

édition 2024

# GUID'INFOS

SENIORS



**SAINT  
PALAIS  
SUR-MER**

# ÉDITO

## La prise en compte globale des enjeux liés au vieillissement est un axe incontournable des politiques publiques.

À notre mesure, à Saint-Palais-sur-Mer, nous avons toujours veillé à ce que le « bien vivre ensemble » engage chacune de nos actions.

Or le développement constant des offres de service de notre territoire peut aussi, par sa diversité, nécessiter un accompagnement adapté.

En créant ce premier livret destiné aux séniors, j'espère, mes chers administrés, répondre à votre attente et contribuer à éclairer les questions que vous vous posez au quotidien.

Vieillir ne doit pas être vécu comme une punition mais comme une expérience magnifique !

### Claude BAUDIN

*Maire de Saint-Palais-sur-Mer*

*Vice-président de la Cara, chargé des transports et mobilité*

*Président du CCAS*



### Concierner pour co-construire.

Portés par notre engagement « Ville amie des aînés » (VADA), nous avons choisi d'adapter nos actions aux besoins exprimés par nos concitoyens.

S'il est considéré qu'un senior a plus de 50 ans, nous devons admettre qu'entre un sexagénaire en bonne santé encore en activité professionnelle et une personne de 90 ans parfois dépendante, les aspirations et les nécessités divergent. Nous avons donc veillé à consulter les différentes catégories d'âge « senior ».

Tous nos échanges, débats, questionnaires et ateliers participatifs, organisés durant une année, ont mobilisé plus de 180 de nos aînés, et ont abouti à la réalisation de ce livret.

Je remercie très chaleureusement nos collaborateurs seniors, nos partenaires VADA et professionnels du grand âge, notre presse locale, nos services à la communication, aux affaires sociales et aux aînés, tous mobilisés afin que les informations et thématiques présentées ici répondent le plus largement possible à vos attentes.

### Christine DEFAUT

*Elue déléguée aux affaires sociales et aux aînés*

*Vice-présidente du CCAS de Saint-Palais-sur-Mer*

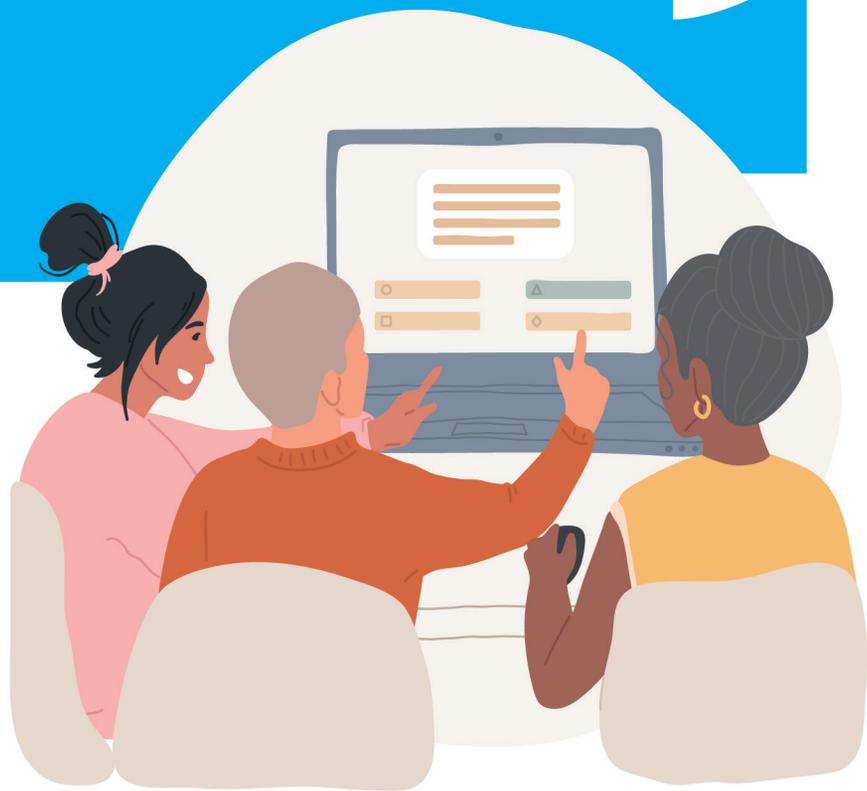




# SOMMAIRE

édition 2024  
**GUID'INFOS**  
SENIORS

• <b>1. JE M'INFORME SUR MA COMMUNE</b>	<b>5</b>
- 1.1. Votre mairie	6
- 1.2. Un site internet à votre service	8
- 1.3. Saint-Palais-sur-Mer s'engage pour ses aînés	9
• <b>2. JE ME FAIS AIDER</b>	<b>13</b>
- 2.1. Les organismes pouvant vous aider	14
- 2.2. Les autres aides possibles	17
• <b>3. JE PRENDS SOIN DE MA SANTÉ</b>	<b>23</b>
- 3.1. Hospitalisation	24
- 3.2. Pôle santé de Saint-Palais-sur-Mer	25
- 3.3. Cabinets médicaux et paramédicaux	26
- 3.4. Allo Garde	28
- 3.5. Doctolib	28
- 3.6. Pharmacie	29
• <b>4. JE ME LOGE</b>	<b>31</b>
- 4.1. Je me loge / j'adapte mon logement	32
- 4.2. Vieillir chez soi	33
• <b>5. JE ME DÉPLACE</b>	<b>35</b>
- 5.1. Se déplacer à Saint-Palais-sur-Mer	36
- 5.2. L'agence des mobilités à Royan	39
- 5.3. Aides aux déplacements de la Charente-Maritime	40
• <b>6. MES NUMÉROS UTILES</b>	<b>42</b>



