



# GUIDE DES SÉNIORS

ÉDITION 2018



## Mon guide des séniors

### Informations personnelles

Nom : .....

Prénom : .....

Tél. : .....

Personne à prévenir à cas d'urgence : .....

.....

.....

### LE GUIDE DES SÉNIORS 2018 EST ÉDITÉ PAR LA MAIRIE DU 19<sup>e</sup> ARRONDISSEMENT

5-7 place Armand-Carrel, 75019 PARIS  
Tél : 01 44 52 29 19

**Directeur de la publication :** François Dagnaud

**Co-directeur.trice de publication :** Violette Baranda et Bruno Lapeyre

**Comité de rédaction :** Conseil des Anciens du 19<sup>e</sup>, Philippe Gadault, Thérèse Teyssedre et Sandra Carvalho

**Conception graphique :** KIBLIND Agence

**Crédits photo :** Mairie du 19<sup>e</sup>

**Impression :** Imprimerie de Compiègne - Groupe Morault | **Tirage :** 5000 exemplaires

# Édito



Nous avons le plaisir de vous présenter cette nouvelle édition du Guide des Séniors, actualisée et enrichie.

Élaboré avec le Conseil des Anciens du 19<sup>e</sup>, ce Guide a été conçu pour vous. Vous y trouverez toutes les réponses aux questions que vous vous posez. Vous y découvrirez aussi des informations utiles et des conseils pratiques au quotidien sur les services à votre disposition dans notre arrondissement : aides et soutien à domicile, santé, transports, logement et hébergement, restauration, entraide, loisirs...

Nous sommes reconnaissants à nos aîné.e.s de la contribution essentielle qu'ils apportent à la vitalité de notre arrondissement, en participant tous les jours à la vie et à l'animation de nos quartiers. Ils et elles sont un atout majeur pour le 19<sup>e</sup>.

C'est pourquoi, l'équipe municipale poursuit son engagement pour le bien être des séniors, en développant des aides et services nouveaux, en proposant des d'activités de loisirs innovants parmi lesquels Ciné Seniors, Net Seniors, bals des séniors, etc.

Nous voulons enfin rappeler ce que notre arrondissement doit à ses séniors et que nous devons leur rendre. C'est pourquoi nous veillons à concevoir et à aménager la Ville pour qu'elle réponde toujours mieux aux besoins de tous les âges de la vie.

Nous vous en souhaitons une très bonne lecture.



**Violette Baranda**  
Adjointe au Maire en charge des séniors et de l'intergénérationnel



**François Dagnaud**  
Maire du 19<sup>e</sup> arrondissement

## RENSEIGNEMENTS

p. 7 à p. 14

Tous les services sociaux, administratifs et juridiques.

## RESSOURCES

p. 15 à p. 20

Toutes les adresses qui pourront vous permettre de faire valoir vos droits.

## SOUTIEN CHEZ SOI

p. 21 à p. 30

Les informations sur les aides si vous souhaitez rester vivre à votre domicile, en cas de maladie ou de difficulté d'autonomie (ménage, repas à domicile, soins, etc.).

## URGENCES/SANTÉ

p. 31 à p. 38

Toutes les coordonnées utiles pour votre santé : un numéro d'ambulance, l'adresse d'une maison de santé, d'un.e médecin de garde, d'un dentiste, d'un hôpital, d'un.e clinique, etc.

## LOGEMENT/HEBERGEMENT

p. 39 à p. 50

Les informations sur les dispositifs d'hébergement et de logement pour répondre à votre situation ou celle d'un.e proche (residences/appartement, hébergement temporaire, etc.).

## LES TRANSPORTS

p. 51 à p. 56

Les dispositifs d'aide aux transports : transports en commun, transports d'urgence, accompagnement pour différentes tâches, pour les loisirs ou encore pour effectuer certaines activités en toute sécurité.

## LES ASSOCIATIONS D'ENTRAIDE

p. 57 à p. 62

Les associations en mesure d'apporter un soutien pratique ou psychologique aux malades, aux isolé.e.s et aux familles.

## LA VIE QUOTIDIENNE

p. 63 à p. 68

Chaque jour, de nouveaux problèmes peuvent survenir quand on est malade, âgé.e, sans moyen : comment se restaurer, se faire dépanner, aller chercher de l'argent en étant accompagné.e, trouver les numéros de téléphone nécessaires, etc.

## LES LOISIRS

p. 69 à p. 84

Dans le 19<sup>e</sup>, il existe de multiples façons de se distraire, de se cultiver, de faire du sport, ou encore d'aller se ressourcer dans la nature.

## LES CONSEILS PRATIQUES

p. 85 à p. 88

D'autres conseils... très utiles car même arrivé.e à un certain âge, on en a toujours besoin.

## ABRÉVIATIONS

p. 89 à p. 92

Déchiffrer sigles et abréviations sans avoir à les apprendre par cœur.

# LE CONSEIL DES ANCIENS DU 19<sup>e</sup>



Il s'agit d'une instance consultative de réflexion, d'échanges, de débats, de propositions et d'actions dans tous les domaines touchant à la vie de la cité.

**Les actions du Conseil des Anciens reposent sur 3 commissions :**

- Personnes âgées, mémoire collective, intergénérationnel ;
- Cadre de vie, espace public, transports, environnement ;
- Budgétaire.

Les membres participent à toutes les manifestations organisées par la Mairie du 19<sup>e</sup> (Semaine Bleue, Forum des Seniors, bals des séniors, Cérémonie de remise des dictionnaires...) et s'investissent au sein des Conseils de quartier.

Le Conseil des Anciens s'associe et participe aux actions de mémoire (réalisation du guide de la salle des mariages qui est remis aux jeunes marié.e.s, travaux de recherches pour l'apposition de plaques commémoratives).

**Nous remercions les membres du Conseil des Anciens qui ont contribué à la réalisation de ce guide.**



## Renseignements

Tous les services sociaux,  
administratifs et juridiques.



## Tous les services sociaux, administratifs et juridiques.

5-7 place Armand-Carrel  
75019 Paris

[www.mairie19.paris.fr](http://www.mairie19.paris.fr)  
Tél. : 01 44 52 29 19

Lundi, mardi, mercredi  
et vendredi de 8 h 30

à 17 h 00

Jeudi de 8 h 30 à 19 h 30

### SERVICES ADMINISTRATIFS DE LA MAIRIE DU 19<sup>e</sup>

#### SERVICE DE L'ÉTAT CIVIL :

Enregistrement des naissances, mariages, décès, livret de famille, changement de prénom, PACS, etc.

Samedi de 9 h 00 à 12 h 30 (permanence état-civil) exclusivement pour les déclarations de naissance et de décès.

#### SERVICE ACCUEIL ET FAMILLES :

Pôle information et orientation : renseignements, remise de documentation, prise de rendez-vous pour les permanences accueillies en Mairie...

#### ● Bon à savoir

#### ESPACE FACILITATION NUMÉRIQUE

un espace dédié situé à l'accueil de votre mairie vous permet d'être accompagné.e pour réaliser certaines démarches en ligne propres à la Ville de Paris : signalement dans ma rue, prise de rendez-vous logement ou stationnement résidentiel, compte Facil'Familles, cours municipaux d'adultes, encombrants... ●

**Pôle Familles** : demande de place en crèche municipale, inscription dans les écoles.

#### SERVICES ÉLECTIONS - AFFAIRES GÉNÉRALES :

**Pôle affaires générales** : délivrance d'attestations d'accueil, certificats d'hérédité, de célibat, de vie, recensement de la population, remise des dossiers d'allocation de solidarité aux personnes âgées...

**Pôle élections** : recensement et urbanisme : inscription sur les listes électorales, recensement militaire, affichage d'urbanisme...

## SERVICES ADMINISTRATIFS HORS LES MURS

### SERVICE CARTES D'IDENTITÉS, PASSEPORTS

14 rue Augustin-Thierry 75019 Paris  
Horaires identiques à ceux de la Mairie

Carte d'identité, passeport, il est nécessaire de prendre rendez-vous au ☎ 01 58 80 80 80 ou en ligne sur [www.paris.fr](http://www.paris.fr)

### SERVICES HÉBERGÉS EN MAIRIE DU 19<sup>e</sup>

#### JUSTICE - DROIT

Consultation juridique, permanences gratuites d'avocat.e.s le lundi et le mardi de 17 h 00 à 19 h 40

Prendre rendez-vous au Pôle Accueil de la Mairie le mardi à 9 h 00  
☎ 01 44 52 29 19

#### IMPÔTS

##### Permanences fiscales

(uniquement taxe foncière, d'habitation et d'ordures ménagères)

Tous les lundis de 14 h 00 à 15 h 00

Prendre rendez-vous au Pôle Accueil de la Mairie ☎ 01 44 52 29 19

#### MÉDIATEUR DE LA VILLE DE PARIS

Règlement de conflit à l'amiable et gratuitement de conflit avec les services de la Ville ou du Département de Paris uniquement.

Permanence de son représentant tous les mardis de 14 h 00 à 17 h 00  
Prendre rendez-vous au Pôle Accueil de la Mairie le mardi à 9 h 00  
☎ 01 44 52 29 19



## LES SERVICES PUBLICS

### MÉDIATEUR DE LA RÉPUBLIQUE

Le rôle du Médiateur de la République est d'aider les particulier.e.s à régler tout conflit qui les oppose à l'administration.

7 rue Saint Florentin 75008 Paris

☎ 01 55 04 83 00

### LE DÉFENSEUR DES DROITS

Traite les réclamations qui lui sont adressées en proposant des solutions adaptées et agit en faveur de l'égal accès aux droits pour tou.te.s.

☎ 09 69 39 00 00

Par courrier, sans affranchissement à : Défenseur des droits – Libre réponse 71120 75342 PARIS CEDEX 07

Par formulaire en ligne : 🌐 [www.defenseurdesdroits.fr](http://www.defenseurdesdroits.fr)

### TRIBUNAL D'INSTANCE DU 19<sup>e</sup>

**Immeuble Le Brabant**, 11 rue de Cambrai  
75019 Paris, Métro : Corentin Cariou

☎ 01 53 38 80 60 ou 66

### CONCILIATEUR

**Tribunal d'Instance** Immeuble Le Brabant, 11 rue de Cambrai  
75019 Paris, Métro : Corentin Cariou

☎ 01 53 38 80 60 /64 /84

Les lundis et mercredis à 9 h 30 sans rendez-vous

### MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES DE PARIS (MDPH 75)

69 rue de la Victoire 75009 Paris

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 17 h 00

☎ 01 53 32 39 39 @ [contact@mdph.paris.fr](mailto:contact@mdph.paris.fr)

🌐 [www.handicap.paris.fr](http://www.handicap.paris.fr)

## MAISON DES AÎNÉS ET DES AIDANTS (M2A)

126 quai de Jemmapes 75010 Paris

☎ 01 40 40 27 80 @ [casvp-m2A@paris.fr](mailto:casvp-m2A@paris.fr)

Lundi au vendredi de 9 h 00 à 19 h 00

**La M2A** informe et oriente les usager.e.s vers les structures et/ professionnel.le.s idoines. Elle appuie les professionnel.le.s dans la prise en charge d'une personne âgée : coordination entre les professionnel.le.s et/ou avec l'entourage, conseils sur l'accompagnement, évaluation géro-nto-psycho-sociale à domicile, suivi intensif dans les cas complexes.

- Accueil physique du lundi au vendredi de 9 h 00 à 17 h 30 (sur RV).
- Permanence juridique « Accès au droit » le mardi matin (sur RV)
- Permanence psychologique le vendredi après-midi (sur RV)
- Permanence France Alzheimer le mercredi après-midi (sur RV)



## CENTRE D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE DE PARIS (C.A.S.V.P.)

17 rue Meynadier 75019 Paris  
Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 17 h 00  
☎ 01 40 40 82 00

### Les aides au quotidien :

Conditions :

- habiter Paris depuis au moins 3 ans (certaines dérogations pour l'aide à domicile et les loisirs) ;
- être de nationalité française ou justifier d'un titre de séjour en France ;
- être âgé.e de 65 ans et plus (ou d'au moins 60 ans en cas d'incapacité au travail).

