

### REPONSES AU COVID 19 PERSONNES AGEES

 Informations régulières sur notre page Facebook : [CLIC SUD EST MARNAIS](#)

<b>COURSES – LIVRAISON/PROXIMITE</b>	
<b>BASSET - Primeurs</b> Christine : 06 42 96 65 13 VLF - FRIGNICOURT	Fruits et légumes à retirer sur Vitry ou livraison possible
<b>Boulangerie Saint Honoré</b> VLF	Livraison à domicile pour les + 60 ans 03 26 74 13 97 06 09 16 73 62
<b>Boulangerie CROC PAIN</b> VLF	
<b>CCAS de VLF</b> 03 26 72 43 43 <b>Ligne COVID 19 :</b> 06 07 10 94 53	<b>Critères :</b> personnes dépendantes de + 70 ans ou pathologies à risque → Paniers solidaires que pour les urgences pour les personnes qui n'ont pas d'autres solutions. → Livraison de paniers à 30 à → Marchés alimentaires itinérants (un primeur/un fromager) • <b>le Mercredi :</b> 09h00 : Haute-Borne, à l'entrée du quartier, près de l'arrêt de bus, rue De Klerk-Mandela ; 10h15 : Centre-ville, place de la halle ; 11h30 : le Hamois, parking du centre commercial ; 12h45 : Le Désert, rue Charles Simon, face à l'arrêt de bus devant l'hôpital ; • <b>le Vendredi :</b> 09h00 : la Fauverge, rue du Dispensaire: � l'angle de la rue des Tro�nes ; 10h15 : Bords de Marne, parking à côté de l'espace Lucien Herr, rue de la Couronne des Indes ; 11h30: Rome Saint-Charles, place centrale Lucie Aubrac ; 12h45: au bout de la rue de la Jouette, près du rond-point de la zone industrielle ; 14h00 : le Grand Parc, rue du Mont Sainte-Geneviève, près du square de la Pyramide.
<b>CORA</b> 03 25 06 55 68 SAINT DIZIER	+70 ans : livraison gratuite 20 articles de consommation courante, hors surgelés. Communes du CLIC concernées : Saint Eulien, Thiéblemont, Vauclerc.
<b>(La) Cuisine des voisines</b> Lili : 06 50 52 20 17 Catherine : 06 07 78 51 62 <a href="mailto:lacuisinedesvoisines@orange.fr">lacuisinedesvoisines@orange.fr</a>	Plats à commander par téléphone, sms ou mail. Livraison possible selon la demande
<b>Délais Drive</b>	7 jours Leclerc et 6 jours Super U
<b>Gu�rinot</b> Et <b>Froma'g�ard</b>	Livraisons de légumes, de fruits et de fromages 10 km autour de Vitry-le-François.

03 26 72 42 63 ou sur Facebook : La pomme de terre Guerinot.	
<b>MAXIMO</b> 0 800 29 28 27 (appel gratuit)	Livraisons de courses et commande par tel
<b>O MARCHÉ</b> 09 83 87 91 85	Préparation de paniers à venir chercher au magasin : Commande par téléphone de 9h30 à 12h30, caddie le lendemain à partir de 14h. Service proposé pour une commande de 40 € minimum, coût 4 €
<b>PICARD</b> 0 820 16 00 39 (0,12 €/min +prix d'un appel local)	Livraisons de courses et commande par tel
<b>SUPER U</b> 03 26 74 00 10	Coût de la livraison : 9,90 € en dessous de 150 €, gratuit au-dessus de 150 €
<b>THIRIET</b> 0 970 820 821 (prix d'un appel local)	Livraisons de courses et commande par tel
<b>TOUPARGEL</b> 30 40 (appel gratuit) St Memmie – 03 26 69 35 10 Saint Dizier - 03 25 05 26 69	Livraisons de courses et commande par tel

## PORTAGE DE REPAS

	<p><b>AAPA</b> : 03 26 72 21 21  <b>ADMR Les 3 Unions</b> : 03 26 72 53 61  <b>ADMR La champagne crayeuse</b> : 03 26 70 91 28 (Coole Soudé)  <b>Agglo de St Dizier</b> : 03 25 96 09 37 (com com St Dz : Maurupt etc.)  <b>Restaurant Le Petit Paris</b> : 03 26 72 61 95 : Ste Marie du Lac, Orconte, Larzicourt, Arrigny, et Isle sur Marne.  + <b>les Pôpiettes</b> (livraison de paniers prêts à cuisiner) :  www.popiettes.fr ou 06 03 32 41 63.  <i>(sous réserve : JMS traiteur : 03 26 41 32 39)</i></p>
--	---