# JE M'INFORME SUR MA COMMUNE

**1.1. Votre mairie**

**1.2. Un site internet à votre service**

**1.3. Saint-Palais-sur-Mer s'engage pour ses aînés**

# 1.1 VOTRE MAIRIE

*La mairie de Saint-Palais-sur-Mer est ouverte à la population pour répondre à ses besoins, attentes et renseigner les administrés. Située en plein centre-ville, elle est ouverte tous les jours sauf le week-end.*

## Mairie de Saint-Palais-sur-Mer

1 avenue de Courlay  
17420 SAINT-PALAIS-SUR-MER  
**05 46 23 56 56**  
[mairie@stpalaissurmer.fr](mailto:mairie@stpalaissurmer.fr)

*Horaires d'accueil de la mairie :*  
Du lundi au jeudi :  
9h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00  
Vendredi :  
9h00 – 12h30 / 13h30 – 16h30

---

• **Police municipale**  
5 rue Emile Grémeau, espace Le Spot  
**06 07 97 09 25 - 05 46 23 56 50**  
[pm@stpalaissurmer.fr](mailto:pm@stpalaissurmer.fr)

---

• **Culture**  
Centre Culturel Boris Vian :  
Médiathèque – Conservatoire  
28 avenue de Verdun  
**05 46 23 49 26**  
[centreculturel@stpalaissurmer.fr](mailto:centreculturel@stpalaissurmer.fr)

---

• **Etat-civil et cimetières**  
**05 46 23 56 56**  
[accueil@stpalaissurmer.fr](mailto:accueil@stpalaissurmer.fr)

---

• **Urbanisme**  
**05 46 23 56 79 - Horaires spécifiques**  
[urba@stpalaissurmer.fr](mailto:urba@stpalaissurmer.fr)

---

• **Services techniques**  
**05 46 23 00 66 - Horaires spécifiques**  
[st@stpalaissurmer.fr](mailto:st@stpalaissurmer.fr)

---

• **Service Événementiel – Vie locale**  
**05 46 23 56 85**  
[animation@stpalaissurmer.fr](mailto:animation@stpalaissurmer.fr)

## 1.1

## VOTRE MAIRIE



## Centre communal d'action sociale

(C.C.A.S)

*Au sein d'une commune, il existe un établissement public dont le rôle est de venir en aide aux personnes les plus fragiles : le CCAS.*

La mission centrale du CCAS est d'accueillir les concitoyens afin de les écouter, les informer et le cas échéant les orienter vers les partenaires ou organismes compétents.

Il intervient dans différents domaines (aides légales et facultatives) et auprès de divers publics (famille, personnes seules, personnes âgées, personnes handicapées...).

**1 avenue de Courlay, 17420 Saint-Palais-sur-Mer**

**05 46 23 56 53**

**ccas@stpalaissurmer.fr**

# 1.2 UN SITE INTERNET À VOTRE SERVICE

Le site internet de la ville centralise et actualise une grande partie des informations nécessaires à votre quotidien. Il est accessible 24/24 heures, 7/7 jours.

[www.stpalaisurmer.fr](http://www.stpalaisurmer.fr)

Vous trouverez les informations utiles en cliquant sur les rubriques ci-dessous situées en haut de page :

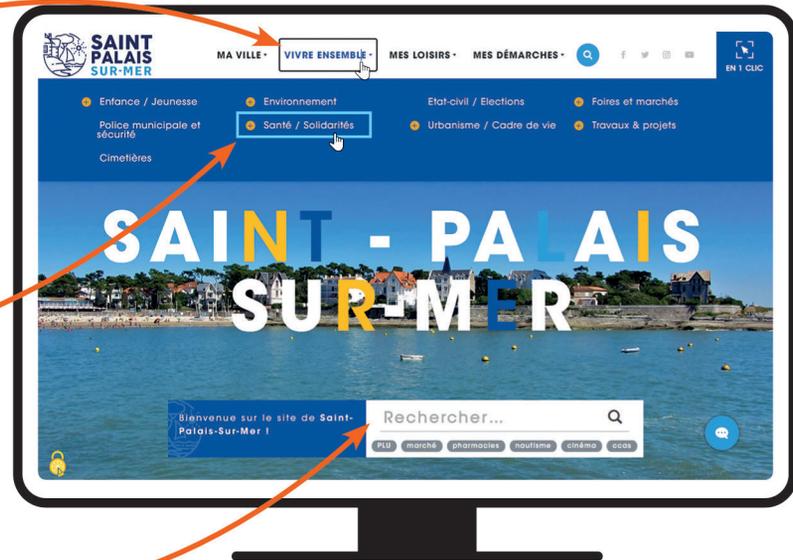
## • Etape 1

VIVRE ENSEMBLE ▾

## • Etape 2

+ Santé / Solidarités

Pour effectuer une recherche, il est également possible d'utiliser la **barre de recherche** en écrivant le mot clé :



