

MINI-CONFÉRENCES

9h30

Besoin d'aide pour vos démarches en ligne ?

Des services existent pour vous avec la France Services et la Maison Départementale de Proximité

10h30

Les aides pour le maintien à domicile avec le Conseil Départemental 31

Focus sur l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) : à qui s'adresse-t-elle ? Comment déposer une demande ?

- Évaluation du niveau de dépendance
- Traitement du dossier

Pour aller plus loin :

- Aide sociale
- Téléassistance
- Adaptation du logement

13h30

Diététique, alimentation

(avec Patricia PREFOL diététicienne)

Santé et énergie : découvrez les clés d'une alimentation équilibrée

14h30

Présentation du dépistage de la fragilité - Icope

(avec la CPTS du Lauragais)

- Qu'est ce que ce dépistage ? À qui s'adresse-t'il ? Comment se déroule-t'il ?

15h30

La santé mentale des aidants familiaux

(avec Concepción Ruano-Sichi, Coordinatrice du Contrat Local de Santé de la CC Aux Sources du Canal du Midi et formatrice en Premiers Secours Santé mentale)

Être aidant, c'est précieux... mais pas sans vous



PARTENAIRES

Droits - Démarches

France Services

Communauté de communes des Terres du Lauragais

2 avenue de Saint-Léon, 31560 Nailloux

05 34 66 91 64

Maison des Solidarités

MDS de Villefranche-de-Lauragais Conseil Départemental 31

69 Av. de la Fontasse, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 62 71 49 60

Maisons Départementales de Proximité

MDP - Conseil départemental 31

MDP Nailloux
2 Avenue de Saint Léon, 31560 Nailloux

05 62 71 63 55

MDP Caraman
23 Cours Alsace Lorraine, 31460 Caraman

05 62 71 63 57

MDP Lanta
3 rue de Crouzelys, 31570 Lanta

05 62 71 63 56

Territoire Zéro Non Recours

TZNR - Conseil Départemental 31

tznr@cd31.fr

CCAS Caraman

Centre Communal d'Action Social

19 cours Alsace-Lorraine, 31460 Caraman

05 62 18 81 60

Association Mieux Vivre chez Soi

Halle municipale, 31460 Vendine

06 64 22 09 74

CAF

Caisse d'Allocations Familiales

24 rue Riquet, 31 000 Toulouse

3230 (service gratuit + prix d'un appel)

Agence Conseil Retraite Agirc-Arrco de Toulouse

Caisse de Retraite Complémentaire AGIRC - ARRCO des Salariés du Privé

- Dossier de retraite Complémentaire
- Information sur votre future retraite
- Accueil à l'Agence de Toulouse sur RDV au 09 70 66 06 60 (appel non taxé) et sans rdv du lundi au vendredi

30 Bd Lazare Carnot, 31000 Toulouse

09 70 66 06 60

www.agirc-arrco.fr/mes-services-particuliers/

Prévention - Santé

CARSAT

Caisse d'assurance Retraite et Santé au Travail

2 Rue Georges Vivent, 31 100 Toulouse

https://www.lassuranceretraite.fr/

M2P

Midi-Pyrénées Prévention

panassie.lisa@mps.msa.fr

MSA

Mutualité Sociale Agricole

05 61 10 40 40

https://mps.msa.fr/lfp

CPAM et Parcours Proche Aidants

Centre de Prévention Assurance Maladie

3 Bd du Professeur Léopold Escande, 31000 Toulouse

3646 (service gratuit)

MonEspaceSanté

conseillers disponibles au 3222 (service gratuit + prix appel)

Ligne Ecoute Aidants

MND Occitanie

aidants@mnd-occitanie.fr

806 806 830

Contrat Local de Santé

Communauté de communes des Terres du Lauragais

73 avenue de la Fontasse, 31290 Villefranche-de-Lauragais

sabrina.serres@terres-du-lauragais.fr

06 69 42 85 63

Clinique Monié

Rte de Revel, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 62 71 39 09

CPTS du Lauragais

Communauté Professionnelle Territoriale de Santé du Lauragais

secretariat@cpts-lauragais.fr

06 26 85 97 34

https://www.cpts-lauragais.fr

Lunettes en tournée

Opticienne à domicile

julie@lunettesentournee.fr

07 64 05 82 11

Association Sages Adages

SSIAD, SAAD, l'ESA/ESMND, Service de Prévention de la Perte d'Autonomie, Haltes-Répît

14 cours Alsace Lorraine, 31460 Caraman

05.61.80.84.84

7 Avenue de Saint Léon, 31560 NAILLOUX

saadnailloux@asa-asso.com

Services d'Aide et d'Accompagnement à Domicile

SAAD

Bien vivre en Lauragais

18 r Edgar Quinet, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 34 66 12 18

Laurag'aide

5 place de Wallemont, 31460 Caraman

09 88 55 39 50

Services à domicile

7 Rue Emile Zola, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 61 54 64 87

Promaid

1 rue de la république, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 81 80 81 31

AMFPAD

134 rue de la république, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 34 45 06 20

Croix Rouge

Pl. de l'Ancienne Gendarmerie, 31290 Villefranche-de-Lauragais

05 81 97 51 61

SOLIHA Haute-Garonne

Solidaire pour l'Habitat

1 Place Mendès France, 31400 Toulouse

05 62 27 51 50

Association Française des Diabétiques

AFD

176 Av. Jean Rieux, 31500 Toulouse

05 34 51 26 97