

## FICHE PRATIQUE VIE COURANTE

**Quelques suggestions de moyens pour être aidé dans la vie courante :**

### **1. Aide ménagère**

---

- s'adresser à la mairie pour connaître les services compétents.
- prise en charge partielle possible par votre caisse de Sécurité Sociale sur le fonds d'action sociale selon les ressources (CAVIMAC ou Sécurité Sociale).
- Prise en charge APA selon le degré de dépendance, à partir de 60 ans. Prendre contact avec l'assistante sociale du diocèse.
- complément apporté par la MIRL.

### **2. Femme de ménage**

---

Possibilité de s'adresser directement à une femme de ménage que l'on peut rétribuer avec un chèque emploi service, appelé maintenant CESU (Le demander à votre banque. Attention, aucune prise en charge possible par les caisses.)

### **3. Repas**

---

La santé dépend aussi de l'équilibre alimentaire.

Portage des repas : voir avec la mairie

Repas possible dans certaines résidences (se renseigner sur les conditions)

### **4. Télésurveillance (dispositif d'alarme à domicile)**

---

- il est parfois conseillé d'installer un système d'alarme qui, relié à un central appelle les secours en cas de chute, de malaise.
- renseignez-vous et si besoin contacter le service social.
- participation financière possible par la MIRL et les caisses complémentaires.

### **5. Transports urbains**

---

- TCL conditions particulières pour abonnement à partir de 55 ans si l'on ne paie pas d'impôt.
- SNCF : différentes réductions possibles, se renseigner à la SNCF
- OPTIBUS : pour les personnes ayant un handicap lié à une pathologie
  - o intervient sur le territoire du Grand Lyon
  - o Se renseigner au 04 37 25 24 24
  - o dossier soumis à une commission puis à examen médical

- Autres services pour personnes à mobilité réduite :
  - o il en existe dans différentes communes
  - o ou contacter des services de transport et accompagnement (renseignements, devis...)  
GIHP : groupement d'insertion des Personnes handicapées physiques : 04 37 72 30 30  
Ulysse : 04 78 54 13 16

## **6. Petite information sur le CESU**

---

CESU bancaire : Chèque Emploi Service Universel.

Il se demande à votre banque. Il permet le paiement : des tâches ménagères, des gardes malades, l'assistance informatique, les petits travaux de bricolage, l'assistance aux personnes dépendantes.

Il existe une réduction d'impôts correspondant à la moitié des frais. Donc, si vous êtes imposable, n'oubliez pas de noter les frais engagés sur votre déclaration de revenus.