## SERVICES D'AIDE A DOMICILE

Interventions sur le territoire du CLIC : arrondissement VLF	<p><b>AAPA</b> : 03 26 72 21 21  <b>ADHAP Services</b> : 03 26 26 30 30  <b>ADMR Les 3 Unions</b> : 03 26 72 53 61  <b>ADMR Coole Soude Marne</b> : 03 26 67 65 88  <b>AGE D'OR SERVICES</b> : 03 26 65 37 61  <b>AIDHOM</b> : 03 90 40 28 00  <b>AMAPA</b> : 03 26 65 92 92  <b>BIEN A LA MAISON</b> : 03 52 62 00 41  <b>FAMILLES RURALES</b> : 03 26 62 38 44  <b>PARTAGE TRAVAIL</b> : 03 26 74 71 55  <b>VITALLIANCE</b> : 03 26 46 35 94</p>
<i>Tarifs, territoire d'intervention : nous contacter</i>	

## PRISES EN CHARGE

<b>AGIRC ARRCO</b> 0 971 090 971	Jusqu'à 5 heures d'aide à domicile hebdomadaires pour les courses : pour les personnes de plus de 70 ans retraitées AGIRC Appeler le 0 971 090 971. Le service prestataire choisi prend contact avec la personne qui lui donne sa liste de courses et l'informe du moyen de paiement, les courses sont déposées devant la porte de la personne âgée. Ce dispositif est valable toutes les semaines durant le confinement.
-------------------------------------	---

<b>Caisses de retraite</b>	Selon autonomie et/ou critères de ressources
<b>Conseil départemental</b>	Consulter le CLIC pour une évaluation
<b>Mutuelle</b>	Selon contrat en sortie hospitalisation

## ISOLEMENT – SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

<b>Solitud'écoute</b> , 0 800 47 47 88	Si vous vous sentez seul, que vous ressentez <b>l'envie de parler</b> à quelqu'un ou que vous connaissez une personne en situation d'isolement De 15h à 20h 7/7
<b>Unis-cités</b> 06 01 33 31 85	Ok pour des <b>appels téléphoniques de convivialité</b> , sur Vitry le François et les environs
<b>Ville de VLF</b> 06.07.10.94.53	« <b>Point relais, écoute et renseignements</b> » (Contact COVID-19 Mairie de Vitry-le-François) • Numéro du contact COVID-19 : 06.07.10.94.53 • Horaires : 8h00 à 20h00 et 7 jours sur 7  <b>Soutien psychologique</b> aux personnes les plus fragiles : consultation téléphonique gratuite avec une psychologue pour les personnes les plus fragiles, orientées par le CCAS.
<b>Croix-Rouge chez vous</b> 09 70 28 30 00	En appelant le, disponible 7J/7 de 8h à 20h, les personnes en situation d'isolement social peuvent bénéficier d'une <b>écoute</b> et peuvent aussi commander des produits de première nécessité livrés par des volontaires de la Croix-Rouge
<b>Veiller sur mes parents</b> par La Poste 0800 000 011 (service gratuit + prix de l'appel)	Gratuité du service de <b>visite de lien social</b> réalisée par le facteur durant la crise sanitaire du COVID-19* Pendant toute la durée du confinement, une visite hebdomadaire de lien social est offerte à toutes les personnes qui souhaitent en bénéficier. Dans le cadre des visites au domicile des seniors, le facteur appliquera les mesures sanitaires pour protéger son client : port du masque de type chirurgical, usage de gel hydro alcoolique, respect des distances de protection. <a href="https://www.laposte.fr/particulier/veiller-sur-mes-parents">https://www.laposte.fr/particulier/veiller-sur-mes-parents</a>
<b>CAF et MSA</b> 03 26 69 49 42	Difficultés relationnelles : des médiateurs familiaux pour prévenir les conflits et difficultés relationnelles. Cette ligne est ouverte par la CAF et la MSA de 9 heures à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 heures au 03 26 69 49 42.