**Aides sociales :** Paris Solidarité, Paris Logement Personnes Agées et Personnes Handicapées, Complément Santé Paris, aides financières exceptionnelles, Allocation Personnalisée à l'Autonomie (A.P.A.).

**Vie quotidienne :** clubs, spectacles, excursions, vacances, université permanente, restaurants « Emeraude ».

**Prestations à domicile :** port des repas à domicile, coiffure, pédicure, télé-alarme, etc.

**Accueil** des personnes âgées en résidences

**Transports :** carte Navigo Emeraude Améthyste

**Inscription pour les Restaurants « Emeraude »**

*Plus d'informations sur les prestations du Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris sur [paris.fr](http://paris.fr) [www.paris.fr/aides](http://www.paris.fr/aides)*

## SERVICE SOCIAL POLYVALENT (C.A.S.V.P.)

5 rue du Pré-Saint-Gervais 75019 Paris ☎ 01 40 40 61 40

17 rue Meynadier 75019 Paris ☎ 01 40 40 83 25

Lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h 00

Assure l'accueil, l'information, l'orientation et le suivi social d'une partie de la population du 19<sup>e</sup>, en fonction du lieu d'habitation.

## POINT D'ACCÈS AU DROIT

53 rue Compans, Escalier 48 75019 Paris

☎ 01 53 38 62 30 @ [pad19.courriel@gmail.com](mailto:pad19.courriel@gmail.com)

Permanences sur rendez-vous. Consultations gratuites et anonymes.

Lundi et vendredi de 13 h 00 à 17 h 30

Mardi et mercredi de 9 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 30

Jeudi de 9 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 19 h 00

- Informations sur les prestations sociales.
- Écrivains publics et aide aux démarches administratives.
- Droits des locataires et des propriétaires, droit de la consommation et du surendettement.

## CONSULTANT EN ACCÈS AU DROIT

### Accueil au C.A.S.V.P.

17 rue Meynadier

☎ 01 40 40 82 00

5 rue du Pré-Saint-Gervais

☎ 01 40 40 61 40

Prendre rendez-vous pour toutes questions juridiques.

## MAISON DE LA JUSTICE ET DU DROIT PARIS NORD-EST

15/17 rue du Buisson Saint Louis 75010 Paris

☎ 01 53 38 62 80

Lundi au vendredi de 9 h 00 à 17 h 00 (sur rendez-vous)

- Informations juridiques dans divers domaines :

Droits de la famille, du logement, de la consommation, bancaire, des étrangers, du travail, de l'aide aux victimes, de la discrimination raciale, des majeurs vulnérables.

- Règlement amiable des litiges civils par le.la délégué.e du Défenseur des droits et conciliateur de Justice.

Les permanences juridiques sont gratuites et anonymes.

## POINT D'INFORMATION MÉDIATION MULTI SERVICES PIMMS

3 bis rue Jacques-Kablé 75018 Paris

☎ 01 40 38 64 65 @ paris-nord-est@pimms.org

Lundi de 14 h 00 à 17 h 30

Mardi, mercredi, jeudi de 9 h 00 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 30

Vendredi de 9 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 00

Lieu d'accueil gratuit et sans rendez-vous pour faciliter l'accès des parisiens aux services publics (aide à compléter vos dossiers et formulaires administratifs, etc.).

## SERVICES FUNÉRAIRES (VILLE DE PARIS)

### Déléataire officiel de la Ville de Paris

- Information sur la souscription à un contrat obsèques :
- Organisation des obsèques.

2/12 rue de Bellevue 75019 Paris

☎ 01 53 38 16 26 @ contact@servicesfuneraires.fr



## Ressources

Toutes les adresses qui pourront vous permettre de faire valoir vos droits



Toutes les adresses qui pourront vous permettre de faire valoir vos droits (A.P.A., C.N.A.V., retraites complémentaires, allocations logement, etc.)

- Bon à savoir

### ALLOCATION PERSONNALISÉE AUTONOMIE (APA)

L'APA est une prestation versée par le Département de Paris et destinée aux parisiens âgés de 60 ans et plus. Elle permet de compenser la perte d'autonomie en facilitant le maintien à domicile ou en payant une partie du forfait dépendance en maison de retraite.

Si l'envoi du formulaire papier est toujours possible, les demandeurs et leurs proches peuvent désormais se connecter à « Mon compte » sur [paris.fr](http://paris.fr), qui permet aux usagers parisiens d'accéder à tous les services numériques de la Ville avec un seul identifiant et mot de passe. Ils se verront proposer un test d'éligibilité afin de vérifier s'ils remplissent l'ensemble des conditions pour bénéficier de l'APA. Si la réponse est positive, ils pourront remplir une demande en ligne et envoyer, toujours par voie numérique, les documents dont le nombre a diminué ; La constitution et l'envoi du dossier est ainsi facilité pour l'utilisateur et son traitement gagne en rapidité et en efficacité.



## CAISSE NATIONALE D'ASSURANCE VIEILLESSE (C.N.A.V.) POINT D'ACCUEIL RETRAITE

21 rue des Ardennes 75019 Paris

☎ 0 800 94 13 40

Bureaux ouverts du lundi au vendredi  
8 h 00 à 12 h 00 et 13 h 30 à 17 h 00

Prendre un rendez-vous pour la constitution des dossiers : retraite, réversion, ASPA (Allocation Solidarité Personnes Agées), etc.

## CICAS PARIS CENTRE EST (CENTRE D'INFORMATION DE COORDINATION ET D'ACTION SOCIALE)

15/17 rue de Chabrol 75010 Paris

☎ 0 820 200 189

Bureaux ouverts du lundi au vendredi  
9 h 00 à 12 h 00 et 13 h 30 à 16 h 30

- Aide à la constitution des dossiers de retraite complémentaires des salarié.e.s.
- Retraite de réversion.

Prendre rendez vous pour : retraite complémentaire des salarié.e.s, régimes de retraite A.R.R.C.O., A.G.I.R.C., I.R.C.A.N.T.E.C.

## CENTRE D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE DE PARIS (C.A.S.V.P.) – SERVICE SOCIAL POLYVALENT (S.S.P.)

Paris Solidarité, Paris Logement Personnes Agées et Personnes Handicapées, Complément Santé Paris, aides exceptionnelles.

17 rue Meynadier

☎ 01 40 40 82 00

et 5 rue du Pré-Saint-Gervais

☎ 01 40 40 61 40

## CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (C.A.F.)

Centre de Gestion Laumière

67 avenue Jean-Jaurès 75019 Paris

☎ 0 810 25 75 10 @ [www.paris.caf.fr](http://www.paris.caf.fr)

Du lundi au vendredi 8 h 30 à 16 h 00

Mercredi uniquement sur rendez-vous

- Allocation Logement Social (A.L.S.) versée à l'allocataire.
- Aide Personnalisée au Logement (A.P.L.) versée au bailleur.

Se renseigner pour connaître les conditions d'attribution (en fonction des ressources et de la superficie du logement).

## PERMANENCES D'ACTION SOCIALE C.A.F.

28 rue de Tanger 75019 Paris

☎ 01 44 89 61 70

23 rue du Docteur Potain 75019 Paris

☎ 01 53 38 64 30

Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 et 13 h 30 à 17 h 30

Adresse où il faut envoyer toutes les feuilles sécurité sociale : maladie, soins...

Assurance Maladie de Paris

CS 30001 - 75467 PARIS CEDEX 10

## CENTRES DE LA SÉCURITÉ SOCIALE DU 19<sup>e</sup> (CPAM)

Les centres sont ouverts du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h 00

☎ 36 46

**Centre Buttes-Chaumont** : 19 rue de Crimée 75019 Paris

**Centre Flandre** : 74 bis rue Archereau 75019 Paris

🌐 [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

## ACCUEIL À DOMICILE (C.P.A.M.)

21 rue Georges-Auric 75019 Paris ☎ 01 44 84 29 40

La maladie ou un accident vous empêche totalement de vous déplacer, pour vous renseigner sur vos droits, pour constituer et recueillir vos dossiers en vue de leurs règlements, l'Assurance Maladie peut exceptionnellement se rendre chez vous.

Prendre rendez-vous par téléphone au numéro indiqué ci-dessus.

## ALLOCATION PERSONNALISÉE D'AUTONOMIE (A. P. A.)

Centre d'Action Sociale du 19<sup>e</sup> - 17 rue Meynadier ☎ 01 40 40 82 00

Les sommes versées au titre de l'A.P.A. ne font l'objet d'aucune récupération sur succession.

Les dossiers peuvent être retirés auprès du Centre d'Action Sociale du 19<sup>e</sup>.

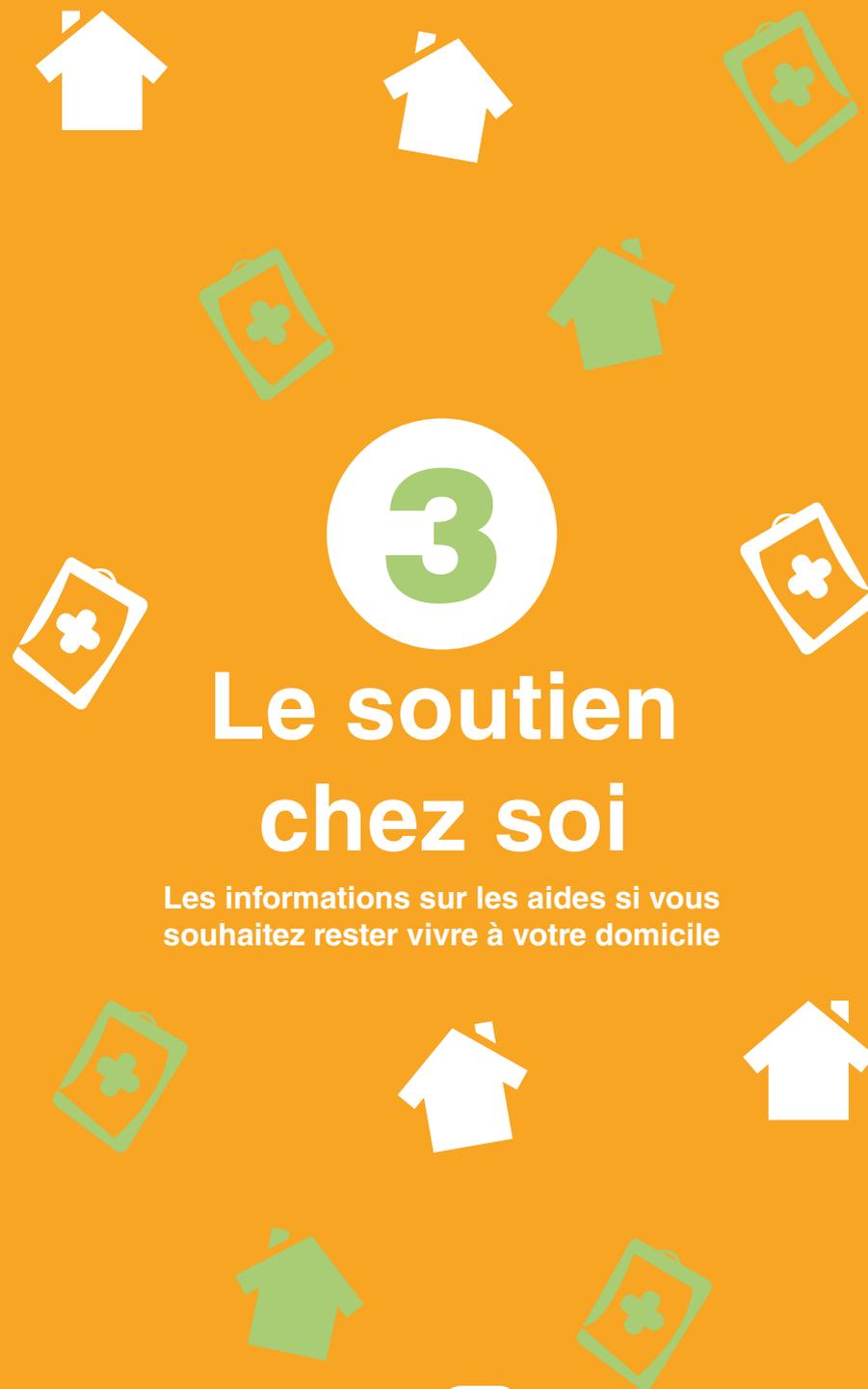
## SERVICE SOCIAL (C.R.A.M.I.F.)

