

L'AAD pour soutenir à domicile

Besoin d'aide pour réorganiser la vie de votre foyer après un événement familial : Arrivée d'un enfant, recomposition familiale, déménagement, démarche d'insertion socio-professionnelle, maladie d'un enfant ou d'un parent, séparation, parent d'un enfant porteur de handicap... Une aide à domicile diplômée et qualifiée peut être sollicitée dans toutes les étapes de votre vie pour vous accompagner dans votre rôle de parent.

Comment en bénéficier ?

Contactez votre Caf ou un service d'aide à domicile proche de chez vous. Ces derniers procéderont à un diagnostic de votre situation et détermineront si un intervenant à domicile peut temporairement vous accompagner.

Un plan d'action adapté vous sera alors proposé : objectifs de l'intervention, nombre d'heures et durée de l'accompagnement

Combien coûte l'accompagnement par une aide à domicile ?

En partie prise en charge par la Caf, une participation financière (calculée sur la base de votre quotient familial) vous sera tout de même demandée. Celle-ci peut s'élever de 26 centimes à 11,88€ de l'heure en fonction de votre situation.

Pour plus d'informations sur cette aide, rapprochez-vous de votre Caf ou d'un service d'aide et d'accompagnement à domicile.

<https://www.caf.fr/allocataires/actualites/2021/l-aad-vous-soutenir-a-domicile>

La plateforme d'aide pour vos besoins numériques du quotidien



01 70 772 372
solidarite-numerique.fr



Service public + : pour les personnes en situation de handicap

La Caf vous propose des services adaptés si vous êtes en situation de handicap. Plus proche :

Vous êtes en situation de handicap, vous bénéficiez de services adaptés à votre situation personnelle.

Les allocations familiales vous proposent des services adaptés à vos besoins. Si vous êtes en situation de handicap, nous mettons tout en œuvre pour vous permettre l'accessibilité à nos services. Si vous êtes sourds ou malentendants vous pouvez bénéficier d'une visio-interprétation, l'interprète en langue des signes vous met alors en relation avec un agent de la Caf. Chaque mois, Vous êtes 1 300 personnes à utiliser ce service. Si vous êtes malvoyants, nous avons adapté l'espace mon compte caf.fr pour le rendre compatible avec vos lecteurs d'écrans utilisés pour vocaliser les contenus écrits.

Ainsi en 2019 La branche Famille a obtenu le label e accessible qui atteste de l'accessibilité de l'espace Mon Compte pour les personnes en situation de handicap.

Nous sommes là pour vous, et nous vous proposons des services adaptés quel que soit votre handicap !

Si vous souhaitez en savoir plus sur les services personnalisés pour les personnes en situation de handicap, rendez-vous dans notre espace dédié.

<https://www.caf.fr/allocataires/actualites/2021/service-public-vous-etes-en-situation-de-handicap>

Erreurs fréquentes : comment les éviter

L'Assurance retraite vous guide pour éviter toute erreur ou oubli dans vos déclarations.

L'Assurance retraite applique le droit à l'erreur. Mesure emblématique de la loi pour un État au service d'une société de confiance, ce droit vous permet de régulariser une erreur commise de bonne foi lors de vos déclarations, sans être sanctionné. L'objectif est de vous permettre de corriger votre dossier pour que vous perceviez les justes prestations auxquelles vous avez droit, mais aussi d'améliorer votre comportement futur.

Pour bénéficier du droit à l'erreur, plusieurs conditions doivent être réunies :

- Vous méconnaissiez la règle, c'était la première fois, ou une erreur matérielle s'est produite ;
- Vous régularisez votre situation de vous-même ou sur invitation de l'Assurance retraite à le faire, dans le délai que nous vous indiquons.

Pour l'Assurance retraite, l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa) et la retraite de réversion sont les principales prestations concernées par des erreurs ou des oublis.

Pour éviter toute erreur dans vos déclarations, consultez notre page dédiée. Retrouvez également sur www.oups.gouv.fr les erreurs les plus fréquentes pour toutes les administrations. Nous vous rappelons que tout assuré est susceptible de faire l'objet d'un contrôle. Consultez la brochure « Comment sont contrôlées mes prestations ? » pour en savoir plus sur vos droits et devoirs en cas de contrôle.

