadapté ou en situation de sur-occupation pour des raisons d'accroissement du ménage du demandeur ;
- être propriétaire d'un logement individuel construit depuis au moins dix ans et situé en province Sud ;
- occuper à titre de résidence principale au minimum depuis cinq ans le logement ;
- ne pas être éligible à un crédit bancaire pour le projet ;
- avoir ses intérêts personnels et professionnels en province Sud ;
- ne pas disposer de patrimoine immobilier autre que le logement à rénover ou à améliorer ;
- ne pas disposer de patrimoine financier suffisant pour réaliser le projet ;
- ne pas avoir bénéficié d'une aide individuelle à l'amélioration de l'habitat délivrée par la province Sud ;
- ne pas avoir bénéficié d'une aide publique à l'accession à la propriété ;

- les ressources moyennes mensuelles du ménage ne peuvent être nulles et doivent être inférieures ou égales à deux fois le salaire minimum garanti (SMG) en Nouvelle-Calédonie ;
- l'apport personnel du demandeur doit être au minimum de 50 000 F.

➔ POUR FINANCER QUELS TRAVAUX ?

Cette aide porte sur des travaux de rénovation ou d'amélioration d'un montant minimum de 2 000 000 F, portés par un opérateur social mandaté par la province Sud, et peut concerner :

- la rénovation du logement individuel dégradé ne répondant pas aux normes relatives à la sécurité et à la salubrité ;
- l'adaptation du logement à la perte d'autonomie liée au handicap ou au vieillissement des occupants ;
- l'agrandissement du logement pour l'adapter à l'accroissement du ménage, par naissance ou adoption, ou pour l'accueil à domicile d'un ascendant direct.

L'aide financière est une avance remboursable dont le montant s'élève à 4 000 000 F maximum.

➔ OÙ S'ADRESSER

Les démarches pour constituer un dossier doivent être faites auprès du bureau de la Maison de l'Habitat de la Direction du Logement de la province Sud.



SITE WEB

province-sud.nc/demarches/aide-provinciale-a-la-renovation-et-a-l-amelioration-de-l-habitat-aprah



EMAIL

logement@province-sud.nc



ADRESSE

12, avenue Paul-Doumer, Centre-ville, Nouméa
BP J3 98849 Nouméa Cedex



TÉLÉPHONE

20 42 00



HORAIRES

Du lundi au jeudi de 7 h 30 à 15 h 30
et le vendredi de 7 h 30 à 13 h.



#20 | Résidences pour personnes âgées gérées par la Croix-Rouge française



PUBLIC

Les résidences pour personnes âgées accueillent les personnes de plus de 60 ans autonomes.

→ LES CERISIERS BLEUS AU TRIANON ET LES ORCHIDÉES À OUÉMO

La Croix-Rouge française vous propose un accompagnement de coordination médico-sociale.

L'équipe est présente pour faciliter vos démarches auprès des professionnels du secteur médico-social. Elle vous propose des activités culturelles, de loisirs, sportives, collectives ou individuelles, afin de vous permettre de conserver votre autonomie et l'expression de votre citoyenneté.

Les résidences disposent chacune d'un hall d'accueil collectif, de deux salles dédiées aux loisirs, aux réunions et autres activités, d'une salle de gymnastique, d'une salle de télévision, d'une salle de restaurant, d'une laverie, d'un grand jardin collectif avec un deck et des aménagements extérieurs, d'interphones, d'un système d'appel d'urgence et d'un salon de coiffure.

L'offre locative est composée, pour :

- **Les Cerisiers bleus**, de 106 logements, F1 ou F2, dont 26 adaptés PMR ;
- **Les Orchidées**, de 100 logements, F1 ou F2, dont 10 adaptés PMR.

→ LES DÉMARCHES

Instruire une demande de logement auprès du bureau de la Maison de l'Habitat de la Direction du Logement de la province Sud (p. 60). Il est important de penser au renouvellement de votre demande tous les ans.

Les agents de la SIC prendront contact avec vous pour fixer une visite de logement en fonction de la disponibilité.

Cette visite s'effectuera dans la mesure du possible avec l'équipe de la Croix-Rouge française. Un entretien s'ensuivra avec les professionnels de la Croix-Rouge française, avec une visite de la résidence. Après la tenue d'une commission d'attribution, vous serez contacté pour l'obtention ou pas de votre logement.

En fonction de vos ressources, l'aide au logement peut être sollicitée (p. 56).

→ LES ACTIVITÉS

Gym douce, marche, poterie, qi gong, PNL, loto, bingo, thé dansant, activités manuelles, cinéma, jeux de société, yoga zen, scrabble...

→ LA PLACE DES AIDANTS

Ces résidences sont des résidences pour personnes autonomes. Vous êtes donc libre de recevoir les personnes de votre choix et d'être accompagné selon vos désirs dans le respect du contrat de séjour. Les aidants sont ceux que vous choisissez.

→ ATTENTION

En cas de perte d'autonomie (Gir 4), un accompagnement vers un lieu plus adapté vous sera proposé.



EMAIL

magalivuillemot@croix-rouge.fr



TÉLÉPHONE

Les Cerisiers bleus : 28 63 73

Les Orchidées : 28 38 09



ADRESSE

Les Cerisiers bleus : 28, rue du Commandant-Rivière, Trianon, Nouméa

Les Orchidées : 19, rue Redika, Magenta-Ouémo, Nouméa



HORAIRES

Du lundi au vendredi de 7 h 30 à 17 h



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #21 | Bureau de la Maison de l'Habitat

PUBLIC

Tout demandeur de logement social résidant en province Sud depuis au moins six mois à compter de la date de dépôt de la demande et qui répond aux conditions de ressources fixées.

➔ SON RÔLE

Le bureau de la Maison de l'Habitat de la Direction du Logement de la province Sud a pour mission d'enregistrer toute demande de logement locatif en province Sud. Cette formalité est obligatoire pour adresser une demande de logement à un bailleur social : SIC, FSH ou SEM Agglo.

➔ POURQUOI S'ENREGISTRER ?

Pour obtenir un logement social ou pour entrer dans une résidence pour personnes âgées gérée par un bailleur social (SIC et FSH), ou encore pour être relogé dans un autre logement, plus petit par exemple, ou pour des raisons de santé ou d'accessibilité.

➔ CONDITIONS

- être de nationalité française ou être titulaire d'un titre de séjour prévu pour résider régulièrement en Nouvelle-Calédonie ;
- résider en province Sud depuis au moins six mois à compter de la date de dépôt de la demande ;
- occuper le logement à titre de résidence principale ;
- remplir les conditions de ressources pour accéder aux logements locatifs aidés des bailleurs sociaux.