## 1.3

# SAINT-PALAIS-SUR-MER S'ENGAGE POUR SES ÂÎNÉS

*Il est essentiel que les aînés disposent de services et de projets adaptés à leurs besoins et envies. C'est pourquoi la municipalité propose des actions spécifiques à leur intention, parmi lesquelles :*



## La démarche « Villes Amies des Aînés » (VADA)

*Saint-Palais-sur-Mer s'inscrit dans cette démarche et s'engage à prendre en compte l'expérience des habitants âgés pour améliorer leur qualité de vie au quotidien.*

À partir d'une concertation citoyenne, **l'objectif est d'adapter la ville aux besoins des aînés et de lutter contre l'isolement.** Ce Guide Senior, réalisé par la commune en concertation avec ses habitants, s'inscrit dans cette démarche.

Également, **une pastille « Senior »** a été conçue pour favoriser la visibilité des actions en faveur des aînés.





### Le repas des aînés

(+ 72 ans)

*Au début de chaque année, un repas est offert à l'intention des Saint-Palaisiens de plus de 72 ans.*

Inscription auprès du CCAS. Informations sur les modalités d'inscription dans le journal municipal *Reflet* qui précède le repas et sur le site internet de la ville.



### La gym douce

(+ 60 ans)

*Une activité physique adaptée et ludique est délivrée en cours collectifs.*

Activité tarifée sur inscription auprès du CCAS (places limitées) et animée par un prestataire extérieur.

**Tous les lundis matin**

**Dojo - maison des associations  
13 rue des Écoles  
17420 Saint-Palais-sur-Mer.**



### L'atelier mémoire

(+ 50 ans)

*Une activité ayant pour vocation de proposer aux seniors des séances d'entraînement et des activités destinées à stimuler la mémoire.*

Activité tarifée sur inscription auprès du CCAS (places limitées) animée par une personne dédiée.

**Tous les lundis après-midi à la maison des associations  
13 rue des Écoles,  
17420 Saint-Palais-sur-Mer.**

**Contact : Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)**

# 1.3

## SAINT-PALAIS-SUR-MER S'ENGAGE POUR SES AÎNÉS

### Le colis de fin d'année



Un panier garni est offert au mois de décembre à destination des personnes isolées et relevant des minima sociaux.

### La distribution des chocolats



Une boîte de chocolats est offerte et distribuée au mois de décembre pour les Saint-Palaisiens de **plus de 80 ans** qui se sont signalés auprès du CCAS.

### La semaine bleue

*Le CCAS participe à la semaine bleue.*

Semaine dédiée aux séniors avec des actions en lien avec les partenaires du territoire (thé dansant, atelier mémoire) et du pays royannais.

**Début octobre.**



LE  
SAVIEZ-  
VOUS ?

### L'annuaire des associations

Consulter l'annuaire des associations **pour connaître les activités et associations sur la commune :**

- sur le site internet de la ville : [www.stpalaisurmer.fr](http://www.stpalaisurmer.fr)
- à disposition dans le **hall de la mairie**

### Les délégués de quartier

Dans une volonté de concertation et afin de maintenir un lien étroit entre la population et les élus, la municipalité a organisé la commune en 6 quartiers avec, pour chacun d'eux, deux délégués de quartier bénévoles qui assurent un contact direct. Un précieux relais d'informations sur la vie municipale.

**Renseignements : en mairie**



# JE ME FAIS AIDER

## 2.1. Les organismes pouvant vous aider

- Le CCAS
- Le Département de la Charente-Maritime
- La CAF
- L'assurance maladie
- Les caisses de retraite et mutuelles
- Le point d'accès au droit de Royan

## 2.2. Les autres aides possibles

- L'aide et l'accompagnement à domicile
- Le portage de repas
- Les associations caritatives
- La boutique sociale et solidaire (Croix rouge)
- Ma commune, ma santé
- L'Heure Civique
- Les conseillers numériques

## 2.1

# LES ORGANISMES POUVANT VOUS AIDER



### Le Centre Communal d'Action Sociale

La mission centrale du centre communal d'action sociale est d'accueillir les concitoyens dans le besoin, afin de les écouter, les informer, les accompagner dans des démarches administratives et autres. Le cas échéant, le C.C.A.S peut également les orienter vers les partenaires sociaux et médico-sociaux ou organismes compétents.

