

QUELQUES INFORMATIONS BONNES À SAVOIR EN CETTE PÉRIODE DE CONFINEMENT

En tant qu'acteur de l'information et de la coordination au service de l'ensemble des professionnels et structures qui contribuent au parcours des personnes âgées, l'association Gérontonomie se sent profondément concernée par l'épreuve que notre pays vit aujourd'hui et par l'impressionnant engagement des professionnels qui œuvrent sans relâche sur le terrain. Afin de poursuivre notre accompagnement durant cette période de confinement, nous vous proposons une synthèse des ressources et initiatives recensées pour soutenir les usagers et les professionnels :

1. INFORMATIONS TOUT PUBLIC (pages 1 à 4)

- Numéros et plateformes d'écoute et de soutien psychologique
- Actions solidaires (livraison de courses, visites à domicile, ...)
- Autres informations utiles, locales et nationales
- Les sites d'informations ressources
- Documents utiles pouvant être demandés par mail auprès de l'association Gérontonomie

2. SOUTIEN DÉDIÉ AUX PROFESSIONNELS (pages 5 à 6)

- Écoute et soutien psychologique
- Services et plateformes d'appui aux professionnels
- Autres informations utiles, locales et nationales

N'hésitez pas à partager avec nous vos initiatives, nous les relayerons sur notre site et notre page Linked'in.

1. INFORMATIONS TOUT PUBLIC

NUMÉROS ET PLATEFORMES DE SOUTIEN (écoute, soutien psychologique et actions solidaires)

STRUCTURE	CONTACT	HORAIRES	COÛT	SERVICES
LA CROIX ROUGE	09 70 28 30 00	7 jours / 7 De 8h à 20h	Gratuit	<ul style="list-style-type: none"> • Écoute par des bénévoles • Livraison de courses et médicaments
PETITS FRÈRES DES PAUVRES	0 800 47 47 88	7 jours / 7 De 15h à 20h	Gratuit	<ul style="list-style-type: none"> • Écoute par des bénévoles
Le CECPU	https://cecpu.uca.fr/	Prise de rdv via le site	Gratuit	<ul style="list-style-type: none"> • Liste de psychologues proposant des téléconsultations gratuites • Outils en ligne pour mieux vivre le confinement
COVIDÉCOUTE	https://covidecte.org/	Prendre rdv sur la plateforme	Gratuit	<ul style="list-style-type: none"> • Téléconsultations de soutien psychologique par des professionnels • Guides et ressources pour s'aider soi-même • Groupes de parole et de soutien en visioconférence
FRANCE ALZHEIMER 63	04 73 92 18 66	Prendre rdv par téléphone	Prix d'un appel local	<ul style="list-style-type: none"> • Écoute par des bénévoles • 3h de consultations gratuites par un psychologue • Groupes de paroles par visio-conférence • Outils d'animation de temps aidé et aidant • Ateliers de prévention par visio-conférence
FRANCE PARKINSON	01 45 20 98 96	9h30-12h30 / 14h-17h (Vend : 9h30- 12h30)	Prix d'un appel local	<ul style="list-style-type: none"> • Écoute des personnes en difficulté face à la maladie de parkinson • Informations sur les aides financières et les consultations psychologiques
Réseau BOOST	09 80 80 90 31	De 8h à 22h	Prix d'un appel local	<ul style="list-style-type: none"> • Séances de coaching dédiées aux proches aidants (exemple : réduire votre stress et mettre en place des actions de confort, situations d'aide vécues à distance comme un proche en institution ou à l'hôpital, décès)