Unité 5 Immeuble Le Trieste - 21 rue Georges-Auric 75019 Paris ☎ 01 55 26 23 93 🌐 [www.cramif.fr](http://www.cramif.fr)

Bureaux ouverts du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h 00

Le service social CRAMIF est spécialisé dans les domaines de la santé, de la prévention et du traitement de la perte d'autonomie. Il intervient, entre autre, auprès des assuré.e.s sociaux du régime général, âgé.e.s de plus de 60 ans et/ou handicapé.e.s.

Les Assistant.e.s de Service Social accueillent, écoutent, informent, accompagnent ces personnes confrontées à des difficultés d'accès aux soins et/ou de maintien à domicile.



**Les informations sur les aides si vous souhaitez rester vivre à votre domicile, en cas de maladie ou de difficulté d'autonomie (ménage, repas à domicile, soins, etc.).**

## UNE AIDE À DOMICILE ? 3 POSSIBILITÉS :

**1 PRESTATAIRE** : un service prestataire peut être le C.A.S.V.P., une association de loi 1901 ou une société privée. Le service est l'employeur de l'intervenant à domicile et assure toutes les obligations et les responsabilités d'un employeur : recrutement, encadrement, suivi des interventions et formalités administratives et assure le remplacement en cas d'absence. Vous ne réglez que les heures prévues et réellement effectuées.

**2 MANDATAIRE** : un service mandataire assure le recrutement du personnel et le met à votre disposition. Vous êtes juridiquement l'employeur de l'intervenant à votre domicile. En contrepartie de frais de gestion, le service assure pour vous les démarches administratives : déclaration d'embauche, contrat de travail, bulletins de salaire, calcul des cotisations sociales. Le service assure le remplacement du personnel en cas d'indisponibilité (maladie...) Obligation de rémunérer l'employé.e en l'absence de l'employeur selon les horaires prévus du contrat de travail.

**3 GRÉ À GRÉ** : vous êtes juridiquement l'employeur, vous assurez toutes les démarches administratives ainsi que le recrutement du personnel. Vous avez la possibilité de régler l'intervenant par C.E.S.U. (chèque emploi-service universel) à retirer auprès de tout établissement bancaire.

## CENTRE D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE DE PARIS (C.A.S.V.P.)

17 rue Meynadier 75019 Paris  
☎ 01 40 40 82 00

Prestations délivrées avec la carte « Paris à Domicile » : port des repas, téléassistance, coiffure et pédicurie à domicile, etc.

## PARIS-DOMICILE NORD EST (C.A.S.V.P.)

23 bis rue Bichat 75010 Paris  
☎ 01 70 64 16 20

- Aide à domicile de jour.
- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h 00
- Service prestataire. Prise en charge APA, aide sociale, caisses de retraite.

## FONDATION MAISON DES CHAMPS DE SAINT FRANÇOIS D'ASSISE

16 rue du Général Brunet 75019 Paris  
☎ 01 48 03 86 10 🌐 www.fmdc.fr

Aide à domicile de jour et de nuit.

- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 8 h 00 à 19 h 00
- Service prestataire et mandataire.
- Prise en charge APA, aide sociale, caisses de retraite.

## ASSOCIATION POUR L'ASSISTANCE TOTALE À DOMICILE (A.P.A.T.D.)

12 rue Georges Thill 75019 Paris  
☎ 01 53 19 87 00 🌐 www.apatd.org

- Aide à domicile de jour et de nuit.
- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 et de 14 h 00 à 18 h 00
- Service mandataire et prestataire.
- Prise en charge APA, ACTP (Allocation Compensatrice Tierce - Personne et PCH (Prestation Compensatrice de Handicap).

## ASSOCIATION D'AIDE AUX ISRAÉLITES AGÉS ET MALADES (A.D.I.A.M.)

42 rue Le Peletier 75009 Paris  
☎ 01 42 80 34 73 🌐 www.adiam.net

- Aide à domicile de jour et de nuit.
- Accueil téléphonique du lundi au jeudi de 9 h 00 à 12 h 45 et de 13 h 30 à 17 h 30 et le vendredi de 9 h 00 à 16 h 00
- Service prestataire et mandataire.

Prise en charge APA, aide sociale, caisses de retraite.

## A.D.H.A.P. SERVICES

106 boulevard Sérurier 75019 Paris

☎ 01 40 03 91 91

- Aide à domicile de jour et de nuit.
- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9 h 00 à 12 h 30 et de 14 h 30 à 18 h 30

Service prestataire. Prise en charge APA.

## FRANCE ESPERANCE

10 rue Gaston-Rebuffat 75019 Paris

☎ 01 46 36 76 49

- Aide à domicile de jour et de nuit.
- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9 h 00 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 18 h 00 et le samedi de 9 h 00 à 12 h 00

Service prestataire et mandataire. Prise en charge APA

## BIEN ÊTRE ILE-DE-FRANCE

53 rue Compans, Hall 47 75019 Paris

☎ 01 42 03 45 37 / 06 28 29 32 91

- Aide à domicile de jour et de nuit.
- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9 h 00 à 20 h 00 et le samedi de 9 h 00 à 12 h 00
- Service prestataire et mandataire. Prise en charge APA.

## LAUMIERE SERVICES - ADOMIC' AIDE SERVICES SARL

73 boulevard Sérurier 75019 Paris

☎ 01 71 18 26 15

- Aide à domicile de jour et de nuit.
- Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9 h 00 à 12 h 30 et de 14 h 00 à 19 h 00, le samedi de 9 h 00 à 12 h 30
- Service prestataire. Prise en charge APA.

## SERVICES DE SOINS INFIRMIERS À DOMICILE (S.S.I.A.D.) ET ÉQUIPES SPECIALISÉES ALZHEIMER (E.S.A.)

### S.S.I.A.D.

Interventions d'infirmier.e.s et d'aides-soignant.e.s. Elles concernent les soins médicaux (prise de traitements, soins infirmiers, soins de nursing/toilette). Elles sont prises en charge à 100% par la sécurité sociale, sur prescription médicale et après évaluation par le service.

### E.S.A.

Intervention de psychomotricien.ne.s et d'assistant.e.s de soins en gérontologie, prises en charge à 100% par la sécurité sociale, sur prescription médicale et après évaluation par le service.

### Association d'Aide aux Israélites Agés et Malades (A.D.I.A.M.)

42 rue Le Peletier 75009 Paris

☎ 01 42 80 34 73 🌐 [www.adiam.net](http://www.adiam.net)

S.S.I.A.D. et E.S.A.

### Fondation Maison des Champs de Saint François d'Assise

16 rue du Général Brunet 75019 Paris

☎ 01 48 03 86 10 🌐 [www.fmdc.fr](http://www.fmdc.fr)

S.S.I.A.D. et E.S.A.

### SOS habitat et soins (groupe SOS Sante).

Hôpital Jean Jaurès

9/21 sente des Dorées 75019 Paris

☎ 01 48 03 87 30

S.S.I.A.D. et E.S.A.

## SERVICES TUTÉLAIRES

Saisir le juge des tutelles en cas de difficultés à la gestion.

### GROUPE D'AIDE À LA GESTION

12 rue des Lilas 75019 Paris

☎ 01 40 18 36 84 @ [tutelle19@wanadoo.fr](mailto:tutelle19@wanadoo.fr)

- Lundi, mercredi, jeudi 9 h 00 à 17 h 30 Mardi 9 h 30 à 18 h 30 Vendredi 9 h 30 à 16 h 30
- Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## FONDATION CASIP-COJASOR

Service des Tutelles  
8 rue Maillard 75011 Paris  
☎ 01 44 64 64 50 @ fondation@casip-cosajor.fr

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## UDAF Union Départementale des Associations Familiales de Paris

28 place Saint Georges 75009 Paris  
☎ 01 48 74 80 74 @ udaf75@udaf75.fr

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## A.D.I.A.M.(Association d'Aide aux Israélites Agés et Malades TUTEELLES

42 rue Le Peletier 75009 Paris  
☎ 01 42 80 12 21 @ adiam@alfainfo.net

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## ESPACE TUTEELLES

33 rue Rémy-Dumoncel 75014 Paris  
☎ 01 45 42 86 34 @ contact@espace-tutelles.org

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## FRATERNITÉ -TUTELLE

58 rue de l'Arcade 75008 PARIS  
☎ 01 40 55 04 54 @ ilaubier.fraternite@orange.fr

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## ASSOCIATION TUTÉLAIRE DE PARIS (A.T.I.P)

20 rue de l'Eure 75014 Paris  
☎ 01 42 80 43 67 @ contact@atip75.fr

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## ASSOCIATION TUTÉLAIRE NATIONALE SAINT-JEAN DE MALTE (A.N.A.T SAINT-JEAN DE MALTE)

20 rue Lantiez 75017 Paris  
☎ 01 42 03 06 38 @ contact@anat-sjmalte.org

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## ASSOCIATION TUTÉLAIRE DES RETRAITÉS DU XXe arr. (A.T.R.E.20e)

31 rue de Fontarabie 75020 Paris  
☎ 01 43 73 76 80 @ association@atrexxe.fr

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## ASSOCIATION TUTÉLAIRE DE LA FÉDÉRATION PROTESTANTE DES ŒUVRES (A.T.F.P.O.)

Paris Nord : 3 rue Émile Level 75017 Paris  
☎ 01 58 60 31 60 @ accueil.paris-nord@atfpo.org

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## OF/ARIANE-FALRETAASSOCIATION

11 rue des Prairies 75020 Paris  
☎ 01 43 55 86 86 @ contact.ariane@oeuvre-falret.ass.fr

Prise en charge juridique des majeurs protégés.

## LES AIDES ADMINISTRATIVES À DOMICILE

### CARREFOUR DES SOLIDARITÉS

Fondation Maison des Champs  
145 rue de Crimée 75019 Paris  
☎ 01 53 72 00 80

Aide simple par des bénévoles.  
Service gratuit

### CRESUS PARIS

122 rue Jean Bouton 75012 Paris  
☎ 01 46 06 62 27

Sur rendez-vous. Aide à la constitution de dossier de surendettement.  
Service gratuit

### ACEANE SERVICES

41 ter rue Petit 75019 Paris  
☎ 09 51 56 16 68 @ contact@aceaneservices.fr

Rédaction de lettres, organisation de la correspondance, suivi des tâches courantes, rapport avec les administrations.

Service payant.

## ALTIDOM

8 rue Rossini 75009 Paris

☎ 01 30 15 09 00 @ contact@altidom.fr

Démarches administratives, gestion des factures, prises de rendez-vous.  
Service payant.

## AUXILIADOM

22 rue Chauchat 75009 Paris

☎ 01 42 46 24 31 @ contact@auxiliadom.com

Démarches administratives, gestion des factures, prises de rendez-vous. Service payant.

## COUP D'MAIN

3/5 avenue Émile et Armand-Massard 75017 Paris

☎ 01 42 08 04 00 @ coup.dmain@wanadoo.fr

Secrétariat, saisie informatique, petits travaux de comptabilité.  
Service payant.

## PETITS-FILS

43 rue des Tilleuls - 92100 Boulogne Billancourt

☎ 01 74 71 30 30 @ contact@petits-fils.com

Gestion du courrier courant, aide aux démarches administratives, classement. Service payant.

## LES AUTRES AIDES ADMINISTRATIVES

### Administrateurs bénévoles du CASVP à la Mairie du 19<sup>e</sup> arrondissement

Sans rendez-vous le mardi et le mercredi de 9 h 00 à 11 h 00

5/7 place Armand-Carrel - 75019 Paris

☎ 1 44 52 29 19

À noter : pas de prise en charge des déclarations d'impôts et des formulaires liés aux demandes de titres de séjour.