➔ LES PLAFONDS DE RESSOURCES AU 1^{ER} MAI 2018 POUR LES LOGEMENTS LOCATIFS

Les plafonds de ressources au 1 ^{er} mai 2018 pour les logements locatifs	Plafond mensuel net des ressources moyennes	
	Pour un logement locatif aidé	Pour un logement locatif de transition
Une seule personne	125 000 F	230 000 F
Deux personnes	200 000 F	340 000 F
Trois personnes	250 000 F	410 000 F

➔ LES DÉMARCHES

Elles doivent être réalisées auprès du bureau de la Maison de l'Habitat, qui est le guichet unique d'enregistrement des demandes de logement social.

Les informations complémentaires, telles que les pièces à fournir, sont téléchargeables sur le site de la province Sud.

➔ ATTENTION

Les personnes propriétaires de leur logement en province Sud ne peuvent pas accéder à un logement social, mais des dispositifs existent pour l'adaptation du logement en fonction du handicap (p. 58).



SITE WEB

province-sud.nc/demarches/thematique/logement-habitat



EMAIL

logement@province-sud.nc



TÉLÉPHONE

20 42 00



ADRESSE

12, avenue Paul-Doumer, Centre-ville, Nouméa
BP J3 98849 Nouméa Cedex



HORAIRES

Du lundi au jeudi de 7 h 30 à 15 h 30
et le vendredi de 7 h 30 à 13 h.



#22 | Accueil en maison de retraite



PUBLIC

Les personnes âgées de 60 ans et plus.

→ POURQUOI ALLER EN MAISON DE RETRAITE ?

Les maisons de retraite offrent une sécurité aux personnes âgées au regard de leurs besoins.

En cas de perte d'autonomie, une évaluation de ces besoins doit être réalisée au préalable par le médecin gériatre du pôle gériatologique. Un plan d'accompagnement personnalisé sera établi pour identifier les moyens humains et financiers à mettre en œuvre avec et pour la personne.

La démarche d'entrée en maison de retraite est une étape délicate pour certaines personnes, mais la question de la sécurité de la personne âgée dépendante doit toujours être au centre des préoccupations.

→ PRESTATIONS

Le fonctionnement des maisons de retraite peut varier selon leur taille. Cependant, elles ont toutes une équipe administrative et technique, une équipe médicale et soignante ainsi qu'une équipe en charge de l'animation. L'ensemble du personnel est placé sous l'autorité du directeur, qui est responsable du bon fonctionnement de l'établissement.

L'ensemble des aspects pratiques de la vie quotidienne sont pris en compte pour assurer le meilleur confort et la sécurité

des résidents. Cela couvre les besoins courants (repas adaptés, entretien du linge, de la literie, des locaux...) et les besoins particuliers des personnes dépendantes : aide aux actes de la vie courante (repas, toilette...), animations, loisirs, sorties, ainsi que les soins.

Des professionnels externes peuvent également intervenir suivant certains besoins spécifiques (kinésithérapeute, podologue...).

→ ADMISSION

Se rapprocher des établissements pour personnes âgées et du pôle gériatologique pour connaître les conditions d'entrée en maison de retraite.

→ QUELS FINANCEMENTS

Des aides au financement des dispositifs d'aide à la personne âgées ou de l'entrée en structure existent. Le pôle gériatologique peut vous informer en fonction des ressources et de la situation de la personne âgée.

→ OÙ S'ADRESSER ?

Au pôle gériatologique (p. 44).

 **SITE WEB**
pole-gerontologique.nc

 **EMAIL**
polegeronto@canl.nc

 **ADRESSE**
Immeuble LE SANTAL, bâtiment B, 4^e étage
83, boulevard Joseph-Wamytan
98835 Dumbéa sur Mer

 **HORAIRES**
Du lundi au vendredi de 8 h à 11 h 30
et de 13 h 30 à 16 h 45.

 **TÉLÉPHONE**
24 66 99



#23 | Centre de Gériatologie Clinique (CGC) du Centre Hospitalier Spécialisé Albert-Bousquet (CHS)

PUBLIC

Les personnes âgées présentant les pathologies suivantes : **maladie d'Alzheimer, maladies apparentées, dépendances non expliquées, dépendances suite à une pathologie médicale ou chirurgicale...**

→ L'ADMISSION DES PATIENTS

La prise en charge des patients s'effectue dans 3 unités distinctes suivant les pathologies et les soins : l'unité Alzheimer, l'unité de réadaptation gériatrique, l'unité de soins médicaux rapprochés.

L'orientation se fait soit par un médecin spécialiste du médipôle, soit par le médecin traitant du patient.

L'accueil n'est que temporaire. Les soins visent à compenser ou à traiter les dépendances pour que le patient puisse retourner chez lui ou aller dans une structure adaptée si nécessaire.

→ L'UNITÉ ALZHEIMER (15 PLACES)

Elle accueille les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées dont le diagnostic est établi et qui présentent une exacerbation des symptômes psycho-comportementaux très perturbante pour le patient et l'entourage pouvant conduire à une situation de crise avec rupture du maintien à domicile.

Une consultation de préadmission est réalisée en présence de l'aidant (vivement conseillé).

L'accueil de la personne permet de faire le point sur les capacités restantes, d'analyser les troubles psycho-comportementaux, d'évaluer les troubles associés et les stratégies de compensation et de diminuer les prises médicamenteuses. Une fiche de recueil des habitudes de vie du patient et de l'aidant principal est à instruire au moment de l'admission pour proposer un programme d'activités adapté (musicothérapie, atelier mémoire, atelier équilibre, gymnastique douce, etc.).

→ L'UNITÉ DE RÉADAPTATION GÉRIATRIQUE (20 PLACES)

Elle s'adresse à des patients qui développent des dépendances non expliquées ou des dépendances apparues suite à une pathologie médicale (diabète, AVC, arthrose...) ou chirurgicale (opération des hanches). La rééducation et la réadaptation visent un retour de la personne à son domicile. Un bilan est réalisé à la sortie d'hospitalisation et des visites à domicile sont également possibles pour préparer le retour à domicile.

→ L'UNITÉ DE SOINS MÉDICAUX RAPPROCHÉS (27 PLACES)

Cette unité accueille les patients dont l'état de santé est trop instable pour rester à domicile. Les personnes nécessitent une surveillance rapprochée et des soins importants impliquant une équipe pluridisciplinaire et des interventions journalières. L'équipe est également formée à l'accompagnement de fin de vie et notamment à la prise en charge de la douleur, par la musicothérapie entre autres.

→ LES PROFESSIONNELS

Une équipe pluridisciplinaire intervient sur prescription des médecins gériatres. Infirmier, aide-soignant, masseur-kinésithérapeute, psychomotricien, ergothérapeute, orthophoniste, psychologue, podologue et dentiste interviennent en complémentarité pour compenser les dépendances de la personne âgée. Une assistante sociale est également présente et reçoit sur rendez-vous.