STRUCTURE	INITIATIVES
SOLIDARITÉ NUMÉRIQUE	Plateforme d'aide dans les démarches numériques essentielles (accès aux droits, famille, travail, école, ...). Vous pouvez trouver les informations nécessaires sur le site Solidarité numérique et/ou être conseillé par téléphone au 01 70 772 372 (appel non surtaxé), du lundi au vendredi, de 9h à 18h.
PARLAPAPI	Service d'envoi de nouvelles entre petits-enfants et grands-parents . La famille envoie des photos chaque semaine via l'application Whatsapp, Parlapapi les imprime et les grands-parents les reçoivent dans leur boîte aux lettres dans une jolie enveloppe rouge. Dans le contexte actuel, pour lutter contre l'isolement renforcé par le confinement, ce service est gratuit, sans engagement ni coordonnées bancaires, pour un envoi d'une semaine sur l'autre de 4 photos, en France et à l'étranger. Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site en cliquant ICI .
PRIF, PRIM'ADAL ET HAPPYVISIO	Séances d'activités physiques gratuites en visio, de 30 minutes, 3 fois par semaine , les lundis, mercredi et vendredi, accessible à tous, et particulièrement adaptées aux personnes âgées. Les vidéos sont accessible en direct et en replay. Equilibre et renforcement musculaire sont au programme avec du petit matériel (petites bouteilles, paquets de pâtes, balais ou chaise ...). Alors, rendez-vous sur le site www.happyvisio.com et inscrivez-vous en entrant le code partenaire « ENSEMBLE ». Pour accéder à la notice d'utilisation cliquez ICI
SIEL BLEU	Séances d'activité physique adaptée à tous en vidéos , selon vos envies et capacités physiques (en famille, télé-travailleurs, pour tous, avec les plus fragiles, mangez équilibré...). Des fiches conseils pour les exercices sont également mises à votre disposition. Rendez-vous sur le site de Siel Bleu en cliquant ICI .
LA POSTE	Soutient les personnes âgées isolées, en rendant gratuit, son service de visites par le facteur «VEILLER SUR MES PARENTS». Pour bénéficier d'une visite par semaine réalisée par le facteur durant le confinement, composez le 0 800 000 011 (service et appel gratuit) . Plus d'infos en cliquant ICI .
L'AGIRC-ARRCO	Dispositif d'aide aux courses destiné à ses retraités de 70 ans et plus pour leur éviter d'avoir à sortir de chez eux et limiter au maximum les risques de contamination. En appelant le 0 971 090 971 (appel non surtaxé), une demande d'intervention est déclenchée auprès d'une association d'aide à la personne agréée par la caisse de retraite complémentaire du bénéficiaire
LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES	Fiches conseils pour les personnes souhaitant apporter leur aide aux personnes isolées et/ou à risques : « réaliser un entretien téléphonique de soutien » et « ravitaillement de produits essentiels ». Elles sont disponibles sur demande mail auprès de l'association Gérontonomie.
FRANCE PARKINSON	Plateforme Dopamine Care , recensant une multitude d'informations et ressources pour rompre l'ennui et l'isolement. Rendez-vous sur la plateforme en cliquant ICI .