Service Social Polyvalent CASVP

Sans rendez-vous ☎ 01 40 40 61 40

Mercredi à 9 h 00 et le vendredi à 13 h 30

5 rue du Pré-Saint-Gervais 75019 Paris

M<sup>o</sup> Place des Fêtes ou Jourdain

## AIDEMA - La Maison du Combattant, de la Vie Associative et Citoyenne (MACVAC)

Sans rendez-vous ☎ 01 53 72 89 10

Jeudi à 14 h 00 et le samedi à 10 h 00

20 rue Édouard-Pailleron 75019 Paris

M<sup>o</sup> Bolivar ou Jaurès

### Point d'Accès au Droit

Sur rendez-vous ☎ 01 53 38 62 30

Lundi et vendredi de 13 h 00 à 17 h 30

Mardi et mercredi de 9 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 30

Jeudi de 9 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 19 h 00

53 rue Compans, Escalier 48 75019 Paris M<sup>o</sup> Place des Fêtes

@ pad19.courriel@gmail.com

### CRESUS Paris – Association

Aide à la constitution de dossiers de surendettement.

Sur rendez-vous ☎ 01 46 06 62 27

15 rue des Abesses 75018 Paris - M<sup>o</sup> Abbesses L12

### Centre Social et Culturel Danube

Sur rendez-vous (fermé vacances scolaires) ☎ 01 40 18 54 71

Lundi de 14 h 00 à 17 h 45

Mardi de 10 h 00 à 12 h 00

Jeudi et vendredi de 10 h 00 à 12 h 00

49 bis rue du Général Brunet 75019 Paris - M<sup>o</sup> Danube - Bus 75

### Centre socioculturel Belleville

Sur rendez-vous ☎ 01 40 03 08 82

Lundi de 9 h 30 à 12 h 30

Mardi de 14 h 00 à 18 h 00

Mercredi de 9 h 00 à 12 h 30 et de 14 h 30 à 17 h 30

Jeudi de 14 h 00 à 18 h 00

15 bis/17 rue Jules-Romains / 26 rue Rébeval - 75019 Paris

M<sup>o</sup> Belleville

### Espace Riquet

Sans rendez-vous ☎ 01 53 26 89 00

Mercredi de 9 h 00 à 12 h 00

Vendredi de 9 h 30 à 12 h 30

53 rue Riquet 75019 Paris - M° Riquet

### Espace 19 Ourcq

Sans rendez-vous. ☎ 01 42 38 00 05

Samedi de 10 h 30 à 12 h 00

15-19 rue des Ardennes 75019 Paris - M° Ourcq

### Espace Cambrai

Sans rendez-vous ☎ 01 40 37 78 85

Lundi et mardi 14 h 00 à 17 h 00

23 rue Bernard-Téou, Tour J 75019 Paris - M° Corentin Cariou



# Urgences Santé

Toutes les coordonnées utiles pour votre santé



Toutes les coordonnées utiles pour votre santé : un numéro d'ambulance, l'adresse d'une maison de santé, d'un.e médecin de garde, d'un.e dentiste, d'un hôpital, d'une clinique, etc.

### ● Bon à savoir

**Pompiers** 18

**POLICE -SECOURS** 17

**SAMU** 15

**SAMU SOCIAL** 115

**SOS médecins** 01 47 07 77 77

**Urgences médicales de Paris** 01 53 94 94 94

**SOS cardiologie** 01 47 07 50 50

**SOS dentiste** 01 43 37 51 00

**SOS psychiatrie** 01 40 47 04 47

**Centre anti-poison** 01 40 05 48 48

**SOS dépression** 08 92 70 12 38

**SOS Amitié** 01 42 96 26 26

**Croix Rouge Ecoute** 0 800 858 858

**Écoute cancer** 0 810 810 821

**Maltraitance des personnes âgées  
et adultes handicapés** 39 77

**Femmes info service violences conjugales** 39 19

**Santé info droits** 0 810 004 333

**Suicide écoute** 01 45 39 40 00

**Sida info service** 0 800 840 800

**SOS viol** 04 91 33 16 60

## GRUPE HOSPITALIER LARIBOISIÈRE – FERNAND WIDAL – SAINT-LOUIS (AP-HP)

### HÔPITAL LARIBOISIÈRE

2 rue Ambroise-Paré 75010 Paris

☎ 01 49 95 65 65

### HÔPITAL FERNAND WIDAL

200 rue du Faubourg Saint-Denis 75010 Paris

☎ 01 40 05 45 45

### HÔPITAL SAINT-LOUIS

1 avenue Claude Vellefaux 75010 Paris

☎ 01 42 49 49 49

Services de recherches des personnes hospitalisées (AP/HP)

☎ 01 40 27 40 27

## AUTRES ÉTABLISSEMENTS HOSPITALIERS

### FONDATION ROTHSCHILD

23/29 rue Manin 75019 Paris

☎ 01 48 03 65 65

### HÔPITAL MAISON BLANCHE 19ÈME (psychiatrie)

10/14 rue du Général Lasalle 75019 Paris

☎ 01 80 96 55 00

### CLINIQUE DES MAUSSINS-NOLLET

67 rue de Romainville 75019 Paris

☎ 01 40 03 12 12

## SERVICES DE SOINS DE SUITE ET DE RÉADAPTATION GÉRIATRIQUE

### HÔPITAL FERNAND WIDAL

200 rue du Faubourg Saint-Denis, 75010 Paris

☎ 01 40 05 45 45

### HÔPITAL JEAN-JAURÈS

9/22 sente des Dorées 75019 Paris

☎ 01 44 84 54 44

## CLINIQUE DES BUTTES-CHAUMONT

39/43 rue Fessart 75019 Paris  
☎ 01 58 82 26 26

## CLINIQUE DU CANAL DE L'OURCQ

74 rue Petit 75019 Paris  
☎ 01 55 56 53 00

## CLINIQUE DU PRÉ-SAINT-GERVAIS

10 rue Simonnot 93310 Le Pré-Saint-Gervais  
☎ 0 826 96 32 00

## CLINIQUE DU PARC DE BELLEVILLE

104/106 rue des Couronnes 75020 Paris  
☎ 01 71 93 93 00

## MAISONS DE SANTÉ - CABINETS MÉDICAUX – CENTRES MÉDICAUX ET DE SOINS

### MAISON MÉDICALE DE GARDE

Hôpital Jean Jaurès  
9/21 sente des Dorées 75019 Paris  
☎ 01 44 84 53 47

Consultations médicales urgentes :

- Le soir de 20 h 00 à 23 h 00
- Le samedi de 14 h 00 à 20 h 00
- Le dimanche et jours fériés de 9 h 00 à 20 h 00

Les médecins de permanences sont des généralistes et les tarifs sont ceux de la convention secteur 1.

### MAISON DE SANTÉ PLURIDISCIPLINAIRE JEAN-JAURÈS

Hôpital Jean Jaurès  
9/21 sente des Dorées 75019 Paris  
☎ 01 84 82 42 82

Cabinet médical regroupant plusieurs professionnel.le.s de santé (médecins généralistes, infirmier.e.s, kinésithérapeutes).

## MAISON DE SANTÉ PLURIDISCIPLINAIRE MICHELET

3 bis rue de Cambrai, Tour M 75019 Paris  
☎ 01 40 37 90 24

Cabinet médical regroupant plusieurs professionnel.le.s de santé (médecins généralistes, infirmier.e.s, kinésithérapeutes).

## PÔLE DE SANTÉ LES EIDERS

145 avenue de Flandre 75019 Paris  
☎ 01 44 72 05 60

Cabinet médical regroupant plusieurs médecins.

## PÔLE DE SANTÉ VILLAUMED

3 rue Euryale-Dehaynin 75019 Paris  
☎ 01 42 08 76 15

Cabinet médical regroupant plusieurs médecins.

## CENTRE MÉDICAL STALINGRAD (C.R.A.M.I.F.)

3 rue du Maroc 75019 PARIS  
☎ 01 40 05 67 43

## CENTRE MÉDICAL DE LA PLACE DES FÊTES

9 place des Fêtes 75019 Paris  
☎ 01 42 02 66 66

## SOS MÉDECINS

128 boulevard Macdonald 75019 PARIS  
☎ 3624

## CENTRE MÉDICAL ET DENTAIRE CLAVEL (Fondation des Œuvres de la Croix Saint-Simon)

6 rue Clavel 75019 Paris  
☎ 01 44 52 57 10

## CENTRE MÉDICAL ET DENTAIRE (A.D.M.S.)

46 rue de Crimée 75019 Paris  
☎ 01 42 40 74 74

## CENTRE DENTAIRE MACDONALD

128 boulevard Macdonald 75019 PARIS  
☎ 01 42 80 53 28

## CENTRE DENTAIRE DES BUTTES-CHAUMONT

63 rue Manin 75019 Paris

☎ 01 42 04 00 00

## CENTRE MÉDICAL COSEM ATLAS

15 rue de l'Atlas 75019 Paris

☎ 01 55 56 62 52

## CENTRE MÉDICAL FLANDRE

119/127 avenue de Flandre 75019 Paris

☎ 01 40 35 04 17

## CENTRES DE VACCINATIONS

4 rue Duc 75018 Paris

☎ 01 53 41 35 90

27 rue Frédérick-Lemaître 75020 Paris

☎ 01 47 97 47 82

*Important : prendre rendez-vous pour être vacciné.e.*

## CENTRES MÉDICO-PSYCHOLOGIQUES

En cas de difficultés d'ordre psychique (dépression, confusion, etc.)

### 25<sup>ème</sup> SECTEUR

99 rue de Crimée 75019 Paris

☎ 01 42 49 21 50

### 26<sup>ème</sup> SECTEUR

213 rue de Belleville 75019 Paris

☎ 01 42 08 57 92

## URGENCES MÉDICALES DE PARIS (U.M.P.)

☎ 01 53 94 94 94

## PHARMACIES DE GARDE DU 19<sup>e</sup>

S'adresser au Commissariat Central du 19<sup>ème</sup>

3 rue Érik-Satie

☎ 34 30

## MÉDECINS DE GARDE DE PARIS

☎ 01 42 72 88 88

## LES AMBULANCES

### AMBULANCES ALBAN

26 rue Miguel-Hidalgo 75019 Paris

☎ 01 40 40 96 96

### AMBULANCES CCM

34 rue de la Commune de Paris 93300 Aubervilliers

☎ 01 43 52 49 07

### AMBULANCES ELLIOT

14 rue Interne Loeb 75013 Paris

☎ 01 49 29 07 07

### SAINT-LOUIS AMBULANCES

75 boulevard Sérurier 75019 Paris

☎ 01 42 38 23 63

### AMBULANCES SAINTE CATHERINE

3 rue Meynadier 75019 PARIS

☎ 01 48 06 18 93

### AMBULANCES EDEN 19

307 rue de Belleville 75019 Paris

☎ 01 42 85 79 27

### AMB MENILMONTANT

4 rue du Docteur Potain 75019 Paris

☎ 01 46 36 07 98

### RÉPUBLIQUE AMBULANCE

9/11 rue Riquet 75019 Paris

☎ 01 40 35 10 25

### CAVENDISH AMBULANCE

4 rue Cavendish 75019 Paris

☎ 01 42 40 00 50

### AMBULANCES UNIVERSELLES

52 rue d'Hautpoul 75019 Paris  
☎ 01 40 18 35 97

### AMBULANCES LILAS VALERIE

277 rue de Belleville 75019 Paris  
☎ 01 42 02 04 49

### AMBULANCES HERVE

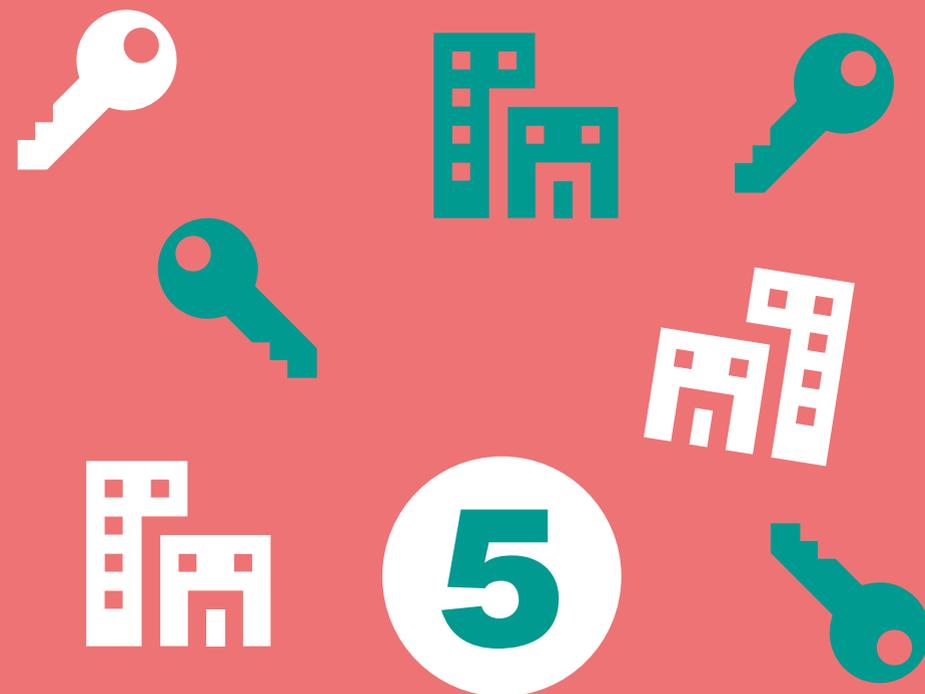
52 rue d'Hautpoul 75019 Paris  
☎ 01 40 38 39 40