**1 avenue de Courlay, 17420 Saint-Palais-sur-Mer**  
**05 46 23 56 53**



### Le Département de la Charente-Maritime

En tant que senior, vous pouvez être amené à contacter :

- La Délégation territoriale (accompagnement social global)
- Le Service autonomie (lié à la dépendance)

**05 46 06 48 48**

**charente-maritime.fr - Rubrique « Personnes Agées »**



### La CAF

La caisse des allocations familiales (CAF) dispense certaines aides comme l'aide personnalisée au logement (APL), l'allocation pour le logement à caractère social (ALS) et autres.

**Dans les locaux de Pôle Emploi, 7 rue de Port Royal 17200 Royan**



## L'assurance maladie

La caisse primaire d'assurance maladie est un organisme lié à la santé et exerçant une mission de service public en France.

**Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) de Royan**

**36 46**

**Site internet : <https://www.ameli.fr>**



## Les caisses de retraite et mutuelles

Les caisses de retraite et les mutuelles peuvent également attribuer des prestations individuelles (en fonction des règles propres à chaque institution ou contrat souscrit).

Exemples : aide-ménagère, garde à domicile, aide à l'amélioration de l'habitat, transport...

**Pour plus de renseignements,  
contactez votre caisse de retraite principale ou complémentaire  
et/ou votre mutuelle.**



## Point d'accès au droit

Dans les locaux du CCAS de Royan  
61 bis rue Paul Doumer, 17200 Royan  
06 34 78 67 00  
pointjusticeroyan@gmail.com

### Services ressources :

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CIDFF</b><br/>Informations juridiques<br/>et aide aux victimes</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Notaire</b></li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Médiation familiale</b><br/>EQUILIBRE</li> </ul>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Huissier</b></li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ADIL 17</b><br/>Droit au logement</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>UDAF 17</b><br/>Protection des majeurs</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Avocat</b><br/>Consultations généralistes</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Défenseur des droits :</b><br/>Droits des usagers des services<br/>publics, droits des enfants,<br/>lutte contre les discriminations,<br/>respect de la déontologie</li> </ul> |

## 2.2 LES AUTRES AIDES POSSIBLES



### L'aide et l'accompagnement à domicile

Le service d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD) permet à une population en perte d'autonomie de vivre mieux à son domicile grâce à l'action conjuguée des professionnels qualifiés du domaine social et une offre de prestations adaptées (aide à domicile et/ou auxiliaire de vie). Le CCAS de Royan et le Département de la Charente-Maritime sont vos interlocuteurs privilégiés.

**SAAD - CCAS de Royan - 61 bis Rue Paul Doumer, 17200 Royan**  
**05 46 38 66 53 - saad@mairie-royan.fr**

**Département de la Charente-Maritime**  
**05 46 06 48 48**  
**charente-maritime.fr > rubrique « Personnes âgées » > Rester à domicile**



### Le portage de repas

Sur notre territoire, le portage de repas est un service assuré par différents prestataires. Leur liste peut être communiquée par le Département de la Charente-Maritime, votre interlocuteur privilégié.

**Département de la Charente-Maritime**  
**05 46 06 48 48**  
**charente-maritime.fr > rubrique « Personnes âgées » > Rester à domicile**



### Croix rouge française

Accueil, conseils, écoute, aides (fiche de liaison obligatoire). Les mardis et mercredis de 10h à 13h au 117 bd Georges Clémenceau. Distributions les mercredis de 14h à 16h30.

Inscription le mardi précédent la distribution, de 10h à 12h.

**117 bd Georges Clémenceau 17200 Royan**

**05 46 06 67 89 et 06 07 38 27 88 / [ul.royan@croix-rouge.fr](mailto:ul.royan@croix-rouge.fr)**



### Secours populaire

Distributions et inscriptions tous les vendredis de 14h à 17h.

**Résidence les Explorateurs - Ilot François Fresneau**

**53 boulevard Franck Lamy 17200 Royan / 05 46 39 87 39**

**<https://www.secourspopulaire.fr>**



### Secours catholique

Café causette accueil des SDF, douche, lavage du linge.

Lundi, mercredi et vendredi de 9h à 12h.

Accueil des familles en difficulté. Ecoute, orientation, aides financières.

**12 rue d'Arsonval 17200 Royan / 06 37 39 22 30**

**[www.secours-catholique.org](http://www.secours-catholique.org)**



## Entraide protestante

Aides financières\* sur rendez-vous. Uniquement sur demande d'un travailleur social.

*\* Fiche de liaison obligatoire et facture*

**Temple Protestant, 17 rue Alsace Lorraine, 17200 Royan / 05 46 38 76 89**



## Banque alimentaire

Distributions les jeudi de 13h30 à 17h15

La première fois, venir avec la fiche de liaison d'un travailleur social.

**Immeuble «Les Figuiers»**

**Entrée 5, 72 bd de la Marne 17200 Royan / 06 61 63 05 90**

**claude.duche@free.fr**



## Restos du cœur

Distributions tous les mardis et vendredis de 12h30 à 16h30

Inscriptions sur rendez-vous tous les mardis de 9h30 à 11h30

Colis de dépannage possible le jour des distributions si fiche de liaison d'un travailleur social.