- **L'ARS Auvergne-Rhône-Alpes :**
 - ✓ Vous propose en [cliquant ICI](#) un **test numérique** pour vous aiguiller sur la démarche à entreprendre en cas de symptômes (rester vigilant, réaliser une téléconsultation, contacter le 15,...)
 - ✓ Dédie un **espace aux personnes en situation de handicap** en [cliquant ICI](#). Un **téléconseiller** peut être contacté grâce à une lien présent dans cet espace, réservé aux personnes sourdes, malentendantes ou aveugles, en cas de question sur les informations officielles ou de symptômes légers. Pour rappel, en cas de forte fièvre ou de difficultés à respirer, composé le **114**, le numéro d'urgence pour les personnes sourdes ou malentendantes. **Une fiche recensant les ressources COVID-19 / Handicap** est également disponible en [cliquant ICI](#), ou sur demande à l'association.
 - ✓ Déploie l'opération **#RenfortsCovid**, à destination des professionnels de santé étudiants, en activité ou retraités. Dès aujourd'hui, **toute personne travaillant ou ayant travaillé dans le domaine de la santé** peut s'inscrire à **l'application mobile medGO** (via la plateforme www.renfort-covid.fr) pour venir en soutien des équipes en première ligne. Grâce à cette application, les établissements de santé et médico-sociaux pourront exprimer leurs besoins et avoir accès aux profils des volontaires inscrits, pour les mobiliser en renfort.
- **Attestation dérogatoire de déplacement numérique** : accessible en [cliquant ICI](#)
- **Centres médicaux dédiés aux COVID-19** : Le 31 mars à Clermont-Ferrand, un des 11 centres de prise en charge ambulatoire des patients susceptibles d'être porteur du COVIC-19 a ouvert ses portes. **Toute personne pensant présenter des symptômes de la maladie doit contacter son médecin traitant ou le 15**. Un premier échange téléphonique permettra de faire le point sur votre état de santé. Si ce dernier ne présente pas de signes de gravité, votre médecin préviendra le centre médical COVID-19 le plus proche de votre domicile afin d'organiser un rendez-vous, physique ou par visio-conférence, avec un des professionnels du centre. Le but de cette nouvelle organisation est de permettre la poursuite des autres consultations « habituelles » dans les cabinets traditionnels, sans risque de contamination. A Clermont-Ferrand, les professionnels se relaient pour proposer une prise en charge 7 jours sur 7 et 24h sur 24. Répartition des 12 centres sur le département et organigramme disponibles en [cliquant ICI](#).
- **Le groupe AFNOR** a réalisé **un cahier des charges pour la fabrication de masques barrières**. Ce document est maintenant référencé par une note interministérielle du 29 mars 2020 pour la fabrication de masques dits de catégorie 2. Sa vocation : faciliter l'équipement rapide de la population saine, apportant ainsi une défense complémentaire face au coronavirus. Accès à l'espace de téléchargement en [cliquant ICI](#). En raison d'un nombre important de téléchargement, l'outil n'est pas toujours simple d'accès. L'association Gérontonomie dispose du cahier et charge et du patron, à demander par mail si besoin. Une plateforme web est associé à ce cahier des charges, facilitant la mise en relations des producteurs et demandeur de masques ainsi conçus.
- **Le groupe de bénévoles « Makers visieresolidaire (63 15 43 63) contre le COVID19 » propose de réaliser gratuitement des visières de protection pour équiper les professionnels des établissements auvergnats**. Ils ont déjà réalisé un don auprès de l'EHPAD de Gerzat et sont à la recherche d'autres structures à équiper. Si vous êtes intéressés ou si vous souhaitez contribuer à cette initiative, rendez-vous sur leur page Facebook (accessible en cliquant sur le nom du groupe ci-dessus) ou, s'il ne vous est pas possible de passer par cette page, par mail à l'adresse suivante : jerome.carpene@gmail.com

- ✓ [Ministère des solidarités et de la santé](#)
- ✓ [Agence Régionale de Santé](#)
- ✓ [Conseil Départemental du Puy-de-Dôme](#)
 - Accueil téléphonique des **Maisons des Solidarités** maintenu, numéro de téléphone de la plus proche de chez vous en [Cliquant ICI](#).
 - [Accès en cliquant ICI](#) à la **médiathèque numérique** du Conseil Départemental avec des ressources d'animation pour les enfants durant le confinement
 - **Numéros gratuits d'alertes de violences familiales** : informations à retrouver [ICI](#).
 - Allô enfance en danger : **119**
 - Violence contre les femmes : **3919**
 - Permanence juridique du CIDFF63 au **04 73 25 63 95** ou par mail cidff63-creation@orange.fr (du lundi au vendredi de 9H00 à 17H00) pour toutes questions portant sur les **droits des femmes et de la famille ou éventuelles problématiques de violences**.
- ✓ [MDPH Puy-de-Dôme](#) (infos COVID-19 et accueil téléphonique maintenu : **04 73 74 51 20**)
- ✓ [Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie \(CNSA\)](#)
- ✓ [Santé Publique France](#)
- ✓ [Plateforme "Jeveuxaider.gouv.fr"](#) (mise en relation des volontaires avec les besoins)
- ✓ [COVIDIAB](#) (informations spécifiques aux personnes diabétiques)
- ✓ [France Parkinson](#) (informations spécifiques aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson)
- ✓ [Association Monalisa](#) (informations concernant la lutte contre l'isolement des aînés)
- ✓ [Société Française de Gériatrie et de Gérontologie](#)
- ✓ [Société française d'accompagnement et de soins palliatifs](#)
- ✓ [Plateforme Mieux traverser le deuil](#) (service d'écoutes aux endeuillés, transmission de cérémonie en direct...)