### LES AMBULANCES MODERNES

5 rue Manin 75019 Paris  
☎ 01 42 40 00 50

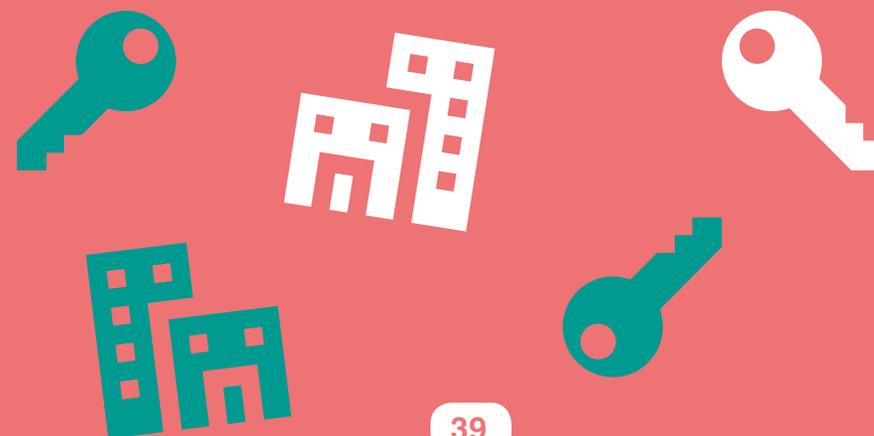
### MALONE AMBULANCES

15 rue du Rhin 75019 Paris  
☎ 01 40 18 40 57



# Le logement Les hébergements

Les informations sur les dispositifs  
d'hébergement et de logement



**Les informations sur les dispositifs d'hébergement et de logement pour répondre à votre situation ou celle d'un.e proche (résidences/appartement, hébergement temporaire, etc.).**

### MAIRIE DU 19<sup>e</sup>

Enregistrement des demandes de logement pour les habitant.e.s du 19<sup>e</sup>

5/7 place Armand-Carrel 75019 Paris

☎ 01 44 52 29 19

### ADIL 75

### ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE D'INFORMATION SUR LE LOGEMENT

Informations et conseils personnalisés pour tout ce qui concerne le logement.

Prendre R.V. au Pôle Accueil de la Mairie du 19<sup>e</sup> ☎ 01 44 52 29 19

### SOLHA

29 rue Tronchet 75008 Paris

☎ 01 42 66 35 98 (sur rendez-vous)

Aide à l'adaptation du logement et aide à la constitution de dossiers pour recherches de financements.

### RECHERCHE D'UNE SOLUTION ADAPTÉE

Sélection de résidences adaptées à :

- votre état de santé ;
- vos préférences géographiques ;
- votre budget ;
- vos différentes attentes.

*(Vous pouvez dans un premier temps vous adresser à vos organismes de retraite)*

### C.A.S.V.P.

17 rue Meynadier 75019 Paris

☎ 01 40 40 82 00 @ casvp-s19@paris.fr

### MAISON DES AÎNÉS ET DES AIDANTS (M2A)

126 quai de Jemmapes 75010 Paris

☎ 01 40 40 27 80 @ casvp-m2A@paris.fr

### SERVICES D'AIDE À LA RECHERCHE D'ÉTABLISSEMENTS PRIVÉS

### AGENCE DES SENIORS

83 rue de Reuilly 75012 Paris

☎ 0 800 800 221 @ contact@agencedesseniors.com

- Service gratuit

### CAP RETRAITE

91 rue du Faubourg Saint Honoré 75008 Paris

☎ 0 800 891 491 @ info@capretraite.fr

- Service gratuit

### RETRAITE PLUS

32 rue des Ardennes 75019 PARIS

☎ 01 80 40 00 17 / 0 805 696 631 @ secretarait@retraiteplus.fr

- Service gratuit

### MÉDICA FRANCE

39 rue du Gouverneur Général Félix -Éboué

92130 Issy Les Moulineaux

☎ 0 825 021 022 🌐 www.medica-france.fr

### MÉDICAL RETRAITE

☎ 0 805 084 084 @ infos@medical-retraite.fr

### PARTENAI'RETRAITE

47 rue de l'Alma 92400 Courbevoie

☎ 0 800 100 301 🌐 www.partenair-retraite.fr

### PLAN RETRAITE

13 rue Pasteur 94800 Villejuif

☎ 0 800 575 584 @ planretraite@voila.fr

- Service gratuit

## RETRAITE ASSISTANCE SENIORS SERVICES

☎ 01 40 24 02 24 @ [rassistance@wanadoo.fr](mailto:rassistance@wanadoo.fr)

- Service gratuit

## SERVICE SENIOR

19 rue du Chalet 75010 Paris

☎ 06 50 87 29 13 @ [servicesenior@hotmail.fr](mailto:servicesenior@hotmail.fr)

- Service gratuit

## GUIDE ET ANNUAIRE DES ETABLISSEMENTS :

🌐 [www.ors-idf.org](http://www.ors-idf.org)

🌐 [www.maison-retraite-france.fr](http://www.maison-retraite-france.fr)

🌐 [www.agevillage.com](http://www.agevillage.com)

## LES RÉSIDENCES APPARTEMENTS DU 19<sup>e</sup>

### LES RÉSIDENCES du C.A.S.V.P

17 rue Meynadier 75019 Paris

☎ 01 40 40 82 00

Elles sont réservées aux parisiens.ne.s autonomes, âgé.e.s de 60 ans et plus n'exerçant plus d'activité professionnelle et qui sont domicilié.e.s à Paris depuis au moins 3 ans ou ont résidé au moins 10 ans à Paris et qui ont quitté la capitale depuis moins de 3 ans au moment de la demande.

Renseignements complémentaires et dossiers 🌐 [www.paris.fr/casvp](http://www.paris.fr/casvp)

Les appartements sont de type F1 pour les personnes seules ou de type F2 pour les couples. Ils sont équipés d'un coin cuisine ou d'une petite cuisine, d'une salle d'eau (douche, W-C) et sont à meubler selon le goût de chacun.e. Pas de service infirmier.

### ● FLANDRE

142 bis avenue de Flandre

☎ 01 40 37 51 18

(15 studios F1 + 19 appartements F2)

### ● LES BOIS

10/12 rue des Bois

☎ 01 42 40 44 22

(56 studios F1 + 4 appartements F2)

### ● LES FÊTES

8/10 rue des Fêtes

☎ 01 48 03 43 43

(20 studios F1)

### ● LUNEVILLE

12 rue de Lunéville

☎ 01 42 45 46 98

(22 studios F1 + 3 appartements F2)

### ● MEAUX -CHAUFOURNIERS

2 allée Georges-Récipon

☎ 01 42 43 53 81

(55 studios F1 + 3 appartements F2)

### ● QUAI DE LA SEINE

55 quai de la Seine

☎ 01 44 52 04 88

(49 studios F1)

### ● RAMPAL-REBEVAL

17 rue Rampal et 32 rue Rébeval

(13 studios F1 + 12 appartements F2 intégrés dans un ensemble immobilier)

## LES AUTRES RÉSIDENCES AUTONOMIE DU 19<sup>e</sup>

### Résidence Autonomie ASSOCIATION VALENTIN HAÛY

64 rue Petit 75019 Paris

☎ 01 53 38 55 65 @ [residences@avh.asso.fr](mailto:residences@avh.asso.fr)

- Cette association développe ses actions au service des aveugles et malvoyant.e.s autonomes à partir de 55 ans.
- 53 studios + 6 appartements de 2 pièces.
- Restaurant sur place ouvert au public.
- Ses activités concernent l'aide à la vie quotidienne, la culture, les loisirs, la réadaptation...
- Cabinet infirmier sur place.

## RÉSIDENCE ARPAVIE

1 rue Jules-Romains 75019 Paris

☎ 01 42 49 07 21 @ lf.paris19.direction@arepa.org

- Pour personnes âgées de 60 ans minimum valides ou semi-valides.
- 66 studios F1 bis avec loggia (28 m<sup>2</sup>)
- 4 studios F1 bis avec terrasse (32 m<sup>2</sup>)
- 2 studios jumelés avec loggia (57 m<sup>2</sup>)
- 1 appartement de 2 pièces.
- (Appartements à meubler)
- Nombreuses animations.

## RÉSIDENCE GAUTIER WENDELEN

Les Petits Frères des Pauvres

11 rue Melingue 75019 Paris

☎ 01 53 38 47 30 @ severine.dusserre@petitsfreresdespauvres.fr

- 17 studios de 27 à 32 m<sup>2</sup>, 2 appartements de 2 pièces de 50 m<sup>2</sup>, 1 appartement de 2 pièces de 60 m<sup>2</sup> (à meubler).
- 16 chambres individuelles avec salle de bain de 18 à 30 m<sup>2</sup> pour un hébergement temporaire.
- Réservés aux personnes âgées de plus de 60 ans, aux revenus modestes.
- Prise en charge par l'Aide Sociale suivant les ressources.

## LES ÉTABLISSEMENTS D'HÉBERGEMENT POUR PERSONNES AGÉES DÉPENDANTES (EHPAD)

L'EHPAD, également connu sous la dénomination « Maison de retraite », est dédié à l'accueil des personnes âgées de plus de 60 ans en situation de perte d'autonomie physique et/ou psychique et qui ne peuvent plus être maintenues à domicile.

C'est une structure médicalisée qui accueille en chambre individuelle meublée qui peut être personnalisée. Elle offre, en plus de l'aide à la vie quotidienne (lever, coucher, toilette, repas, etc.) et des soins médicaux 24h/24, les services tels que la restauration, la blanchisserie, les animations... Possibilité de visiter la résidence, prendre contact avec l'établissement.

## RÉSIDENCE HÉROLD (C.A.S.V.P.)

66/74 rue du Général Brunet 75019 Paris

☎ 01 40 40 55 55 @ casvp-ehpad-herold@paris.fr

- 100 chambres de 20 m<sup>2</sup> dont 51 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Accessible aux bénéficiaires de l'Aide Sociale, A.P.A., A.P.L.
- Retrait des dossiers à la 19<sup>e</sup> section du C.A.S.V.P.
- ☎ 01 40 40 82 00

## LES AUTRES ÉTABLISSEMENTS D'HÉBERGEMENT POUR PERSONNES AGÉES DÉPENDANTES DU 19<sup>e</sup>

### RÉSIDENCE AMARAGGI

Fondation CASIP – COSAJOR

11 boulevard Sérurier 75019 Paris

☎ 01 53 19 84 84 @ residence.amaraggi@casip-cosajor.fr

- 80 chambres de 20 m<sup>2</sup>
- Tarif conventionné et possibilité d'avoir l'aide sociale, A.P.A., A.P.L., mutuelles.