**Ancienne caserne des pompiers**

**115 boulevard Clémenceau 17200 Royan / 05 46 08 27 46**

**ad17.royan@restosducoeur.org**



## Boutique sociale et solidaire

CROIX ROUGE FRANÇAISE - VESTI-BOUTIQUE

Maison des associations, 13 rue des Écoles, 17420 Saint Palais sur Mer

Les mercredis de 10h à 12h / de 14h30 à 16h30 - 05 46 22 34 13

Dépôt des vêtements les lundis de 14h30 à 17h.



## « Ma Commune Ma Santé »

*Une solution santé mutualisée accessible à tous*

En s'inscrivant dans la démarche "Ma Commune Ma Santé", la ville de Saint-Palais-sur-Mer permet aux Saint-Palaisiens d'accéder à une offre de mutuelle santé à moindre coût et accessible à tous, sans questionnaire de santé ni conditions de revenus.

Ma Commune Ma Santé : 05 53 90 64 68

## « L'heure civique »



*Et si je donnais une heure par mois pour aider un voisin ?*

La commune de Saint-Palais-sur-Mer, avec le soutien du Département de la Charente-Maritime, adhère au dispositif "L'Heure Civique" initié par l'association "Voisins solidaires". Cette initiative vise à encourager les Saint-Palaisiens à offrir une heure par mois de leur temps pour une action de solidarité en faveur d'un voisin ou d'un habitant de leur commune.

Renseignements : CCAS - 05 46 23 56 53

Inscriptions : <https://saint-palais.lheurecivique.fr>



### • Le travail des seniors

En France, le taux d'emploi des seniors (de 55 à 64 ans) progresse depuis les années 2000 : de 32 % à 56,2 %. Afin de favoriser l'embauche et le maintien en emploi des seniors, plusieurs dispositifs et allocations peuvent être mobilisés. Les renseignements sur ces éléments sont sur le lien suivant :

<https://travail-emploi.gouv.fr/emploi-et-insertion/mesures-seniors/>

#### Pour tout renseignement :

DDETS - Direction départementale de l'emploi, du travail et des solidarités  
3 avenue Porte Dauphine, 17021 LA ROCHELLE Cedex 1 - 05 46 50 50 51

Renseignements droit du travail : 0 806 000 126



## Les conseillers numériques

### *Une aide gratuite à l'informatique*

Saint-Palais-sur-Mer et 6 communes de la presqu'île d'Arvert, associées au sein du groupement appelé « Coclic'O », proposent depuis 2021 un service gratuit d'accompagnement à l'usage des outils informatiques. Un conseiller numérique accueille toute personne rencontrant une difficulté dans l'utilisation de son ordinateur, son téléphone ou sa tablette, sur rendez-vous individuel.

**Franck Foulon : 06 35 39 37 49**

**franck.foulon@conseiller-numerique.fr**

**Lundi : de 9h à 12h30 / de 13h30 à 17h et vendredi de 9h à 12h30.**



# JE PRENDS SOIN DE MA SANTÉ

# 3.

- 3.1. Hospitalisation**
- 3.2. Pôle santé de Saint-Palais-sur-Mer**
- 3.3. Autres cabinets médicaux et paramédicaux à Saint-Palais-sur-Mer**
- 3.4. Allo Garde**
- 3.5. Doctolib**
- 3.6. Pharmacie**

## 3.1 HOSPITALISATION

*Pour rechercher un professionnel de santé (médecin, infirmière...) ou un établissement de santé (hôpital, clinique...), vous pouvez consulter l'annuaire santé de l'Assurance maladie sur le site [annuairesante.ameli.fr](http://annuairesante.ameli.fr)*



### Clinique Pasteur

222 avenue de Rochefort, 17200 Royan  
**05 46 22 22 22**



### Polyclinique de Saint-Georges de Didonne

3 bis bd de Lattre de Tassigny, 17110 Saint-Georges-de-Didonne  
**05 46 05 07 94**



### Centre hospitalier Royan Atlantique

20 avenue de Saint-Sordelin Plage, 17640 Vaux-sur-Mer  
**05 46 39 52 52**



- **Prise en charge des transports en lien avec des soins ou des examens**

Dans certaines situations, on peut avoir besoin d'un transport (VSL, taxi, ambulance) pour recevoir des soins, réaliser des examens ou pour rentrer chez soi après une hospitalisation.

L'Assurance maladie peut prendre en charge ces frais de transport de façon partielle ou totale sur prescription médicale du médecin, si l'état de santé de la personne le justifie et sous certaines conditions.

## 3.2

# LE PÔLE SANTÉ SIMONE VEIL DE SAINT-PALAIS-SUR-MER

*Afin d'optimiser l'offre de soins sur la commune, un pôle médical et paramédical est créé à l'arrière de l'hôtel de ville. Une localisation particulièrement pratique pour les Saint-Palaisiens.*



Le projet comprend deux bâtiments à vocation médicale ou paramédicale ; cet ensemble est enserré dans un environnement arboré en continuité avec celui entourant l'hôtel de ville.