→ LA PRÉPARATION À LA SORTIE

L'accueil d'un patient au sein de ces unités n'est que temporaire. Il est impératif pour l'aidant de préparer le devenir de la personne âgée hospitalisée. L'équipe soignante est présente pour vous accompagner tout au long de l'hospitalisation et vous conseiller sur les démarches à entreprendre. Il est important de contacter le médecin traitant dès que la date de sortie est fixée pour qu'il rédige les ordonnances nécessaires à la poursuite du traitement et de la prise en charge.

→ LA PLACE DES AIDANTS

Les aidants gardent une place centrale dans l'accompagnement de l'aidé. Les liens avec l'équipe soignante sont primordiaux pour l'échange d'informations et la bonne compréhension de la maladie par l'aidant principal. L'équipe soignante sera à même de vous conseiller dans les bonnes pratiques du quotidien. Une psychologue et une assistante sociale peuvent vous recevoir suivant vos besoins. N'hésitez pas à en parler avec le médecin ou l'équipe soignante dès le début du séjour de votre proche.



EMAIL

gerontologie@chs.nc



ADRESSE

42, rue du Docteur-Eschembrenner, Nouville, Nouméa



TÉLÉPHONE

24 36 36



HORAIRES

Du lundi au dimanche de 10 h à 20 h.



#24 | Directives anticipées

PUBLIC

Les directives anticipées peuvent être rédigées par toute personne majeure.

La personne majeure sous tutelle peut rédiger des directives anticipées avec l'autorisation du juge ou du conseil de famille, s'il existe.

→ À QUOI SERVENT-ELLES ?

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

- 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 ses souffrances même si cela a pour effet de mener au décès.

→ À SAVOIR

On considère qu'une personne est en fin de vie lorsqu'elle est atteinte d'une affection grave et incurable, en phase avancée ou terminale.

→ COMMENT LES RÉDIGER ?

Elles doivent prendre la forme d'un document écrit sur papier libre, daté et signé.

Pour vous aider, vous pouvez consulter le modèle sur : www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R44952

Vous pouvez également demander conseil à votre médecin traitant.

Si vous êtes dans l'incapacité d'écrire, vous pouvez faire appel à deux témoins, dont votre personne de confiance (p. 71), pour les rédiger à votre place.

Ces témoins doivent attester que ce document, rédigé par l'un d'entre eux ou par un tiers, exprime bien votre volonté. Ils doivent indiquer leur nom, prénom et qualité, et leur attestation doit être jointe aux directives anticipées.

→ FAIRE CONNAÎTRE LEUR EXISTENCE

Face à un malade qui n'est plus capable d'exprimer ses volontés, les médecins doivent chercher à savoir s'il a rédigé des directives anticipées. Il est donc important qu'elles soient facilement accessibles.

Vous devez informer votre médecin et vos proches de leur existence et de leur lieu de conservation. Ainsi, le jour venu, le

médecin qui vous accompagnera lors de votre fin de vie saura où trouver vos directives à mettre en œuvre.

Si un dossier médical a été créé à votre nom au CHT ou au CHS, il vous est recommandé d'y faire enregistrer vos directives anticipées. Elles seront ainsi facilement consultables en cas de besoin.

(Si vous n'avez pas de dossier médical, vous pouvez confier vos directives anticipées à votre médecin qui les conservera dans le dossier qu'il a constitué à votre nom.)

Si vous êtes hospitalisé pour une maladie grave ou admis dans un établissement pour personnes âgées, vous pouvez confier vos directives à cet hôpital ou à cet établissement. Il les intégrera dans votre dossier.

Enfin, vous pouvez également confier vos directives à votre personne de confiance, à une personne de votre famille ou à un proche. Vous pouvez aussi les conserver chez vous et/ou les avoir sur vous, dans vos documents médicaux, pour toute hospitalisation.

→ PRISE EN COMPTE

Les directives s'imposent au médecin pour toute décision d'investigation, d'intervention ou de traitement, excepté dans deux cas :

- en cas d'urgence vitale pendant le temps nécessaire à une évaluation complète de la situation (par exemple, patient à réanimer suite à un accident de santé brutal) ;
- lorsque les directives anticipées apparaissent manifestement inappropriées ou non conformes à la situation médicale. Dans ce cas, le médecin doit rendre sa décision à l'issue d'une procédure collégiale inscrite dans le dossier médical. La décision de refus d'application des directives anticipées est portée à la connaissance de la personne de confiance ou, à défaut, de la famille ou des proches.

→ DURÉE DE VALIDITÉ

Les directives anticipées ont une durée illimitée. Toutefois, elles peuvent être à tout moment modifiées ou annulées. Auquel cas, vous pouvez vous aider d'un modèle.

➔ #25 | Ergothérapeute

PUBLIC

Les personnes en situation de handicap ou âgées en perte d'autonomie.

➔ SON RÔLE

Rééducateur du geste, l'ergothérapeute aide les personnes en situation de handicap à retrouver un maximum d'autonomie dans leur quotidien. Par le biais de jeux (d'activités personnalisées, ludiques) et de travaux manuels, il leur réapprend les gestes usuels (manipulation d'objets, cuisine, écriture, couture, menuiserie...).

L'ergothérapeute donne des conseils pratiques pour l'organisation matérielle ou l'aménagement de l'espace de vie afin de le rendre plus accessible : installer une barre d'appui dans une douche ou des portes assez larges pour laisser passer un fauteuil, par exemple. Il est ainsi un acteur clef dans le maintien à domicile de l'aidé et éclaire l'accompagnement de l'aidant par son expertise. Son action peut notamment limiter les risques de chute.

Suivant les situations, les solutions à trouver peuvent relever du système D. Il s'agit de faciliter, par tous les moyens, les gestes de la vie quotidienne ou d'enseigner aux personnes à « faire autrement » pour retrouver ou maintenir leur autonomie.

L'ergothérapeute participe aux actions de promotion de la santé, de prévention ou d'enseignement concernant les populations à risque de perte d'autonomie. Il sensibilise, forme les aidants dans les gestes et postures et en manutention notamment.

➔ LIENS AVEC LE PERSONNEL DU SOIN

L'ergothérapeute travaille à l'hôpital ou en centre de rééducation fonctionnelle, dans les structures médico-sociales, en libéral..., toujours en collaboration avec les médecins et les autres rééducateurs (kinésithérapeutes, orthoprothésistes, neuropsychologues, etc.).

➔ QUELLES ACTIONS AUPRÈS DES PERSONNES ÂGÉES ?