### RÉSIDENCE « LES MUSICIENS »

9 rue Germaine-Tailleferre 75019 Paris

☎ 01 40 40 54 00 @ lesmusiciens@orpea.net

- 107 chambres de 22 m<sup>2</sup>
- Établissement privé, pas de possibilité de bénéficier de l'aide sociale.

## RÉSIDENCE OCÉANE

23 rue Raoul-Wallenberg 75019 Paris

☎ 01 78 09 92 20 @ [oceane-paris@domusvi.com](mailto:oceane-paris@domusvi.com)

- 106 chambres dont 28 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Aide sociale partielle.

## RÉSIDENCE ÉDITH PIAF

50 rue des Bois 75019 Paris

☎ 01 48 03 96 00 @ [edithpiaf@orpea.net](mailto:edithpiaf@orpea.net)

- 97 chambres dont 13 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Hébergement temporaire (5 places)
- Possibilité Aide Sociale, A.P.A. et A.P.L.

## RÉSIDENCE LE CANAL DES MARAICHERS

136 boulevard Macdonald 75019 Paris

☎ 01 44 65 66 67 @ [webmaster@fondationpartageetvie.org](mailto:webmaster@fondationpartageetvie.org)

- 104 chambres de 21 à 23 m<sup>2</sup> dont 32 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Hébergement temporaire (5 places)
- Agrément Aide Sociale pour l'ensemble des lits.

## RÉSIDENCE ALICE GUY

10 rue de Colmar 75019 Paris

☎ 01 85 56 28 27 @ [aliceguy@cos-asso.org](mailto:aliceguy@cos-asso.org)

- 102 chambres dont 23 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Hébergement temporaire (6 places)
- Accueil de jour (15 places)
- Agrément Aide Sociale pour l'ensemble des lits.

## RÉSIDENCE LES JARDINS DE BELLEVILLE

259 rue de Belleville 75019 Paris

☎ 01 83 97 70 00 @ [contact@jardinsdebelleville.com](mailto:contact@jardinsdebelleville.com)

- 97 chambres de 20 m<sup>2</sup> (plus 1 chambre double) dont 13 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Hébergement temporaire (2 places)
- Agrément partiel Aide Sociale.

## MAISON DE RETRAITE « LA CHANTERELLE »

19/27 rue Honoré d'Estienne d'Orves 93310 Le Pré Saint Gervais

☎ 01 57 42 05 00 @ [chanterelle@orpea.net](mailto:chanterelle@orpea.net)

- 96 chambres de 23 m<sup>2</sup>, dont 18 en unité protégée réservées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.
- Hébergement temporaire 1 mois minimum renouvelable
- Établissement privé, pas de possibilité de bénéficier de l'aide sociale.

## LES HÉBERGEMENTS TEMPORAIRES

Vous venez d'être hospitalisé.e et vous appréhendez de vous retrouver seul.e chez vous.

Votre appartement est momentanément inhabitable pour cause de travaux et vous cherchez une bonne solution d'hébergement durant cette période...

Votre famille doit s'absenter.

Il existe des structures d'hébergement temporaires dont voici la liste :

### FONDATION MAISON DES CHAMPS DE SAINT FRANÇOIS D'ASSISE (10 places)

16 rue du Général Brunet 75019 Paris

☎ 01 48 03 88 26 @ [fondation@fmdc.fr](mailto:fondation@fmdc.fr)

- 2 appartements de 5 places situés 13 quai de la Garonne 75019 Paris Séjour limité à 90 jours par an (en une ou plusieurs fois)
- Prise en charge par l'Aide Sociale.



### RÉSIDENCE GAUTIER WENDELEN (Les Petits Frères des Pauvres)

11 rue Melingue 75019 Paris

☎ 01 53 38 47 30 @ severine.dusserre@petitsfreresdespauvres.fr

- Hébergement temporaire (16 places)  
Séjour limité à 90 jours par an (en une ou plusieurs fois)
- Prise en charge par l'Aide Sociale.

### LES CANTATES (C.A.S.V.P.)

133 rue Nationale - 75013 Paris

- Hébergement temporaire (15 places)
- Les demandes sont à formuler auprès du C.A.S.V.P. 19<sup>e</sup>  
☎ 01 45 85 75 64 @ elodie.legenty@paris.fr

### RÉSIDENCE EDITH PIAF

50 rue des Bois 75019 Paris

☎ 01 48 03 96 00 @ edithpiaf@orpea.net

- Hébergement temporaire (5 places)
- Possibilité Aide Sociale, A.P.A. et A.P.L.

### RÉSIDENCE LE CANAL DES MARAICHERS

136 boulevard Macdonald 75019 Paris

☎ 01 44 65 66 67 @ webmaster@fondationpartageetvie.org

- Hébergement temporaire (5 places)
- Agrément Aide Sociale pour l'ensemble des lits.

### RÉSIDENCE ALICE GUY

10 rue de Colmar 75019 Paris

☎ 01 85 56 28 27 @ aliceguy@cos-asso.org

- Hébergement temporaire (6 places)
- Agrément Aide Sociale pour l'ensemble des lits.

### RÉSIDENCE LES JARDINS DE BELLEVILLE

259 rue de Belleville 75019 Paris

☎ 01 83 97 70 00 @ contact@jardinsdebelleville.com

- Hébergement temporaire (2 places)
- Agrément partiel Aide Sociale.

### MAISON DE RETRAITE « LA CHANTERELLE »

19/27 rue Honoré d'Estienne d'Orves 93310 Le Pré Saint Gervais

☎ 01 57 42 05 00 @ chanterelle@orpea.net

- Hébergement temporaire (4 places) 1 mois minimum renouvelable
- Pas de possibilité de bénéficier de l'aide sociale

## CENTRES D'ACCUEIL DE JOUR THÉRAPEUTIQUES

Les centres de jour (Centres d'accueil de Jour - CAJ) accueillent à la journée (ou à la demi-journée) des personnes âgées dépendantes ou atteintes de la maladie d'Alzheimer avec l'objectif de maintenir l'autonomie et la socialisation. Ils leur permettent une poursuite de leur vie à domicile, de renouer les contacts sociaux mais aussi de soulager les aidants et les familles. Ils les font participer à des ateliers par petits groupes et à la vie communautaire.

Les centres de jour sont de véritables relais entre le domicile et le placement en institution. Ils assurent aux personnes âgées les plus fragilisées, un accueil, des animations appropriées en petits groupes (activités manuelles, entretien à la mémoire, etc.).

Les centres de jour sont fréquemment adossés à une maison de retraite (EHPAD)

### RÉSIDENCE ALICE GUY

10 rue de Colmar 75019 Paris

☎ 01 85 56 28 27 @ aliceguy@cos-asso.org

- 15 places d'accueil de jour

### ACCUEIL DE JOUR CASA DELTA 7

66/74 rue du Général Brunet 75019 Paris

☎ 01 40 03 98 80 @ casa19@delta7.asso.fr

- 16 places d'accueil de jour



# Les transports

Les dispositifs d'aide aux transports

**Les dispositifs d'aide aux transports : transports en commun, transports d'urgence, accompagnement pour différentes tâches, pour les loisirs ou encore pour effectuer certaines activités en toute sécurité (Cartes de transport, transport personne handicapée, taxis, S.N.C.F, etc.).**

### **CENTRE D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE DE PARIS (C.A.S.V.P.)**

17 rue Meynadier 75019 Paris ☎ 01 40 40 82 00

La carte Navigo Émeraude Améthyste est une carte d'accès aux transports en commun financée par la Ville de Paris. Son attribution est conditionnée à un plafond de ressources. Elle est délivrée à titre gratuit ou selon une participation financière progressive.

#### **LE NAVIGO ÉMERAUDE AMÉTHYSTE ÉVOLUE**

À partir du 1er juin 2018, un seul forfait unique dézonné et gratuit sera proposé au public qui en fera la demande pour la première fois.

Les actuel.le.s bénéficiaires du passe Navigo Émeraude Améthyste bénéficieront de la gratuité et du dézonnage lors du renouvellement de leur titre.

#### **LES BÉNÉFICIAIRES**

Les parisien.ne.s de plus de 65 ans et les parisien.ne.s de 60 à 64 ans titulaires d'un avantage vieillesse attribué au titre de l'inaptitude au travail et les parisien.ne.s relevant de l'allocation adulte handicapé afin qu'elles puissent bénéficier d'une offre de transport et mener une vie sociale active. *Ce forfait sera soumis à condition de ressources.*

#### **NOUVEAUTÉ**

Ce forfait est dézonné et permet donc de circuler librement des zones 1 à 5. 200.000 parisien.ne.s. bénéficieront de ce dispositif entièrement pris en charge par La Ville de Paris dont le coût est estimé à 12 millions d'euros par an.

#### **RENSEIGNEMENTS**

🌐 [www.paris.fr](http://www.paris.fr)

Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris 19

Service aux Personnes Retraitées ou Handicapées

17 rue Meynadier 75019 Paris – ☎ 01 40 40 82 00 ●

### **PARIS ACCOMPAGNEMENT MOBILITÉ (P.A.M.)**

48 rue Gabriel-Lamé 75012 Paris

☎ 01 70 23 27 32 / 0 810 0810 75 @ [pam75@keolis.com](mailto:pam75@keolis.com)

Service de transports réservé en priorité aux bénéficiaires d'une carte d'invalidité à 80 %, aux personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés, accessible aux personnes âgées bénéficiant de l'APA (en fonction des disponibilités). Transports sur Paris et l'Île-de-France du lundi au dimanche de 6 h 00 à 24 h 00.

Prendre contact par téléphone pour connaître les conditions.

### **PARIS TRANQUILLITÉ SÉNIORS** (Service de la Mairie de Paris)

1 place Baudoyer 75004 Paris

☎ 01 42 76 77 77

Accompagnement véhiculé gratuit par des inspecteurs de sécurité de la Ville de Paris pour toutes les opérations bancaires. Du lundi au vendredi, prévenir 1 semaine à l'avance.

### **CARREFOUR DES SOLIDARITÉS** (Fondation Maison des Champs)

145 rue de Crimée 75019 Paris

☎ 01 53 72 00 80 @ [bpifferi.fmdc@orange.fr](mailto:bpifferi.fmdc@orange.fr)

Accompagnements à pied ou en voiture par des bénévoles (véhicule aménagé pour le transport de personnes handicapées).

### **LES COMPAGNONS DU VOYAGE**

34 rue Championnet 75018 Paris

☎ 01 58 76 08 33 @ [info@compagnons.com](mailto:info@compagnons.com)

Assistance aux déplacements en transport en commun en Île-de-France, province, étranger et même en avion. L'association ne dispose pas de véhicule. Prestation en fonction des trajets.

### **ASSOCIATION COUP D'MAIN.**

5 avenue Emile et Armand Massard 75017 Paris

☎ 01 46 27 61 00 @ [miseadispo@coupdmain.com](mailto:miseadispo@coupdmain.com)

Accompagnement des personnes âgées, possibilité de mise à disposition d'un chauffeur. Service payant à l'heure.

## UNA

224 rue du Faubourg Saint Antoine 75012 Paris

☎ 01 73 54 01 40 @ [accueil@unaparis12.com](mailto:accueil@unaparis12.com)

Accompagnement dans Paris uniquement, à pied, en véhicule, en taxi ou en transport en commun. Service payant à l'heure.

## ACTION PASSERAILE

75 rue Claude-Decaen 75012 Paris

☎ 01 43 41 70 67 @ [contact@action-passeraile.fr](mailto:contact@action-passeraile.fr)

Accompagnement pour promenade, shopping, musée, cinéma, théâtre, concerts...pour personnes en situation de handicap moteur, visuel ou ayant des difficultés à se déplacer. Service payant à l'heure.

## AGE D'OR SERVICES

38 rue des Mathurins 75008 Paris

☎ 01 48 74 50 75 @ [paris-nord-ouest@agedorservices.com](mailto:paris-nord-ouest@agedorservices.com)

Accompagnement véhiculé, sortie médicale, familiale, culturelles ... accompagnement train ou aéroport. Service payant.

## ALTIDOM

8 rue Rossini 75009 Paris

☎ 01 30 15 09 00 @ [contact@altidom.com](mailto:contact@altidom.com)

Promenade, accompagnement lors des sorties culturelles. Service payant à l'heure.