**L'ouverture de ce pôle est prévue pour avril 2024.**

**Adresse : 4 rue de l'Église**



### Infirmières

- **ESTELLE GEORGE**  
**06 81 57 11 57**  
Salle Dominique Rocheteau  
12 rue des Ormeaux \*
- **ELISE LARDENOIS**  
**06 59 87 72 30**  
Salle Dominique Rocheteau  
12 rue des Ormeaux \*
- **SEVERINE BERGER**  
**05 17 82 44 51**  
12 rue du Logis Vert \*
- **HAMIDA SEBOUSSI**  
**05 17 82 44 51**  
12 rue du Logis Vert \*

### Médecins généralistes

- **JEAN-PHILIPPE BARBIER**  
**05 19 99 02 61** ou **Doctolib**  
28 avenue de Verdun  
(ancien hôtel de ville) \*
- **Delphine JULIEN-LABRUYERE**  
Pôle Santé
- **Virginie CAYOL-MILESI**  
Pôle Santé

### Médecin spécialiste ORL (Oto-rhino-laryngologie)

- **William FABRY**  
Pôle Santé

### Ostéopathes

- **Vivien FERRY**  
**06 49 52 58 56**  
2 rue du Logis Vert \*
- **Bertille PRIET**  
**07 83 62 73 52**  
21 rue du Logis Vert \*

### Pédicure podologue

- **Pierre OLIVE**  
**06 78 43 64 29**  
Pôle Santé

### Sage-femme

- **Audrey ROLLAND**  
**07 85 98 86 61** ou **Doctolib**  
Salle Dominique Rocheteau  
12 rue des Ormeaux \*

\* Adresse temporaire avant le déménagement au Pôle Santé en avril 2024.

## 3.3

# AUTRES CABINETS MÉDICAUX ET PARAMÉDICAUX À SAINT-PALAIS-SUR-MER

## Médecins généralistes

- **Philippe PESSIOT**  
**05 46 23 20 79**  
34 avenue de la République  
17420 Saint-Palais-sur-Mer
- **Christophe VANDAMME**  
**05 46 23 20 79**  
34 avenue de la République  
17420 Saint-Palais-sur-Mer

## Kinésithérapeute

- **Stéphanie YSEBAERT**  
**05 46 22 90 80**  
5 Place du Château d'Eau  
17420 Saint-Palais-sur-Mer

## Dentiste

- **Jean-Luc LAGRAVE**  
**05 46 23 12 55**  
11 Rue Henri Neaud  
17420 Saint-Palais-sur-Mer



## 3.4 ALLO GARDE ROYAN



*Urgences médicales - Service de permanence des soins - régulé par le centre 15.*

Uniquement sur rendez-vous.

**1 rue du Dr Paul Métadier, 17200 Royan**

**05 46 02 14 30**

Veillez appeler le soir à partir de 20h, le secrétariat vous proposera un rendez-vous dans la soirée, pour les urgences ou consultation non programmée uniquement, idem le samedi à partir de midi, le dimanche et les jours fériés à partir de 8h.

Tarifs conventionnels de la permanence de soins.

## 3.5 DOCTOLIB



*Trouvez rapidement un spécialiste près de chez vous et prenez rendez-vous gratuitement en ligne en quelques clics.*

[www.doctolib.fr](http://www.doctolib.fr)

## 3.6 LES PHARMACIES



### La pharmacie de Cordouan

Horaires d'ouverture :

Du lundi au samedi : 9h - 12h30, 14h30 - 19h30

24 avenue de la République, 17420 Saint-Palais-sur-Mer

05 46 23 11 51

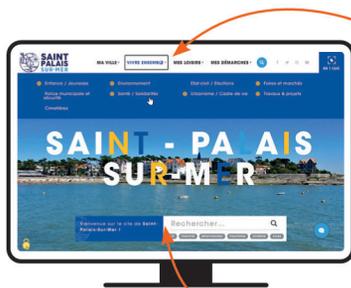
### Les pharmacies de garde

À partir de 13h30, contacter le commissariat de Police de Royan pour connaître la pharmacie de garde (tél : 05 46 39 40 10).

La liste des pharmacies de garde est également diffusée sur le site internet de la commune. Elle est actualisée tous les mois.

Vous pouvez trouver les informations dans la rubrique

« **VIVRE ENSEMBLE** > Santé > Pharmacies »



ou en notant « pharmacie » dans la barre de recherche :





# JE ME LOGE

# 4.

- 4.1. Je me loge, j'adapte mon logement**
- 4.2. Vieillir chez soi**

## 4.1

# JE ME LOGE, J'ADAPTE MON LOGEMENT

*Pour trouver un logement classique ou adapté à ses besoins, plusieurs possibilités s'offrent à vous :*

### Logement privé

Par agence ou de particulier à particulier. Démarches individuelles.