- dans le logement privé : identifier les besoins d'adaptation du logement en fonction de la dépendance de la personne et les solutions appropriées (domotique, aides techniques, aides humaines) ;
- dans les maisons de retraite : l'ergothérapeute propose des aménagements de l'environnement adaptés à la perte d'autonomie des résidents. À partir d'un bilan clinique individualisé, il met également en place des activités de rééducation fonctionnelle, en particulier pour améliorer la force et la coordination de ses patients et pour stimuler leurs capacités motrices et cognitives (mémoire, attention, vigilance) ;
- sur des équipements individuels spécifiques : l'adaptation de fauteuils roulants, le choix de couverts adaptés, la fabrication d'orthèses sur mesure...

➔ FINANCEMENT

L'intervention d'un ergothérapeute peut être prise en charge dans le cas d'un aménagement du logement par le régime handicap et dépendance [p. 32].

➔ QUI CONTACTER ?

L'Association des ergothérapeutes de Nouvelle-Calédonie a été créée en 2011 et regroupe 18 professionnels. Vous trouverez sur le site web ci-dessous une liste de professionnels et de structures où ils interviennent. Vous pouvez également les contacter via l'adresse e-mail ci-dessous.

 **SITE WEB**
ergotherapie-nc.blogspot.com

 **EMAIL**
aenc.asso@gmail.com

#26 | Masseur-kinésithérapeute

PUBLIC

Les personnes atteintes d'affections locomotrices, neurologiques ou respiratoires.

→ QU'EST-CE QUE LA MASSO-KINÉSITHÉRAPIE ?

Avec le temps, le corps est soumis à quelques modifications musculo-squelettiques pouvant entraîner des troubles de la marche, des atrophies musculaires, des gestes moins contrôlés, une perte d'autonomie, etc.

La masso-kinésithérapie consiste en des actes réalisés de façon manuelle ou instrumentale, notamment à des fins de rééducation, qui ont pour but de prévenir l'altération des capacités fonctionnelles, de concourir à leur maintien et, lorsqu'elles sont altérées, de les rétablir ou d'y suppléer.

Le masseur-kinésithérapeute réalise des soins de rééducation et de réadaptation pour maintenir ou restaurer le mouvement et les capacités fonctionnelles des patients. Ses soins concourent à la prévention, au dépistage, au diagnostic, au traitement et à la recherche.

Le masseur-kinésithérapeute peut intervenir sur plusieurs types de rééducation : orthopédique, neurologique, affections traumatiques ou non de l'appareil locomoteur, respiratoire, cardio-vasculaire.

- des techniques de soin antalgiques en cas de douleur, de tensions musculaires, ou pour faciliter la détente et le bien-être : massage, physiothérapie, mobilisation, application du chaud ou du froid, ultrasons... ;
- des techniques de rééducation avec ou sans appareils : renforcement musculaire, de la marche, balnéothérapie...

Il s'agit de soins doux et adaptés à l'état physique des patients permettant de conserver et d'améliorer leurs capacités motrices afin qu'ils puissent continuer à se mouvoir, retardant ainsi, voire évitant l'alitement. Le masseur-kinésithérapeute intervient notamment chez la personne âgée dans le traitement du syndrome post-chute et dans la rééducation suite à des opérations chirurgicales (hanche, col du fémur..).

Ses interventions peuvent être couplées avec celles d'autres professionnels comme les psychomotriciens ou les psychologues spécialisés en gériatrie qui travailleront sur la prise de conscience du corps et du mouvement notamment dans le traitement du syndrome post-chute fréquent chez la personne âgée.

→ OÙ EXERCE-T-IL ?

Le masseur-kinésithérapeute intervient sur prescription médicale. Il peut exercer en libéral, à l'hôpital, en centre de rééducation, en maison de retraite ou à domicile.

→ COMMENT INTERVIENT-IL ?

Il étudiera dans un premier temps le dossier médical du patient, puis réalisera un bilan pour définir les objectifs et les techniques qu'il utilisera durant les différents exercices :

→ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « KINÉSITHÉRAPEUTES : MASSEURS KINÉSITHÉRAPEUTES ».

➔ #27 | Médecin gériatre

PUBLIC

La personne âgée souffrant de plusieurs pathologies intriquées.

➔ CHAMPS DE COMPÉTENCES

La prévention et la prise en soin des dépendances induites par les pathologies touchant les personnes âgées. Son objectif est de maintenir la pleine autonomie des malades et de réduire autant que faire se peut les dépendances. Il accompagne jusqu'au bout de la vie tous les patients en recherchant leur bien-être et leur épanouissement, quelles que soient les pathologies dont ils souffrent.

Le gériatre doit être inscrit au Conseil national de l'Ordre des médecins, indépendamment de son mode d'exercice.

➔ QUELLE FORMATION ?

Docteur en médecine, le gériatre est titulaire d'un diplôme d'études spécialisées complémentaires (DESC) de gériatrie. C'est un médecin spécialiste de la polypathologie complexe.

➔ OÙ EXERCE T-IL ?

Il exerce auprès de personnes âgées au sein d'un hôpital, d'un centre de soins privé ou bien encore à domicile en tant qu'indépendant.

➔ SON RÔLE

Sa mission consiste à prévenir l'apparition ou les conséquences des pathologies chroniques invalidantes, à dépister les situations de dépendance, à évaluer les dépendances quand elles sont présentes, à traiter les pathologies responsables des dépendances et à accompagner les personnes âgées en leur prodiguant des soins personnalisés qui leur assurent les meilleures conditions de vie possible. Il s'appuie sur des professionnels de la santé comme les infirmiers, les orthophonistes, les kinésithérapeutes, sur les services sociaux provinciaux et communaux, sur les médecins référents mais aussi sur l'entourage pour que les soins puissent être accompagnés jusqu'au bout de leur réalisation sociale. Son objectif est l'épanouissement du malade quelles que soient les difficultés.

Il peut être, éventuellement, le médecin référent de la personne âgée dans la prise en charge de la longue maladie par la CAFAT, mais il est préférable de garder son médecin habituel qui reste la clé de voûte de la prise en soin.

➔ QUELS LIENS AVEC LES AIDANTS ?

Le médecin gériatre sait tenir compte des relations avec les familles. Il gère les situations parfois difficiles que provoquent les pertes d'indépendance et le déclin de l'autonomie quand ils se produisent.

Une relation de confiance doit s'instaurer entre les aidants et le médecin gériatre. Celui-ci est à même d'entendre et de prendre en compte les difficultés que l'aidant rencontre dans l'accompagnement de la personne âgée, mais aussi d'évaluer les impacts de l'évolution de la maladie pour l'aidant.

Les informations sur le patient et les faits ou éléments nouveaux que tous les aidants constatent au quotidien sont des indicateurs importants, voire indispensables, pour le médecin gériatre.

➔ COMMENT PRENDRE CONTACT AVEC UN MÉDECIN GÉRIATRE ?