## SOUTIEN AUX AIDANTS

<b>Établissement Public de Santé Mentale (EPSM) de la Marne</b> à Châlons-en-Champagne 06 48 58 91 15 06 48 58 91 07	<b>Soutien au deuil</b> : Pour aider les personnels soignants et les familles endeuillées pendant l'épidémie de covid-19, une Cellule d'Urgence Médico-Psychologique a été lancée depuis le 23 mars dans le département de la Marne. Deux lignes téléphoniques sont ouvertes, du lundi au vendredi, de 9 à 17 heures.
L'association <b>Avec nos proches</b>	organise des <b>ateliers par téléphone</b> destinés aux aidants, gratuits et anonymes. Pour obtenir le numéro d'accès, envoyer un mail à <a href="mailto:ateliers@avecnosproches.com">ateliers@avecnosproches.com</a> . Jusqu'à huit aidants pourront échanger avec deux animateurs sur : - le confinement et la réglementation des déplacements ; - la protection des personnes à risque ; - l'arrêt de certains services d'aide pour leur proche, la recherche de services d'aide qui restent accessibles aujourd'hui ;

	<p>- l'interdiction des visites en établissement ;  - leur situation professionnelle...</p> <p>La ligne d'écoute de l'association reste par ailleurs ouverte <b>tous les jours de 8h à 22h, au 01 84 72 94 72.</b></p>
<p><b>ALLO Alzheimer</b>  0 970 818 806</p>	<p><b>Parler, être écouté</b>, connaître et comprendre la maladie d'Alzheimer</p>
<p><b>France PARKINSON</b>  07 83 36 50 92  comite51@franceparkinson.fr  www.franceparkinson.fr</p>	<p>Des <b>permanences téléphoniques</b> sont désormais assurées par le comité Marne de France Parkinson le mercredi de 9 à 12 heures  Possible de prendre rendez-vous par mail.  Plateforme : DOPAMINE.CARE : Bouger, se divertir, s'informer, ...  <a href="http://www.dopamine.care">www.dopamine.care</a></p>
<p><b>VIVE LES AIDANTS</b>  <a href="http://vivelesaidants.fr">http://vivelesaidants.fr</a></p>	<p><b>Activités</b> ludiques, bien-être, physiques et manuelles avec les aidants et les aidés.</p>

## DIVERS

<p><b>Téléassistance</b>  <b>Filien ADMR</b>  03.29.86.77.77 (composez le 1)</p>	<p>GRATUITE pendant le stade 3 de l'épidémie pour toute sortie d'hospitalisation  Par téléphone ou  <a href="https://www.filien.com/gratuite-de-la-teleassistance-filien-admr">https://www.filien.com/gratuite-de-la-teleassistance-filien-admr</a></p>
<p><b>Les autres téléassistances</b> maintiennent leur service et ont adapté leurs interventions pour continuer à fournir un service de qualité</p>	
<p><b>SIEL BLEU</b>   <a href="https://www.sielbleu.org/bouger-en-confinement">https://www.sielbleu.org/bouger-en-confinement</a></p>	<p><b>ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE</b>  <b>Activités gratuites</b> proposées par des professionnels diplômés :  1. <u>Des séances et exercices vidéos</u>  Notamment : des <b>exercices à faire avec les plus fragiles</b> pour les aider à rester autonomes et partager un bon moment ensemble  2. <u>Des séances d'activité physique en direct</u>  Rendez-vous chaque jour à 14h sur la page Facebook pour une séance d'activité physique. Les séances sont ensuite accessibles en replay.  3. <u>Des fiches exercices : niveau doux, 1 et 2</u>  A télécharger sur leur site ou à demander au CLIC</p>

## AIDES A DOMICILE EMPLOYEES PAR LES PERSONNES AGEES

**Masques** Pour les aides à domicile en CESU

Les structures d'aide à domicile sont livrées directement.

Arrondissement de Vitry le François

Distributions par le conseil départemental de masques pour les professionnels qui interviennent auprès des personnes de +70 ans ou bénéficiaires de l'APA ou PCH pour des actes ne pouvant être différés.

Justificatifs : contrat de travail + 12h + pas uniquement ménage

**Le mercredi 15 avril de 14h à 16h**

CSD Vitry le François

39 Avenue du Colonel – VLF

03 26 74 40 56

**Pour tous renseignements, les auxiliaires de vie à domicile peuvent contacter le numéro unique mis en place par le Département de la Marne : 03.26.69.51.51**

Côtes de Champagne et Val-de-Saulx 03 26 41 25 72.	Pour les auxiliaires de vie, en Chèque Emploi Service (CESU) chez des personnes âgées, dépendantes ou handicapées qui ne peuvent se passer d'aide.
Pharmacies	<i>Bientôt</i> : distribution de 3 masques par semaine CESU ( <a href="#">info 10/04/20</a> ) : Les salariés concernés recevront, en fin de semaine ou en début de semaine prochaine, un courrier ou un courriel accompagné d'une attestation du Cesu. Ils pourront ainsi retirer gratuitement un certain nombre de masques chirurgicaux en pharmacie.
<b>Blouses</b> Céline HANNEQUIN 06 72 94 27 31	Proposition à titre personnel de réalisation de blouses par des couturières à destination des intervenants chez les personnes âgées.