### Logement social

Pour prétendre à un logement social (sur critères), vous devez instruire votre demande sur le site : [www.demandedelogement17.fr](http://www.demandedelogement17.fr)

### Logement en établissement

En fonction de votre niveau de dépendance et votre nécessité à bénéficier d'un suivi médical, vous pouvez être accompagné(e) dans différents types d'hébergement pour personnes âgées.

**Informations à retrouver sur le site internet du Département de la Charente-Maritime :**

**<https://la.charente-maritime.fr/personnes-agees/trouver-un-hebergement>**

---

- **À Saint-Palais-sur-Mer**

MAISON DE RETRAITE, RÉSIDENCE DU LAC - ORPEA - **31 avenue de la Ganipote, 17420 Saint-Palais-sur-Mer**

**05 46 22 29 29**

**Renseignements : centre communal d'action sociale (CCAS)**

## 4.2 VIEILLIR CHEZ SOI

*Vous souhaitez rester à votre domicile le plus longtemps possible et dans un environnement adapté à votre situation ? Plusieurs aides (financières et/ou techniques) existent concernant l'adaptation et l'amélioration du logement pour préserver votre autonomie et améliorer votre qualité de vie.*



### Département de la Charente-Maritime

05 46 06 48 48  
charente-maritime.fr



### CARA Renov'

- Rénovation et adaptation de votre logement
  - Autonomie personnes âgées
- 05 46 22 19 36  
cararenov@agglo-royan.fr





# JE ME DEPLACE

**5.1. Se déplacer à Saint-Palais-sur-Mer**

**5.2. L'agence des mobilités à Royan**

**5.3. Aides aux déplacements de la Charente-Maritime**

## 5.1

# SE DÉPLACER À SAINT-PALAIS-SUR-MER

*Il est essentiel de pouvoir se déplacer sur la commune en toute sécurité et bénéficier d'une offre de transports adaptée. Les moyens de déplacements sur la commune :*



### À pied

Notre commune s'emploie à proposer un environnement propice à la promenade et aux déplacements de proximité.

L'obtention de la 3<sup>e</sup> fleur au label « Villes et Villages fleuris » témoigne de la volonté d'agréments notre cadre de vie.



### Le transport social

***Un service de transport à la personne est proposé par la mairie. Il permet aux personnes éligibles\* de pouvoir se déplacer pour effectuer certaines démarches.***

**\*Conditions :** L'accès à ce service est réservé aux personnes résidentes à l'année, isolées, autonomes et non imposables, après évaluation par l'équipe du CCAS.

Service sur inscription auprès du CCAS (places limitées).

**Tous les mardis et jeudis après-midi.**

**CCAS - 05 46 23 56 53**

## À vélo / Locations



- **« Cara'vel »**

C'est le service de location longue durée de vélos à assistance électrique de la CARA.

**Agence des mobilités :**

**0 810 810 977**

- **Commerces saint-palaisiens**

Plusieurs entreprises proposent de la location occasionnelle et saisonnière.

**Bureau d'information touristique de Saint-Palais-sur-Mer :**

**05 46 08 21 00**

## Pistes cyclables et Vélodyssée

- **Saint-Palais-sur-Mer est une destination vélo pour le plaisir de tous !**

De la simple balade en famille aux sorties organisées pour les plus affirmés, la commune dispose de circuits et pistes cyclables sécurisées. Saint-Palais-sur-Mer est également une étape de l'eurovéloroute n°1, la Vélodyssée.

La municipalité et la communauté d'agglomération royan atlantique (CARA) œuvrent à la mise en place de pistes cyclables pour une circulation harmonieuse et sécurisée.





## En transports en commun « Cara'bus »

*La communauté d'agglomération royan atlantique (Cara), via ses sous-traitants et son réseau de transport Cara'bus, assure la gestion du réseau des mobilités sur l'ensemble du pays royanais.*

Pour venir ou partir de Saint-Palais-sur-Mer :

**la ligne de bus « CARA'BUS » est la ligne 1.**

Elle dessert aussi les villes de Vaux-sur-Mer et Royan, toute l'année.

**Horaires et arrêts à retrouver :**

- Dans le hall de la mairie en libre-service (dépliant),
- Sur le site internet : [www.cara-bus.fr](http://www.cara-bus.fr) :

**<https://www.cara-bus.com/carabus/rechercher-un-horaire/par-ligne/1-st-palais-sur-mer-st-georges-de-didonne/>**

## Cara'fil, un service de substitution

- **Un service de substitution, « Cara'fil »**, composé d'un service de transport à la demande pour les personnes habitant dans une commune non desservie par « cara'bus » ou à plus de 500 mètres d'un arrêt de bus.  
**0 810 810 977** (Service 0,08 € /appel + prix appel)



## 5.2

# L'AGENCE DES MOBILITÉS DE ROYAN

*Une agence de mobilité a pour vocation de faciliter l'accès à tous les modes de déplacements, dont les transports collectifs, modes actifs et services de mobilité, pour tous les usagers d'un territoire : résidents, salariés, élèves, visiteurs, touristes...*