C'est le médecin généraliste qui orientera vers un médecin gériatre. N'hésitez pas à aborder avec lui vos questionnements concernant la personne âgée que vous accompagnez et la nécessité ou non de consulter un médecin gériatre.

➔ ATTENTION

Les médecins gériatres ne sont pas assez nombreux ni suffisamment disponibles pour s'occuper du quotidien. Il importe que le médecin généraliste reste la pierre angulaire des soins et du suivi. C'est à lui de juger de l'opportunité d'aller consulter un gériatre (ou tout autre spécialiste).

 **EMAIL**
direction@chs.nc

 **TÉLÉPHONE**
24 36 36

 **ADRESSE**
Centre de gérontologie du Centre Hospitalier Spécialisé Albert-Bousquet
42, rue du Docteur-Eschembrenner, Nouville, Nouméa
BP 120 98645 Nouméa Cedex

#28 | Mutuelles

PUBLIC

Les mutuelles sont spécialisées dans des secteurs d'activités professionnelles et s'adressent aux affiliés de ces secteurs si l'employeur a souscrit un contrat collectif au bénéfice de ses salariés. Les mutuelles proposent également des contrats volontaires aux particuliers.

→ STATUTS

Les mutuelles sont des entreprises à but non lucratif. Elles sont dirigées par des représentants élus par les adhérents ainsi que par des représentants des employeurs.

→ LEUR RÔLE

Les mutuelles remboursent la part non couverte par la CAFAT. Les taux de remboursement sont variables suivant les mutuelles de même que la nature des actes remboursés varie suivant le type de contrat souscrit.

La dépendance n'est pas toujours prise en compte. Pour cela, des assurances complémentaires existent et peuvent être proposées par votre mutuelle.

→ LES FONDS D'ACTION SOCIALE

Certaines mutuelles disposent d'un fonds d'action sociale qui peut être sollicité pour des dépenses exceptionnelles.

Pour toutes informations concernant la sollicitation d'une aide exceptionnelle auprès de ces fonds, prenez contact avec votre mutuelle.

→ QUELLES AIDES POUR LES AIDANTS ?

Les mutuelles proposent des prises en charge de praticiens comme les psychologues qui peuvent vous aider à passer les moments difficiles et vous accompagner dans l'acceptation de la maladie de l'aidé. Prenez contact avec votre mutuelle pour ces aides spécifiques.

Les mutuelles s'intéressent également au vieillissement de la population et soutiennent des programmes d'actions de bien-être. Il peut être intéressant de suivre l'actualité de votre mutuelle sur ce volet.

→ ATTENTION

Lors du passage à la retraite, il est conseillé de souscrire un contrat individuel afin de continuer à bénéficier de votre mutuelle. Pour cela, rapprochez-vous de votre mutuelle.



SITE WEB

Mutuelle des fonctionnaires : mdf.nc
Mutuelle du commerce : mutuelleducommerce.nc
Mutuelle du Nickel : mutuellenickel.nc
Mutuelle des patentés et libéraux : mpl.nc



TÉLÉPHONE

Mutuelle des fonctionnaires : 27 28 21
Mutuelle du commerce : 41 08 00
Mutuelle du Nickel : 26 60 40
Mutuelle des patentés et libéraux : 28 15 97

➔ #29 | Ophthalmologue

PUBLIC

Les personnes présentant une pathologie aux yeux.

➔ LES CONSÉQUENCES DES TROUBLES DE LA VUE CHEZ LES SENIORS

Les troubles de la vue chez les seniors peuvent entraîner différentes complications :

- une difficulté à conduire ;
- un risque de chute accru ;
- une mobilité réduite ;
- la perte d'autonomie ;
- l'isolement social ;
- impossibilité de profiter de vos activités préférées (mots croisés, lecture...) ;
- l'anxiété et la dépression, conséquences des problèmes susmentionnés.

➔ LES PATHOLOGIES LES PLUS COURANTES

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) : elle est la principale cause de malvoyance, voire de cécité, chez les personnes âgées. Ce trouble de la vue chez les seniors touche la rétine et altère la vision centrale.

La blépharite : ce trouble de la vision chez les seniors, mais pas uniquement, se caractérise par une inflammation ou une infection de la paupière. Cette maladie peut entraîner les mêmes symptômes que les yeux secs. Bien qu'inconfortable, elle n'est généralement pas contagieuse et n'endommage pas la vision.

La cataracte : est un trouble de la vue dû à une opacification du cristallin. En France, 20 % des personnes âgées de 65 ans et plus en sont atteintes. Ce chiffre s'élève à 60 % chez les plus de 85 ans.

Le glaucome : deuxième cause de cécité chez les seniors, le glaucome regroupe en fait un ensemble de troubles de la vision. Cette maladie de l'œil détruit progressivement le nerf optique, jusqu'à la cécité, en l'absence de traitement approprié. Sa prévalence augmente avec l'âge, surtout après 40 ans. Ce trouble de la vue touche un senior de 70 ans sur dix.

Les problèmes de vision : certaines maladies peuvent aussi entraîner des troubles de la vue chez les seniors. La rétinopathie diabétique, par exemple, due à un diabète sucré, comme son nom l'indique, endommage les vaisseaux sanguins de la rétine.

➔ ATTENTION

Un contrôle annuel est donc nécessaire quel que soit l'âge afin de prévenir les troubles de la vue. Il est important d'informer l'ophtalmologue des traitements suivis par la personne âgée et des pathologies dont elle souffre, car ils peuvent avoir un lien avec les troubles de la vue.

➔ LIENS AVEC LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

L'ophtalmologue peut être amené à se mettre en lien avec le médecin traitant. Il est donc important de faire suivre le carnet de santé lors des rendez-vous chez un spécialiste.

➔ PROTHÈSES

Le renouvellement de lunettes peut générer des dépenses non prévues. Rapprochez-vous des services sociaux pour vous soutenir financièrement si nécessaire.

➔ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « MÉDECINS : OPHTALMOLOGIE ».

#30 | Orthophoniste

PUBLIC

L'orthophoniste intervient à tous les âges de la vie, auprès des enfants, des adultes et des personnes âgées.

→ SON RÔLE

L'orthophoniste est un professionnel paramédical. Son intervention a pour objectif d'améliorer ou de maintenir les capacités de communication à l'oral ou à l'écrit pour permettre à la personne de préserver une vie sociale et d'éviter l'isolement.

Il peut également proposer des exercices pour permettre à la personne de pouvoir continuer à s'alimenter en évitant les fausses routes.

→ POUR QUELLES PATHOLOGIES ?