DOCUMENTS UTILES POUVANT ÊTRE DEMANDÉS PAR MAIL À L'ASSOCIATION

- ✓ Le listing des Services d'aide à domicile précisant pour chacun d'eux les interventions maintenues durant la crise.
- ✓ Le kit du voisin solidaire [à retrouver également sur le site des voisins solidaires [en cliquant ICI](#)]
- ✓ Attestation dérogatoire de déplacement simplifiée (personne handicapée)
- ✓ Traduction de l'affiche des gestes barrières (en anglais, serbe, portugais, roumain, russe, albanais, arabe, bulgare)
- ✓ Affiche des gestes barrières avec visuels
- ✓ Document de sensibilisation « Tout savoir sur le juste port du masque »

2. SOUTIEN DÉDIÉ AUX PROFESSIONNELS

ÉCOUTE, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE ET COACHING

STRUCTURE	NUMÉRO / SITE	HORAIRES	COÛT	SERVICES
PUMP COVID PSY 63	04 73 754 101 www.psy63.com	7 jours/7 De 9h à 20h	Gratuit	<ul style="list-style-type: none"> Psychologues proposant un soutien aux professionnels en difficultés (professionnelles ou retentissement personnel) et aux personnes en souffrance psychique repérées par des professionnels de santé et orientées par eux. Liste des psychologues réunis en réseau pour répondre aux besoins liés au COVID.
PSYCHOLOGUES SOLIDAIRES	www.psychologues-solidaires.fr	Formulaire en ligne	Gratuit	Téléconsultation de soutien psychologique et de prévention (sophrologie, hypnose, TCC, médiation,...)
ASSOCIATION SPS (Soins aux professionnels de Santé)	0 805 23 23 36 (et une appli mobile)	7 jours / 7 De 8h à 20h	Gratuit	Téléconsultations par des professionnels (psychologues, psychiatre, médecins généralistes)
EMCC France	la plateforme de l'EMCC France	Prendre Rdv	Gratuit	4 séances de coaching sont offertes (exemple : accompagner les dilemmes éthiques, simplifier vos actions et structurer les priorités, réguler les tensions relationnelles, prendre du recul,...)
EIPAS	06 37 89 50 13	Prendre rdv par téléphone	45 € (30€ si non imposable)	<ul style="list-style-type: none"> Téléconsultations de soutien psychologique Newsletter « Mieux vivre le confinement »

NUMÉROS ET PLATEFORMES D'APPUI AUX PROFESSIONNELS

- ❖ **Association Gérontonomie** : Le référent social de la mission CLIC, Nicolas BENIER, est à la disposition des professionnels intervenant auprès des personnes âgées et de leurs aidants, pour répondre à vos questions, vous accompagner dans l'analyse d'une situation problématique, ou simplement vous conseiller. Il est joignable au **06 59 35 37 88** ou par mail : nbenier.clic@gerontonomie.com
- ❖ **Le réseau de santé polyvalent Réso'63** propose, à tout professionnel, pour tous les publics, un appui à la coordination des aides et des soins, ponctuelle ou à moyen terme, pour les situations ressenties comme complexes. Cette plateforme est joignable au **04 73 709 709**.
- ❖ **L'association HANDEO** propose sur son site une multitude de **tutoriels vidéos, affiches et recommandations** pour accompagner les professionnels dans **l'adaptation de leurs pratiques face au COVID-19** (adaptation de l'intervention à domicile en cas de personne positive COVID-19, bien mettre et retirer ses équipements de protection, les bons réflexes et les gestes dangereux,...). Rendez-vous sur leur site en [cliquant ici](#).
- ❖ **L'Institut France Alzheimer** propose une série de conférences en ligne gratuites à destination des professionnels en lien avec des personnes atteintes de maladie d'Alzheimer ou d'une pathologie apparentée. L'un des enjeux majeurs de ces conférences est de prévenir l'épuisement émotionnel des professionnels. Inscription [ICI](#).
- ❖ **La Croix Rouge Française** a mis en place une **plateforme d'information et d'échanges de bonnes pratiques entre professionnels** : https://entraide.arbitryum.fr/users/sign_in
- ❖ **Le GAG** (Groupement des animateurs en Gérontologie) propose un **guide de l'animateur en période de confinement**, Plus d'information sur leur site en [cliquant ICI](#).