### Votre agence

7 place de la gare, 17200 Royan

☎ **810 810 977** (service 0,08 € / appel + prix appel)

**Horaires d'ouverture (hors jours fériés) :**

- du lundi au vendredi, de 8h à 12h et de 14h à 18h
- les premiers et derniers samedis du mois, de 9h à 12h

### Les services

- Création des cartes de bus
- Achat et renouvellement des Pass 10 voyages et de tous les abonnements (du Pass hebdo au Pass annuel)
- Information personnalisée sur l'offre de mobilité dans la CARA : « cara'bus », « cara'fil », « cara'vel », réseau régional...
- Réservation au service de substitution « cara'fil »

## 5.3

# AIDES AUX DÉPLACEMENTS DE LA CHARENTE-MARITIME

*Le Département de la Charente-Maritime propose différents dispositifs pour améliorer vos déplacements, parmi lesquels :*



## La carte mobilité inclusion « stationnement »

***La carte mobilité inclusion (CMI) a pour but de faciliter vos déplacements si vous êtes en perte d'autonomie.***

La CMI « stationnement » permet d'utiliser gratuitement toutes les places de stationnement ouvertes au public dédié.

Carte délivrée par la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).

Formulaire sur le site internet du Département

(<https://la.charente-maritime.fr>) et disponible également en mairie.

**Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).**

**Accueil physique :**

**61 rue de Jéricho. CS 50145 – 17005 La Rochelle Cedex 1.**

**Accueil téléphonique : 0 800 15 22 15 (n° vert)**



MDPH La Rochelle  
17 - Département  
Charente-  
Maritime





## La carte solidaire transport

**Faire la demande auprès du service social du Département :**

- par téléphone :  
**05 46 06 48 48**
- ou sur internet :  
**<https://transports.nouvelle-aquitaine.fr/Charente-maritime.fr>** > Rubrique « Personnes âgées »
- ou numéro cristal :  
**09 69 36 89 11** (appel non surtaxé)



## Le dispositif AGIRC-ARRCO « Sortir Plus »

**Faciliter les sorties de leur domicile aux personnes âgées de plus de 80 ans, véhiculées ou non, avec des accompagnateurs.**

- [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)



## Service de transport à la demande (TAD)

- Sur réservation au **09 70 87 08 70**.
- Service et appel gratuit au plus tard la veille du départ avant 17h (le vendredi à 17h pour le samedi et le lundi).
- **<https://transports.nouvelle-aquitaine.fr/>**

# 6.0 MES NUMÉROS UTILES

## Numéros d'urgences

### • HOPITAUX

- |  |                |
|--|----------------|
| - Centre hospitalier de Royan Atlantique   | 05 46 39 52 52 |
| - Clinique Pasteur                         | 05 46 22 22 22 |
| - Polyclinique de Saint-Georges-de-Didonne | 05 46 05 07 94 |

### • SAMU

- |   |                |
|---|----------------|
| - S.A.M.U. (Urgences graves uniquement)                     | 15 (ou 112)    |
| - S.A.M.U. Médecin la nuit, le week-end et les jours fériés | 05 46 27 55 20 |

### • POMPIERS

- |            |    |
|------------|----|
| - Pompiers | 18 |
|------------|----|

### • POLICE

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| - La police                                    | 17                               |
| - La police municipale de Saint-Palais-sur-Mer | 05 46 23 56 50<br>06 07 97 09 25 |

### • LUTTE CONTRE LES VIOLENCES

- |                              |      |
|------------------------------|------|
| - Allo enfance maltraitée    | 119  |
| - Violences au sein du foyer | 3919 |

### • DIVERS

- |                                 |                |
|---------------------------------|----------------|
| - Centre antipoison de Bordeaux | 05 56 96 40 80 |
|---------------------------------|----------------|

## Numéros spécifiques seniors

### • SENIORS

- |   |                |
|---|----------------|
| - Maltraitance des personnes âgées et handicapées   | 3977           |
| - Plateforme gérontologique Darcy-Brun<br>Plateforme téléphonique en faveur des aidants familiaux<br>Ecoute de nuit : 20h – 5h. | 05 16 84 31 72 |

## Numéros de prévention

- |  |                |
|--|----------------|
| • CeGIDD (Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic) Royan | 05 46 39 52 47 |
| • Allo Alzheimer   | 0 811 740 700  |
| • Ecoute alcool  | 0 980 980 930  |
| • Suicide Ecoute   | 01 45 39 40 00 |
| • Asthme et Allergies Info Service   | 0 800 19 20 21 |

## Numéros divers

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| • <b>Office de tourisme</b><br>- Renseignements touristiques, billetterie spectacles, wifi. boutiques... | 05 46 08 21 00                   |
| • <b>Salle Michel Legrand</b><br>- Cinéma<br>- Spectacles  | 06 23 33 09 78<br>05 46 08 21 00 |



**AGIT POUR  
SES AÎNÉS**



**GUID'INFOS SENIORS - SAINT-PALAIS-SUR-MER**

