

Les actions de prévention

Divers ateliers sont organisés, et vous sont régulièrement proposés, notamment :

- Gymnastique adaptée
- Gymnastique adaptée et marche Nordique

En collaboration avec les EHPAD du territoire :

- Vélo cognitif
- Atelier toucher massage
- Réflexologie
- Atelier mémoire

Ainsi que des ateliers temporaires, réalisés en collaboration avec les caisses de retraite, associations ou partenaires diverses :

- Ateliers numériques
- Ateliers metiss'âges
- Santé vous bien au volant
- PEPS Eureka
- Le sens des arts

...

Tarif selon atelier, nous consulter.



*Le règlement de la cotisation annuelle
de 20€
donne accès à tous les services proposés*

[Agrément SAP200073740](#)

LE PAYS D'UZERCHE

Instance de Coordination de l'Autonomie

Vos contacts :

Cristel Bachelard
Elodie Poullain

10 place de la Liberation
19140 UZERCHE

Téléphone 05.55.73.26.53

mail : contact@paysduzerche.fr
site internet : www.paysduzerche.fr

*Réservé aux personnes de plus de 60
ans, et/ou en situation de handicap.*

L'ICA est un lieu **d'accueil, d'écoute, d'information et de coordination** pour les personnes en situation de handicap, les personnes de plus de 60 ans, leurs entourages et les professionnels du territoire.

Le point information

Nous vous renseignons sur les aides et services existants en faveur des personnes de plus de 60 ans, et/ou handicapées, ainsi que leurs familles.

Nous vous orientons vers les organismes et professionnels compétents.

Nous mettons à disposition de la documentation et des dossiers de demande d'aides, nous pouvons nous déplacer à votre domicile si vous le souhaitez.

Service gratuit

Le service de coordination, veille et alerte

Nous vous accompagnons dans la mise en œuvre du plan d'aide, et nous participons à son suivi en collaboration avec les acteurs de la prise en charge.

Service gratuit

L'aide aux aidants

Action portée par l'EHPAD de Lubersac, dans le but de mettre en place des actions à destination des aidants familiaux, afin de prévenir l'épuisement des aidants.

Le service Mandataire

Nous proposons un service qui sert d'intermédiaire entre le particulier employeur (personne âgées ou en situation de handicap) et le salarié.

Dans ce cadre, le particulier est employeur et assume toutes les responsabilités liées à l'emploi. Il donne mandat au service pour l'aider à recruter les salariés dont il a besoin.

Le service de l'ICA s'occupe des formalités administratives liées à cet emploi : déclarations de cotisations sociales et fiscales, contrats de travail, bulletins de salaires

Ce service ouvre accès à des avantages associés au statut de particuliers employeurs (réduction des charges patronales de sécurité sociale pour les personnes de plus de 70 ans, avantages fiscaux)

Frais de gestion : adhésion + 100€ pour les bénéficiaires APA, et 50€ pour les autres

Le service d'aide administrative

Nous vous accompagnons (au bureau ou à votre domicile) dans vos démarches administratives et nous pouvons vous aider à compléter des dossiers tels que : demande d'APA, demande d'aide à l'amélioration de l'habitat, demande de PCH, ACS ...

Service gratuit

Nous accompagnons les personnes n'utilisant pas le service mandataire, dans la rupture du contrat de travail avec votre assistant de vie.

TARIF FORFAITAIRE : 30€

Le service de transport à la carte par taxi

Nous pouvons prendre en charge 50 % du prix du transport par taxi pour vous rendre dans le périmètre du Pays d'Uzerche (sous conditions, limité à deux fois par mois).

Service avec cotisation annuelle

Voisineurs

C'est un réseau de solidarité intergénérationnel qui permet à des personnes isolées, géographiquement, ou socialement etc. de rompre la solitude, et ainsi créer du lien et surtout passer un moment convivial (discuter, lire le journal, se promener ...)

Les visites à domicile se font par des bénévoles, en fonction de leurs disponibilités.

Pour tous renseignements contactez nous.

Service gratuit

Point d'accompagnement Informatique

Atelier d'initiation où est proposé un accompagnement pour apprendre les bases nécessaires à l'utilisation de l'outil informatique, communiquer avec ses proches ...

Mettre l'informatique au service de l'autonomie.

Service gratuit