L'orthophoniste peut intervenir pour aider les personnes souffrant de différents troubles :

- les troubles de la voix, les paralysies faciales, les troubles d'articulation ;
- les troubles de la déglutition ;
- les troubles des fonctions cognitives : mémoire, attention, concentration... ;
- les troubles de l'audition et la surdité ;
- les troubles neurologiques ou neurodégénératifs.

Ces difficultés peuvent être d'origine congénitale (autisme, retard de langage, troubles intellectuels), liées à des accidents vasculaires cérébraux (AVC), à des traumatismes crâniens, ou à des maladies neurologiques (maladie de Parkinson, sclérose en plaque, maladie d'Alzheimer et maladies apparentées...) ou survenir après des opérations des organes liés au langage, à la parole et à la déglutition.

→ COMMENT ÊTRE PRIS EN CHARGE ?

Pour obtenir un rendez-vous chez un orthophoniste, il faut une prescription médicale pour un bilan orthophonique d'un médecin généraliste ou d'un spécialiste : oto-rhino-laryngologiste (ORL), médecin spécialisé en médecine physique et réadaptation, gériatre, neurologue...

Au cours de ce bilan, l'orthophoniste fait passer des tests à la personne pour comprendre finement ses difficultés et voir sur quelles capacités pourra porter la rééducation.

→ LIENS AVEC LES AIDANTS

L'orthophoniste apporte un soutien à la personne et à ses aidants par des conseils appropriés. Par exemple, si la personne souffre de troubles de la déglutition, l'orthophoniste lui apprend, ainsi qu'à son entourage, les postures de sécurité afin d'éviter les fausses routes. Il peut aussi conseiller d'adapter l'alimentation : épaissir les liquides, proscrire les aliments qui risquent de s'éparpiller comme la semoule...

→ LIENS AVEC LES AUTRES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

L'orthophoniste intervient en complément du médecin traitant ou d'un spécialiste. Il peut également s'appuyer sur d'autres professionnels dans le cas de solutions alternatives de communication.

→ OÙ INTERVIENT-IL ?

L'orthophoniste intervient dans différentes structures : en libéral, dans les services et établissements accompagnant les enfants ou les adultes handicapés, dans les hôpitaux ou cliniques, dans les centres de rééducation.

→ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « ORTHOPHONISTES ».

➔ #31 | Oto-rhino-laryngologiste (ORL)

PUBLIC

Toute personne atteinte d'affections et d'anomalies de la « sphère ORL », à savoir :

- l'oreille (externe, moyenne et interne) ;
- le nez et les sinus ;
- la gorge et le cou (bouche, langue, larynx, trachée) ;
- les glandes salivaires.

➔ POURQUOI CONSULTER UN ORL ?

L'oto-rhino-laryngologiste (ou oto-rhino-laryngologue) intervient dans le traitement de nombreuses maladies. Il est important chez les personnes âgées de faire des bilans réguliers pour agir au plus tôt sur les effets du vieillissement.

Les plus fréquents sont :

- **les troubles de l'audition** : ils peuvent être de différentes natures et générer chez la personne âgée divers symptômes : plaintes relatives aux nuisances sonores du voisinage, au son élevé de la télé ou de la radio, nécessité de faire répéter pour comprendre les phrases, envie de crier pour être sûr que les autres vous entendent, sensation d'entendre des sifflements continus qui couvrent les autres sons... ;
- **les troubles de l'équilibre** : leur origine peut être de différentes natures (effets indésirables d'un médicament, troubles neurologiques, troubles musculaires...). Ces troubles peuvent également être liés à des problèmes d'oreille interne ;
- **les troubles de la déglutition** : ils touchent un grand nombre de personnes âgées et sont appelés plus couramment « fausse route » quand les aliments passent dans les voies respiratoires et provoquent un réflexe de toux. Les causes peuvent être variées : prothèses dentaires usées ou mal adaptées, modification de la salive, mycose... Il est fréquent qu'ils restent non diagnostiqués durant plusieurs années. Les personnes compensent alors cette gêne par une modification progressive de leur alimentation. Il ne faut donc pas minimiser les douleurs ou une gêne occasionnelle en avalant et consulter en prévention.

➔ PRÉVENTION DES TROUBLES

Il est important de prévoir un bilan ORL une fois par an par prévention. N'hésitez pas à questionner votre médecin sur des gênes même ponctuelles, car elles peuvent être des signaux d'alerte.

➔ LIENS AVEC LES AUTRES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Il est important que vos rendez-vous et suivis soient reportés dans votre carnet de santé afin que les autres spécialistes disposent des éléments sur votre santé et les traitements que vous suivez.

Selon les pathologies identifiées, l'ORL peut s'appuyer sur d'autres spécialistes comme l'orthophoniste, le chirurgien-dentiste, l'audioprothésiste, etc.

➔ LIENS AVEC LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

L'ophtalmologue peut être amené à se mettre en lien avec le médecin traitant. Il est donc important de faire suivre le carnet de santé lors des rendez-vous chez un spécialiste.

➔ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « MÉDECINS : OTO-RHINO-LARYNGOLOGIE ».

#32 | Personne de confiance

POUR QUOI FAIRE ?

Désigner une personne de confiance est le moyen d'être sûr, si un jour vous n'êtes plus en état de dire votre volonté, que vos souhaits seront respectés. Cette personne pourra soulager vos proches et parfois éviter des conflits familiaux. Sa mission ne concerne que votre santé. Elle ne devra pas exprimer ses propres souhaits ni convictions mais les vôtres et doit s'engager moralement vis-à-vis de vous à le faire.

→ QUI PEUT ÊTRE LA « PERSONNE DE CONFIANCE » ?

Toute personne majeure de votre entourage en qui vous avez confiance et qui est d'accord pour assumer cette mission peut l'être (conjoint, enfant, parent, ami, médecin traitant).

Elle doit être apte à comprendre et respecter les volontés énoncées dans une situation de fin de vie et mesurer la possible difficulté de sa tâche et la portée de son engagement.

Il est important qu'elle ait bien compris son rôle et donné son accord pour cette mission. Une personne peut refuser d'être votre personne de confiance.

→ À QUOI SERT-ELLE ?

La personne de confiance peut, si vous le souhaitez :

- vous soutenir dans votre cheminement personnel et vous aider dans vos décisions concernant votre santé ;
- assister aux consultations ou aux entretiens médicaux : elle vous assiste mais ne vous remplace pas ;
- prendre connaissance d'éléments de votre dossier médical en votre présence : elle n'aura pas accès à l'information en dehors de votre présence et ne devra pas divulguer des informations sans votre accord.

→ À SAVOIR

Si vous ne pouvez plus exprimer votre volonté, elle a une mission de référent auprès de l'équipe médicale. Elle n'aura pas la responsabilité de prendre des décisions concernant vos traitements mais témoignera sur vos souhaits, vos volontés et vos convictions.