## AUXILIADOM

22 rue Chauchat 75009 Paris

☎ 01 42 46 24 31 @ [contact@auxiliadom.com](mailto:contact@auxiliadom.com)

Accompagnement en sortie extérieure : transport véhiculé – promenades – sorties culturelles...Possibilité de gratuité si vous êtes conventionné.e.

## CITYZEN MOBILITY

Immeuble le cargo 157 boulevard Macdonald 75019 Paris

☎ 01 78 90 70 00 @ [contact@cityzenmobility.fr](mailto:contact@cityzenmobility.fr)

Accompagnement sur mesure adapté aux besoins de chaque passager.e. Garantie d'un véhicule toujours disponible, chauffeurs expérimentés, conseiller.e.s à l'écoute. Accompagnement voyage en province. Service payant selon la prestation effectuée.

## GARES S.N.C.F.

La Carte Senior est destinée aux personnes de 60 ans et plus ; elle permet de bénéficier de prix réduits, jusqu'à 50%, sur un nombre de trajets illimités, en dehors de l'Île-de-France. Elle est payante. Elle vous propose aussi des réductions permanentes sur 5 services sélectionnés par la S.N.C.F. (se renseigner dans les gares).

## S.N.C.F.

Renseignements, état du trafic, réservation de billets.

☎ 3635 ou 09 70 60 99 60 🌐 [www.sncf.com](http://www.sncf.com)



## TAXIS

### Liste des stations de l'arrondissement

- Station Colonel Fabien - 122 boulevard de la Villette  
☎ 01 42 03 41 50
- Station Riquet - 67 rue de Flandre  
☎ 01 40 35 28 27
- Station Laumière - 34 avenue de Laumière  
☎ 01 42 06 00 00
- Station Porte de La Villette - Avenue de la Porte de la Villette  
☎ 01 40 34 64 00
- Station Botzaris Butte Chaumont - Rue du Général Brunet  
☎ 01 42 06 01 32
- Station Porte des Lilas - 1 avenue de la Porte des Lilas  
☎ 01 42 02 71 40
- Station Porte de Pantin - 211 avenue Jean Jaurès  
☎ 01 42 41 00 62
- Station Stalingrad - 13 rue de Flandre  
☎ 01 40 34 00 00

*Voir tous les services de l'arrondissement : Taxis Paris 19<sup>e</sup>*

### Autres stations en limite de cet arrondissement

- Station Porte d'Aubervilliers - 3 avenue de la Porte d'Aubervilliers  
☎ 01 40 36 08 86
- Taxi Bleu  
☎ 3609 (surfacture de 0,15 centime par minute)
- Taxi G7  
☎ 3607 (surfacture de 0,15 centime par minute)



# Les associations d'entraide

Soutien pratique ou psychologique  
aux malades, isolé.e.s et familles.



Les associations en mesure d'apporter un soutien pratique ou psychologique aux malades, aux isolé.e.s et aux familles.

### ALMA PARIS (Ailo Maltraitance Personnes âgées)

☎ 01 42 50 11 25

- Écoute, soutien, orientation et conseils.
- Signalement des situations de maltraitance.
- Consulter le site [alma-paris.org](http://alma-paris.org) pour connaître les horaires de permanences d'écoute.

### PETITS FRÈRES DES PAUVRES

#### Fraternité Paris Est

11 rue Léchevin 75011 Paris

☎ 01 85 73 60 20

- Intervient auprès des personnes âgées isolées. Visites d'amitié de bénévoles pour rompre l'isolement.
- Activités proposées : goûters, déjeuners au restaurant des Petits Frères des Pauvres, sorties, séjours de vacances, colis de Noël.

### PAROISSE SAINT GEORGES

4 rue Édouard-Pailleron 75019 Paris

☎ 01 42 39 61 80

- Uniquement pour le secteur de la Paroisses Saint-Georges.
- Visites à domicile, tâches administratives, colis de Noël. Écrire à l'adresse ci-dessus en donnant vos coordonnées avec le maximum de renseignements sur votre situation.

### FONDATION CASIP-COJASOR

☎ 01 44 62 13 13 @ [arielle.weintraub@casip-cojasor.fr](mailto:arielle.weintraub@casip-cojasor.fr)

- Intervient auprès de la communauté israélite.
- Visites de bénévoles auprès des personnes âgées et isolées, port de repas casher, courses ponctuelles.

### AU BOUT DU FIL

63 rue Vasco de Gama 75015 Paris

☎ 01 70 55 30 69

- Informations sur les ateliers et conférences téléphonique
- ☎ 01 85 11 02 20 @ [contact@auboutdufil.org](mailto:contact@auboutdufil.org)
- Service d'écoute et de veille téléphonique.

### COMITÉ DE PARIS DE LA LIGUE NATIONALE CONTRE LE CANCER

89 boulevard Auguste-Blanqui 75013 Paris

☎ 01 45 00 00 17 @ [cd@ligue-cancer.net](mailto:cd@ligue-cancer.net)

#### Ses rôles principaux :

- 1 Aider les malades et leurs proches :
  - Soutien financier ;
  - Soutien psychologique (Écoute Cancer, Accueil Cancer, Visite à domicile et accompagnement des malades, Groupes de parole).
- 2 Prévenir, informer et dépister.



## FRANCE ALZHEIMER PARIS Sud Est Nord

68 rue des Plantes Porte D 16, 2ème étage, 75014 Paris

☎ 01 40 52 46 68 @ faparisen@gmail.com

☎ 01 40 52 46 88 / 06 25 70 46 54

Informations, conseils et soutien aux familles. Groupes d'aidants familiaux. Week-end de répit.

### PLATE FORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT POUR LES AIDANTS DELTA 7

La Plateforme d'accompagnement est dédiée aux aidants de personnes âgées désorientées (maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés). Elle a pour mission de vous apporter soutien et répit avec des propositions proches de votre domicile.

Une cellule se soutien à votre écoute. La coordinatrice et la psychologue de la Plateforme sont à votre écoute du lundi au vendredi de 9 h à 17 h pour répondre à vos interrogations, vos éventuelles difficultés, comprendre la situation que vous vivez et guider vos recherches d'aides.

Par le soutien psychologique et social proposé, la Plateforme vous accompagne selon votre demande et vos besoins, tout au long de la maladie de votre proche.

Pour rencontrer la coordinatrice ou la psychologue, il suffit de contacter la Plateforme pour qu'un rendez-vous soit rapidement proposé ☎ N° vert 0 800 877 707



## ASSOCIATION FRANCE PARKINSON

18 rue des Terres au Curé 75013 Paris

☎ 01 45 20 22 20 @ info@franceparkinson.fr

- Aide aux malades : informations sur leur maladie, soutien moral, informations sociales, organisation de cures thermales, vacances, formation d'infirmières.

## FRANCE A.V.C. ILE-DE-FRANCE

Affilié à la Fédération France A.V.C. Centre Hospitalier Saint-Joseph

185 rue Raymond-Losserand 75014 Paris

☎ 01 45 65 74 97 @ france-avc.idf@wanadoo.fr

- Informations sur les Accidents Vasculaires Cérébraux, aide et soutien aux patients et aux familles.

## FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CARDIOLOGIE

5 rue des Colonnes du Trône 75012 Paris

☎ 01 44 90 83 83 @ infos@fedecardio.org

- Une documentation gratuite pour votre santé (cholestérol, hypertension, infarctus, etc.) est envoyée sur demande.

## L'EPOC

### (Espace Psychanalytique d'Orientation et de Consultations)

3 espaces d'accueil :

- 18 rue Georges Thill 75019 Paris
- 59 rue Riquet 75019 Paris
- 19 rue de Nantes 75019 Paris

☎ 06 84 23 52 89

- Accueil, orientation et consultations gratuites.
- Intervention possible au domicile.
- Accueil sans rendez-vous le mercredi de 14 h 00 à 17 h 00 et le samedi de 14 h 00 à 18 h 00.

## LA CLEPSYDRE

33 rue Bouret 75019 Paris

☎ 01 40 21 39 57 @ accueil@la-clepsydre.org

- Prise en compte des personnes associant mal être et mal de vivre, difficultés sociales et troubles psychiques.
- Possibilité de prise en charge thérapeutique

## DISPENS'AIR PSY / LES PSY DU COEUR

Maison de la Place des Fêtes, 10 rue Augustin-Thierry 75019 Paris  
☎ 06 51 75 38 11 @ psyducoeur@orange.fr

- Thérapeutes professionnel.le.s bénévoles.
- Entretiens anonymes sans rendez-vous de 30 à 45 minutes.
- Permanence d'écoute tous les vendredis de 11 h 00 à 17 h 00.

## JALMALV (jusqu'à la mort, accompagner la vie)

5 rue de Crimée 75019 Paris  
☎ 01 40 35 89 40 @ jalmalv-idf@wanadoo.fr

- Accueil du lundi au jeudi de 9 h 30 à 16 h 30
- Un répondeur enregistre tous les appels
- Accompagnement de personnes en fin de vie et soutien des familles.

## CARREFOUR DES SOLIDARITÉS (Fondation Maison des Champs)

145 rue de Crimée 75019 Paris  
☎ 01 53 72 00 80 @ bpifferi.fmdc@orange.fr

- Aide aux démarches administratives et visites de convivialité.
- Bureau ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 30

## DIALOGUE ET SOLIDARITÉ ESPACE DE PARIS EST

Centre de prévention Pirendello, 12 rue Pirendello 75013 Paris

### Contacts

- Par téléphone numéro national gratuit 0 800 49 46 27
- Par courrier Dialogue et Solidarité 17 rue Marignan CS 50 003 75008 Paris
- Par courriel @ dialogue@dialogueetsolidarite.asso.fr
- Association qui propose écoute et soutien aux personnes en situation de veuvage.
- Permanence les mardis 14 h 00 à 17 h 00.



# La vie quotidienne

Pour vous aider au quotidien : aménagements intérieurs, restauration, petits dépannages, sécurité, numéros pratiques, etc.



Chaque jour, de nouveaux problèmes peuvent survenir quand on est malade, âgé, sans moyen : comment se restaurer, se faire dépanner, aller chercher de l'argent en étant accompagné, trouver les numéros de téléphone nécessaires, etc.

## MAINTIEN À DOMICILE

### ● Bon à savoir

#### TÉLÉALARME

C.A.S.V.P.

17 rue Meynadier 75019 Paris

☎ 01 40 40 82 00

Système de télé assistance qui permet de rester chez soi en toute sécurité avec une aide disponible 24 h /24 h toute l'année. Le responsable de surveillance intervient alors très rapidement auprès des proches, ami.e.s ou voisin.e.s et si nécessaire, il alerte les secours d'urgence. ●

#### ESCAVIE (C.R.A.M.I.F.)

14 ter rue de Tanger 75019 Paris

☎ 01 40 05 67 51 🌐 [www.cramif.fr/assures/mieuxvivre/escavie/escavie.asp](http://www.cramif.fr/assures/mieuxvivre/escavie/escavie.asp)

Pour les personnes âgées et les personnes handicapées : Lieu d'exposition de matériel et d'aides techniques. Lieu d'écoute pour les personnes âgées ou handicapées, lieu de conseil d'informations et d'orientation. Consultation gratuite auprès d'un ergothérapeute pour favoriser l'autonomie (R.V. par téléphone) qui peut vous communiquer l'adresse des fournisseurs. Pas de visite à domicile.

## RESTAURATION

Les restaurants Émeraude offrent une restauration variée, équilibrée, sur place ou à emporter. Une tarification est fixée en fonction des ressources.

Se renseigner auprès de la 19<sup>e</sup> section du C.A.S.V.P.

17 rue Meynadier 75019 Paris

☎ 01 40 40 82 00

Les adresses

- 10/12 rue des Bois 75019 Paris
- 72 rue de Meaux 75019 Paris
- 32 rue de Tanger 75019 Paris

#### SAVEURS ET VIE

5 rue des Cosmaunotes 94310 Orly

☎ 01 41 73 37 33 @ [servicecommercial@saveursetvie.fr](mailto:servicecommercial@saveursetvie.fr)

Service de restauration à domicile. Menus équilibrés sous le contrôle de médecins, nutritionnistes et diététicien.ne.s.