- [ARS Auvergne-Rhône-Alpes](#) : vous pouvez vous inscrire à des **formations gratuites** pour vous accompagner dans la prise en charge des patients COVID 19. [Cliquez ICI.](#)
- [La plateforme StopCOVID19.fr](#) est mise en place gratuitement par la société Mirakl avec le soutien du Ministère de l'Economie. Elle permet aux professionnels en première ligne (santé, agroalimentaire, grande distribution, transports..) de rentrer en contact et de **passer commande directement auprès des producteurs et distributeurs de produits de première nécessité** tels que le gel, les masques, les blouses et autres produits. La plateforme permet de fluidifier l'approvisionnement et de présenter de façon transparente les informations sur le prix et le produit. Pour accéder à la plateforme [cliquez ICI.](#)
- **Fonds de solidarité** : [Un décret](#) publié mardi 31 mars précise les modalités d'accès au fonds de solidarité par les entreprises, les associations et les personnes physiques (artistes-auteurs, travailleurs indépendants). Le montant maximal de l'aide est de 1 500 euros, au prorata de la perte de CA. Une aide complémentaire de 2 000 euros est accordée aux entreprises embauchant au moins un salarié qui se sont vu refuser une demande d'un prêt de trésorerie d'un « montant raisonnable » fait depuis le 1er mars 2020. **La demande doit être réalisée au plus tard le 30 avril, par voie dématérialisée, sur l'espace « particuliers » du site [impots.gouv.fr](#), par un message privé ayant pour objet : « Je demande l'aide aux entreprises fragilisées par l'épidémie Covid-19.**
- [Le CHRU de Lille](#) a lancé sa propre production de masques chirurgicaux pour lutter contre l'épidémie de Covid-19. Ce masque en tissu lavable et réutilisable, baptisé Garridou®, pourra bientôt être reproduit un peu partout en France. Les tests ont prouvé son efficacité en filtration particules 3µm dans les deux sens, donc contre le coronavirus. Le cahier des charges est disponible, après demande, sur le site [www.des-masques-en-nord.fr](#).

DOCUMENTS UTILES POUVANT ÊTRE DEMANDÉS PAR MAIL À L'ASSOCIATION

- ✓ Mémento ARS AURA_Gestion de l'épidémie à l'usage des ESMS, mis à jour au 21 avril 2020
- ✓ Recommandations habillage d'un patient/résident suspecté ou confirmé COVID 19 [CPIAS]
Retrouvez les documents ci-dessus et d'autres consignes sur le site de l'ARS AURA en [cliquant ICI](#)
- ✓ Recommandations pour prévenir la diffusion du virus, à destination des Aides à domicile [RéPias]
- ✓ Check-List de préparation à la prise en charge d'un ou plusieurs résidents/cas suspects ou confirmés de Covid-19 en EHPAD et autres ESMS [CPIAS]
- ✓ Convention de mise à disposition des personnels à remplir et vadémécum « Mobilisation des personnels dans le cadre de la lutte contre la propagation du virus covid-19 »
- ✓ Les droits et procédures prolongés par ordonnances du 25 mars [article *Le Média Social*]
- ✓ Document d'informations pour les employeurs et directeurs d'établissements ou services accueillant des personnes âgées et handicapées, sur la conduite à tenir envers les professionnels et publics (familles et personnes accueillies).
- ✓ Fiche établissements de santé du 31 mars 2020 : Consignes et recommandations concernant l'appui des établissements de santé aux établissements hébergeant des personnes âgées dépendantes [Ministère des solidarités et de la santé]