La décision appartient au médecin et sera prise après avis d'un autre médecin et concertation avec l'équipe soignante.

→ SON RÔLE EN CAS D'INCAPACITÉ DE VOTRE PART

- la personne de confiance sera la personne consultée en priorité par l'équipe médicale lors de tout questionnement sur la mise en œuvre, la poursuite ou l'arrêt de traitements et recevra les informations nécessaires pour pouvoir exprimer ce que vous auriez souhaité ;
- elle sera votre porte-parole pour refléter de façon précise et fidèle vos souhaits et votre volonté, par exemple sur la poursuite, la limitation ou l'arrêt de traitements ;
- elle n'exprime pas ses propres souhaits mais rapporte les

vôtres. Son témoignage l'emportera sur tout autre témoignage (membres de la famille, proches.) ;

- si vous avez rédigé vos directives anticipées, elle les transmettra au médecin qui vous suit si vous les lui avez confiées ou bien elle indiquera où vous les avez rangées ou qui les détient ;
- la personne de confiance peut faire le lien avec votre famille ou vos proches, mais peut aussi affronter une contestation s'ils ne sont pas d'accord avec vos volontés.

→ QUAND LA DÉSIGNER ?

Vous pouvez la désigner à tout moment, que vous soyez en bonne santé, malade ou porteur d'un handicap, et rédiger avec elle vos directives anticipées (p. 63) afin qu'elle connaisse parfaitement vos souhaits et volontés pour le cas où vous seriez un jour hors d'état de vous exprimer.

→ COMMENT FAIRE ?

La désignation doit se faire par écrit : vous pouvez la faire sur papier libre, daté et signé, en précisant nom, prénom et coordonnées pour qu'elle soit joignable. Elle doit cosigner le document la désignant. Si vous avez des difficultés pour écrire, vous pouvez demander à deux personnes d'attester par écrit que cette désignation est bien votre volonté.

Vous pouvez changer d'avis et/ou de personne de confiance à tout moment en le précisant par écrit ou par oral devant deux témoins qui l'attesteront par écrit. Il est recommandé de prévenir votre précédente personne de confiance et les personnes qui détiennent son nom qu'elle n'a plus ce rôle et de détruire le document précédent.

→ COMMENT FAIRE CONNAÎTRE CE DOCUMENT ?

Il est recommandé que ce document soit intégré dans le dossier médical de votre médecin traitant et/ou celui de l'équipe soignante hospitalière si vous êtes en EHPAD ou dans tout autre lieu d'hébergement pour personnes âgées.

À terme, le nom de votre personne de confiance pourrait être inscrit sur votre carnet médical. Il est important également que les proches soient informés que vous avez choisi une personne de confiance et connaissent son nom et ses contacts.



SITE WEB

service-public.fr/particuliers/vosdroits/R40462



SOMMAIRE



INTRODUCTION



FAIRE FACE



MIEUX
COMPRENDRE



BIEN
S'ORIENTER



SUIVI DES DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES

➔ #33 | Pédicure-podologue

PUBLIC

Toute personne, quel que soit son âge.

➔ SON RÔLE

L'intervention du pédicure-podologue a pour objectif de traiter et de prévenir les lésions de la peau et des ongles du pied ainsi que les déformations du pied, pour limiter la douleur. Le pédicure-podologue tient compte, dans son exercice, des interactions avec le reste du corps, en particulier des interactions avec l'appareil locomoteur (chevilles, genoux, bassin, rachis).

➔ QUELLES INTERVENTIONS ?

- il réalise des soins de la peau et des ongles pour des affections du pied : durillons, cors, verrues plantaires, ongles incarnés, mycoses... ;
- il contribue à prévenir et traite des problèmes de pied liés à des pathologies telles que l'arthrose, le diabète, les lombalgies, les douleurs articulaires, la perte d'équilibre chez la personne âgée... ;
- il conçoit des orthèses. Ce sont des aides techniques réalisées sur mesure qui compensent une fonction déficiente. Les orthèses plantaires, aussi appelées semelles orthopédiques, permettent d'améliorer la marche et l'équilibre et compensent les conséquences de certaines malformations ;
- il rééduque le pied et l'équilibre après une intervention chirurgicale ;
- il joue un rôle de conseil, d'éducation et de prévention dans l'hygiène, le soin quotidien, le chaussage...

➔ COMMENT INTERVIENT-IL ?

Une consultation comporte trois étapes :

- le diagnostic : le pédicure-podologue recueille des informations puis effectue un examen afin de poser un diagnostic ;

- la définition d'un projet thérapeutique et la prescription : à partir du bilan diagnostic, le pédicure-podologue élabore un projet thérapeutique qu'il soumet à la personne pour obtenir son consentement. Il peut prescrire des médicaments à usage externe, des pansements, des prothèses et orthèses nécessaires au traitement des affections du pied ;
- la mise en œuvre du traitement intégrant au besoin la conception et la réalisation des prothèses et orthèses.

Le pédicure-podologue transmet également à la personne des conseils appropriés pour le suivi au domicile : surveillance quotidienne, hygiène, coupe d'ongles adaptée, gestes à éviter, choix du chaussage, mise en place d'orthèses...

➔ OÙ INTERVIENT-IL ?

Le pédicure-podologue intervient dans différents lieux : à son cabinet, en libéral, à domicile (pour les personnes n'ayant pas la possibilité de se déplacer), en établissement de santé (le service de gériatrie du CHS), en maison de retraite, dans des résidences pour personnes âgées, en EHPAD.

➔ AIDES FINANCIÈRES COMPLÉMENTAIRES

Pour les ménages à faibles revenus, des aides exceptionnelles peuvent être sollicitées. Rapprochez-vous des services sociaux de proximité pour plus de conseil.

➔ ATTENTION

Certains actes ne sont pas remboursés. Renseignez-vous auprès du professionnel ou du médecin traitant de la personne âgée.

➔ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « PODOLOGUES : PÉDICURES-PODOLOGUES ».

#34 | Psychologue

POUR QUOI FAIRE ?

Toute personne adulte ou enfant en situation de mal être ou non qui ressent un besoin de s'exprimer et d'être entendue.

→ SON RÔLE

Le psychologue, par son écoute, donne à toute personne l'occasion de s'exprimer et d'être entendue pour ce qu'elle est, sans qu'un jugement moral soit porté.

Contrairement à beaucoup d'idées reçues, le psychologue ne cherche pas à savoir « tout » de la personne qui vient le voir. Il écoute, ne cherche pas à vérifier, ne fait pas la leçon. Il n'est ni enquêteur ni enseignant. Il est juste là pour que cette personne puisse dire ce qu'elle veut, sans se sentir incomprise, sans se sentir gênée de ses pensées, de ses rêves, de tout ce que son imagination produit.