<https://www.lassuranceretraite.fr/portail-info/sites/pub/hors-menu/actualites-nationales/retraite/2019/erreurs-frequentes--comment-les.html>

Une maison pour que la parole des femmes se libère

Lauréat du budget participatif lancé par le Département en 2020, le projet de l'association Paroles de femmes Aude a été présenté au public, ce week-end du 27 et 28 novembre, à Fabrezan. Une maison de la parole, lieu d'écoute, de soutien et d'orientation pour les victimes de violences sous toutes ses formes.

"Mettre des mots sur les maux". Parce que la parole a parfois (souvent ?) du mal à se libérer, l'association Paroles de femmes Aude a lancé, en 2019, l'idée de création d'une maison où, sans tabou et dans la convivialité, les victimes de violences, sous toutes ses formes, pourraient se confier. Lauréat du budget participatif du Département en 2020, le projet, grâce notamment à la subvention de 30 000 € qu'il a reçue, a pu voir le jour. Ce week-end des 27 et 28 novembre, la Maison de la parole en terre d'Aude a ainsi présenté ses futures actions au public, avant une ouverture officielle au 15 janvier 2022.

Violences intrafamiliales, changements professionnels, vie de famille... sont autant de sujets que l'on pourra venir aborder. Jackie Montana, présidente de l'association l'a rappelé, lors du week-end inaugural, où les différents partenaires - Département, Région, communauté de communes du Lézignanais, mairie de Fabrezan... - étaient présents, notamment Hervé Baro, premier vice-président du Département et conseiller départemental du canton, ainsi que Valérie Dumontet, vice-présidente déléguée à la démocratie, la jeunesse et les relations internationales. L'idée est de *"libérer la parole, sans tabou et dans la convivialité, dans une philosophie de partage, écoute, bienveillance et entraide"*. La maison se veut ainsi être *"un sas de décompression pour les femmes en souffrance"*, mais aussi possiblement un lieu d'accueil pour des hommes et des adolescents qui seraient eux aussi victimes de violences sous toutes ses formes. *"Un lieu passerelle entre ces personnes et les institutions et associations habilitées à les prendre en charge"*, a détaillé Jackie Montana.

Ce *"lieu d'écoute et de partage intergénérationnel ouvert à tous"* fonctionnera grâce aux interventions bénévoles de certains membres de l'association qui exercent une profession en capacité d'écoute (psychologue, et.) et techniques de mieux-être (sophrologie, hypnose, réflexothérapie, etc.). Différentes actions seront également menées dans les murs de la Maison :

- Conférences, soirées à thèmes, débats
- Ateliers sociaux culturels et bien-être
- Soirées spectacles
- Point infos et accompagnement en fonction des demandes
- Groupes de paroles
- Pause douceur (autour d'un café et de gourmandises)

Avec une seule devise : "Bienveillance, écoute, partage".

Pour contacter l'association : paroledefemmes11@outlook.fr

Un numéro : 07 48 10 87 89

<https://www.aude.fr/actualites/une-maison-pour-que-la-parole-des-femmes-se-libere>



Colis gourmand *pour les seniors*

Compte tenu de l'épidémie du Covid 19, de l'incertitude de son évolution et des mesures sanitaires mises en place, cette année, il n'y aura pas de repas de Noël pour les seniors au Palais des Congrès.

Mais pour que vous puissiez passer ces fêtes dans les meilleures conditions, la Ville de Gruissan et le CCAS offrent à tous les seniors de 70 ans et plus un colis gourmand. (un colis par foyer).

La distribution se fera à partir du 14 décembre de 9h à 12h et de 14h à 17h, dans la cour, à l'arrière du palais des congrès.

- Le 14 décembre pour le quartier des Ayguades et des Chalets
- Le 15 décembre pour le village et port Rive droite
- Le 16 décembre pour les résidents de Mateille / Pech Maynaud et du port Rive gauche



Pensez à vous munir du justificatif de domicile et de la carte d'identité.

Venir avec le masque et respecter les gestes barrières.



Si vous n'êtes pas en mesure de vous déplacer merci de prendre contact avec le CCAS au 04 68 75 21 00