À la différence du médecin ou du psychiatre (qui est aussi médecin), le psychologue ne prescrit pas de médicaments. S'il considère que la personne qu'il reçoit a besoin d'un traitement, il lui suggère de prendre rendez-vous avec un médecin.

→ QUE FAIT-ON EN SÉANCE AVEC UN PSYCHOLOGUE ?

Dans le cas d'entretiens de soutien, la personne qui consulte parle de ce qui lui pose problème, comme elle veut, et dans les termes qui lui viennent à l'esprit. En aucun cas, le psychologue ne va contrôler ses paroles. Bien évidemment, aucun jugement de valeur n'est porté et la confidentialité des propos exprimés est parfaitement garantie.

Le fait de parler de certaines préoccupations aide les personnes à les envisager différemment et à mieux repérer ce qui se joue dans certaines situations. C'est l'expérience de tous. Parler à un professionnel de l'écoute soulage, permet d'y voir plus clair, de mieux comprendre ce que l'on est en train de vivre.

→ UN SOUTIEN PRÉCIEUX POUR L'AIDANT

Le psychologue, par son écoute bienveillante, va pouvoir soutenir l'aidant dans son vécu avec la personne aidée. L'aidant va pouvoir parler de ses préoccupations, de ses difficultés dans la relation avec son proche. Le psychologue peut aussi accompagner l'aidant dans la disparition progressive de l'être cher, étape appelée « deuil blanc ».

Il est un soutien majeur afin d'évacuer les tensions existantes entre aidant et aidé et d'éviter de basculer dans des situations de maltraitance psychologique.

→ OÙ RENCONTRER UN PSYCHOLOGUE ?

Les psychologues exercent dans différents lieux :

- à leur cabinet, en libéral : votre mutuelle peut prendre en charge des séances ;
- dans les permanences d'écoute psychologique au sein des maisons municipales de quartier, à la médiathèque de Kaméré ou au pôle de services publics de Rivière-Salée : ces permanences sont gratuites ;
- au Centre médico-psychologique pour adultes au centre-ville de Nouméa ;
- au Centre de gérontologie clinique du CHS pour les aidants de proches hospitalisés.

→ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « PSYCHOLOGUES ».



SITE WEB

province-sud.nc/demarches/permanences-d-ecoute-psychologique-peps



TÉLÉPHONE

20 44 60



ADRESSE

service de prévention et de promotion de la santé de la DPASS

➔ #35 | Psychomotricien

PUBLIC

Il travaille avec tous les âges de la vie ainsi que toutes les pathologies et les difficultés psychomotrices.

➔ QUELLE FORMATION A T-IL ?

Le psychomotricien est un professionnel du secteur paramédical. Il a une approche globale de la personne qui peut être éducative, rééducative ou thérapeutique.

➔ OÙ EXERCE T-IL ?

La plupart des psychomotriciens exercent en tant que salariés à l'hôpital ou dans des EHPAD (établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes). Le psychomotricien peut également travailler dans des services de soins à domicile, par exemple au sein d'équipes spécialisées dans la maladie d'Alzheimer à domicile. Il travaille en équipe avec des médecins, des kinésithérapeutes, des psychologues... Le psychomotricien intervient sur prescription médicale.

Il peut également animer, en prévention, des ateliers mémoire pour les personnes âgées dans divers lieux d'accueil (maison de retraite, résidence pour personnes âgées, lieu d'accueil de jour, etc.) ainsi que des ateliers équilibre par exemple.

➔ SON RÔLE

Le vieillissement est un bouleversement pour la personne. Il est d'autant plus marqué que les difficultés psychomotrices sont fréquentes chez la personne âgée : image du corps perturbée, perte des notions spatiales et temporelles, cognitives (problèmes de mémoire, d'attention, etc.), troubles du comportement, angoisse...

Son intervention auprès de la personne âgée permet de maintenir certaines capacités psychomotrices, de retarder l'aggravation de la dépendance, de prévenir les effets du vieillissement normal ou pathologique (lié à la maladie) et d'améliorer le bien-être au quotidien.

Il réalise un bilan psychomoteur pour établir les capacités conservées et les difficultés psychomotrices (troubles de la marche, troubles praxiques, troubles cognitifs, angoisse, altération des capacités de perception et représentation du corps, troubles sensoriels, troubles de la mémoire...)

➔ COMMENT INTERVIENT-IL AUPRÈS DE LA PERSONNE ÂGÉE ?

Son action passe par plusieurs techniques psychocorporelles dont :

- la relaxation, le toucher thérapeutique afin de détendre la personne, de diminuer les tensions physiques et psychiques, de mieux ressentir et percevoir son corps ;
- les techniques d'expression corporelle et plastique afin d'améliorer les qualités relationnelles, de stimuler la mémoire, la créativité, l'attention ainsi que la motricité globale et manuelle ;
- les activités de jeux d'équilibration et de coordination afin de prendre conscience des appuis, d'améliorer les capacités d'équilibration, de prévenir les chutes, de valoriser les possibilités motrices, de renforcer la confiance en ses capacités ;
- les ateliers de stimulation de la mémoire par le biais d'exercices ludiques, renforçant les capacités mnésiques, le langage, l'orientation spatio-temporelle...

Le psychomotricien peut intervenir en individuel ou au sein de groupes restreints. La durée et la fréquence des séances sont à définir lors du projet de soin de la personne en accord avec celle-ci.

➔ ANNUAIRE

Contacts des professionnels dans la rubrique « PSYCHOLOGUES : PSYCHOMOTRICIENS ».



Suivi des principales démarches administratives



LES DÉMARCHES	JANVIER	FÉVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
LOGEMENT	Aide au logement											
	Loyer											
	Renouvellement demande Maison de l'habitat											
ASSURANCES	Assurance logement											
	Assurance voiture											
	Assurance vie											
	Assurance obsèques											
IMPÔTS	Déclaration d'impôt											
	Impôt foncier											
RETRAITES ET ALLOCATIONS	CAFAT : DORA											
	CAFAT : certificat de vie											
	Complémentaire : certificat de vie											
	Minimum vieillesse : certificat de vie											
TRANSPORT	Entretien véhicule											
	Aide transport adapté											
	Carte de transports publics											
SANTÉ	AMC, ALM, CAFAT											
	Mutuelle											
	Assurance complémentaire											
	Plan d'accompagnement personnalisé											





NUMÉROS UTILES

SAMU

15

POMPIERS

18

POLICE
SECOURS

17

Avec le soutien de



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

20, rue du Général Gallieni

Tél : **27 07 86** / Fax : 27 07 72

Email : mairie.ccas@ville-noumea.nc

Web : noumea.nc/solidarites/seniors

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 7h30 à 16h



Ville de
NOUMÉA

noumea.nc  Nouméamaville