#### LES MENUS SERVICES Paris Nord Est

10 rue des Fougères 75020 Paris

☎ 01 78 09 52 20 @ [lberreby@les-menus-services.com](mailto:lberreby@les-menus-services.com)

Livraison quotidienne de repas traditionnels, frais et naturels.

Large choix de menus personnalisés. Visite à domicile d'un.e diététicien.ne pour apprécier vos goûts et habitudes (prise en charge des différents régimes sans supplément de prix). Réactivité et souplesse des services : pas de liste d'attente, toute commande ou changement avant 13 h 00 est honoré le lendemain. Pas d'engagement de durée. Offre découverte : premier repas offert en contactant le 01 78 09 52 20

#### SEPIA Fondation CASIP-COJASOR

47 boulevard de Belleville 75011 Paris

☎ Tél. : 01 49 23 71 49 @ [sepia@casip-cosajor.fr](mailto:sepia@casip-cosajor.fr)

Portage de repas casher à domicile ou à l'hôpital 7j/7j

#### ÉPICERIE SOLIDAIRE LA COURTE ECHELLE

8 rue Gaston Tessier 75019 Paris

☎ 01 40 38 22 64

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 12 h 00

Accueil des personnes en situation de précarité économique et sociale, sur orientation des services sociaux, pour leur apporter une aide alimentaire moyennant une faible participation financière.

## PETITS DÉPANNAGES :

### COUP D' MAIN

5 avenue Émile et Armand Massard 75017 Paris  
☎ 01 46 27 61 00 @ miseadispo@coupdmain.com

Lundi au vendredi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h 30  
Ménage, repassage, courses, petits travaux et bricolage, petits déménagements. Les prix varient en fonction des services demandés.

Service prestataire.

### CARREFOUR DES SOLIDARITÉS (Fondation Maison des Champs)

145 rue de Crimée 75019 Paris  
☎ 01 53 72 00 80 @ bpifferi.fmdc@orange.fr

Petits travaux de bricolage par des bénévoles.  
Bureau ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 13 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 30

### RÉGIE DE QUARTIER 19<sup>e</sup> NORD

9 rue Colette-Magny 75019 Paris  
☎ 01 42 09 96 02 @ regieinfo@rqparis19.org  
Prêt de matériel.

### L'ACCORDERIE DE PARIS 19<sup>e</sup>

23 bis rue Mathis 75019 Paris  
☎ 01 40 38 94 21 @ accueilparis19@accorderie.fr  
🌐 www.accorderie.fr

Réseau d'échange de services basé sur le temps (petits travaux de bricolage, accompagnement, gardiennage, etc.) pas de contre partie financière.

### Association pour l'Assistance Totale à Domicile (A.P.A.T.D.)

#### Le petit bricoleur

12 rue Georges Thill 75019 Paris  
☎ 01 53 19 87 00  
🌐 www.apatd.org

Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 et de 14 h 00 à 18 h 00  
Petits travaux de bricolage. Participation financière.

## SÉCURITÉ :

### COMMISSARIAT CENTRAL

Service de l'Accueil et de l'Investigation de Proximité (SAIP),  
3/5 rue Érik-Satie 75019 Paris  
☎ 34 30

Ouvert 24h/24 et 7j/7  
Police Secours **17** SAMU **15** Pompiers **18**

### CELLULE D'ÉCOUTE ET DE TRAITEMENT DES DOLÉANCES

Commissariat central 3/5 rue Érik-Satie 75019 Paris  
Prendre contact au ☎ 34 30 @ ecoute19@interieur.gouv.fr

### LES CORRESPONDANTS DE NUIT

Équipe des correspondants de nuit Stalingrad  
☎ 01 42 06 32 06  
Équipe des correspondants de nuit quartier du Bas-Belleville  
☎ 01 71 28 17 63

Les correspondants de nuit sont des médiateurs dont la mission est de faire en sorte que la rue redevienne un lieu d'échange et de tranquillité. Par leur présence sur le terrain en soirée et la nuit, ils sont à même de répondre aux besoins concrets des habitant.e.s parfois aux prises avec un environnement difficile ou des troubles nuisant à la vie collective.

### TRANQUILLITE SÉNIORS

☎ 01 42 76 77 77

Accompagnement gratuit pour se rendre à la banque ou à la poste, du lundi au vendredi. (Pendre rendez-vous une semaine à l'avance).

### PARIS AIDE AUX VICTIMES PAV 75

12 rue Charles-Fourier 75013 Paris - Exclusivement sur rendez-vous  
☎ 01 45 88 18 00 ou par mail @ contact13@pav75.fr

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 19 h 00

Service soutenu par la Ville de Paris (Direction de la Prévention de la Sécurité et de la Protection DPSP)

En cas de vol, d'escroquerie, de harcèlement, d'abus de confiance, ce service propose un accompagnement dans les démarches.

## NUMÉROS UTILES :

### FONDATION ASSISTANCE AUX ANIMAUX

23 avenue de la République 75011 Paris

☎ 01 43 55 76 57

Centre de soins pour les animaux. Centre d'accueil pour les animaux des personnes décédées ou dans l'obligation de s'en séparer.

Possibilité de soins gratuits.

### SOCIÉTÉ PROTECTRICE DES ANIMAUX (S.P.A.)

30 avenue du Général de Gaulle 92230 Gennevilliers

☎ 01 47 98 57 40

Garde des animaux en cas d'hospitalisation du propriétaire, communique les coordonnées téléphoniques de particulier.e.s qui gardent des animaux à leur domicile.

### SERVICE DE LA PROPRIÉTÉ ET DE L'EAU DU 19<sup>e</sup>

66 rue de Meaux

☎ 01 53 72 54 00

### ENLÈVEMENT DES OBJETS ENCOMBRANTS (jusqu'à 1m3)

🌐 [www.encombrants.paris.fr](http://www.encombrants.paris.fr)

### SERVICE DE DÉSINFECTION DES LOCAUX ET LUTTE CONTRE LES RONGEURS

66 rue de Meaux 75019 Paris

@ [spse.dfas@paris.fr](mailto:spse.dfas@paris.fr) ☎ 01 40 33 74 50 /3975

### LUTTE CONTRE LES TERMITES

64 rue du Dessous des Berges 75013 Paris

☎ 01 42 76 22 42

### VOIRIE

39 quai de la Seine 75019 Paris

☎ 01 56 53 77 30

Entretien des trottoirs, chaussées, dépannages des lampadaires.

### DÉBARRAS NEPTUNE

32 boulevard Paul-Vaillant Couturier 93100 Montreuil

☎ 01 48 51 54 @ [62\\_neptune.services@laposte.net](mailto:62_neptune.services@laposte.net)

Récupération de meubles, vaisselle, vêtements, livres, disques, bibelots...

### EMMAÛS

40 rue Riquet 75019 Paris

☎ 09 70 81 89 60

Retrait des objets encombrants à domicile.



# Les loisirs

Clubs, cinémas, musique, théâtres, musées, sports, parcs et jardins, etc.

**Dans le 19<sup>e</sup>, il existe de multiples façons de se distraire, de se cultiver, de faire du sport, ou encore d'aller se ressourcer dans la nature : clubs, cinémas, musique, théâtres, musées, sports, par et jardins, etc.**

## LE PASS CULTURE 19<sup>e</sup>

Le Pass Culture 19<sup>e</sup>, a été mis en place en janvier 2017 par la Mairie du 19<sup>e</sup> en partenariat avec une quarantaine de lieux culturels de l'arrondissement.

**Le Pass Culture est un dispositif gratuit, sous forme de carte nominative, qui vous permet de bénéficier d'une information centralisée sur l'actualité culturelle de l'arrondissement grâce à une newsletter numérique hebdomadaire, ainsi que d'offres permanentes et ponctuelles dans les diverses structures partenaires (invitations à des spectacles, visites guidées d'expositions, réductions tarifaires, etc.).** Si vous n'avez pas encore votre Pass, il vous suffit de retirer votre bulletin d'inscription en Mairie et de le renvoyer par courrier ou bien de le déposer en Mairie. Vous pouvez également envoyer un mail à @ passculture19@paris.fr avec les informations suivantes : nom et prénom, adresse postale, adresse mail, si oui ou non vous souhaitez recevoir la newsletter. Cultivez votre curiosité !

## CINÉ SENIORS

La Mairie du 19<sup>e</sup> a créé cet événement culturel afin de renforcer l'offre de loisirs aux aîné.e.s du 19<sup>e</sup> arrondissement.

Ciné séniors vous permet de (re)découvrir des films projetés gratuitement au cinéma Étoile Lilas dans la limite des places disponibles.

**De septembre à juin, dix films de grande qualité, sélectionnés par le Conseil des Anciens du 19<sup>e</sup> et élargi à un panel citoyen, vous sont proposés chaque mois.**

Le programme de la saison est disponible auprès du bureau d'accueil de la Mairie du 19<sup>e</sup> ou sur le site internet [www.mairie19.paris.fr](http://www.mairie19.paris.fr) rubrique « actualités ».

**Réservation obligatoire auprès du bureau d'accueil de la Mairie.**

## EXTRAVADANSE SENIORS

Chaque année, la Mairie du 19<sup>e</sup> en collaboration avec le Rosa Bonheur organise un événement artistique novateur où se mêlent performances

artistiques et bal autour d'un thème. Les seniors deviennent acteurs de l'événement sous la direction de plusieurs artistes, la performance endiablée s'achève par un défilé et la prestation la plus extravagante se voit récompensée par un prix.

## NET SENIORS

Afin de réduire la fracture numérique, la Mairie du 19<sup>e</sup> propose des ateliers pour les seniors afin de les aider à s'adapter aux techniques informatiques.

**Inscriptions auprès du bureau d'accueil de la Mairie.**

## DEVENEZ BÉNÉVOLES !

Vous avez envie de donner un peu de votre temps, de transmettre votre savoir-faire, de vous engager auprès de celles et ceux qui en ont le plus besoin ?

**Trouvez une mission bénévole selon vos envies et disponibilités sur le site [www.jemengage.paris.fr](http://www.jemengage.paris.fr)**

## LE CASVP VOUS PROPOSE :

17 rue Meynadier 75019 PARIS

Service des loisirs ☎ 01 40 83 15 et 01 40 40 83 16

- Des invitations gratuites : théâtre, variétés, opérette, cirque, conférences... (1 spectacle par mois) ;
- Des excursions et des vacances (moyennant participation financière).

## UNIVERSITÉ PERMANENTE DE PARIS

Elle vous propose des activités culturelles sous forme de sessions tout au long de l'année. Trois brochures éditées en janvier, juin et septembre informent du programme de ces sessions. Ces activités culturelles sont organisées sous forme de filières avec des conférences, ateliers, visites sur sites et possibilité de sorties culturelles.

Les activités sont gratuites à l'exception de certains ateliers et stages pour lesquels une participation financière est demandée en fonction de vos ressources.

Pour tout renseignement ou inscription s'adresser au :  
CASVP, 17 rue Meynadier 75019 PARIS  
Service des loisirs ☎ 01 40 83 15 et 01 40 40 83 16

## LES CLUBS CASVP

L'Agenda des clubs est disponible sur le site internet de la Mairie du 19<sup>e</sup> 🌐 [www.mairie19.paris.fr](http://www.mairie19.paris.fr), rubrique « Ma Mairie » puis « Séniors et CASVP ».

**CLUB BOIS** : 10/12 rue des Bois 75019 Paris

☎ 01 42 40 40 44

Ouvert matin et après-midi.

Activités : yoga, conversations en anglais, peinture, création de bijoux, cours de chant et de danse, jeux de société, jeux de mémoire, etc.

### CLUB CHAUFOURNIERS

2 allée Georges-Récipon 75019 Paris

☎ 01 42 03 53 70

Ouvert matin et après-midi.

Activités : conversations en anglais, italien et espagnol, théâtre, gymnastique, relaxation, jeux de société, peinture sur soie, etc.

### CLUB QUAI DE SEINE

72 rue de Meaux 75019 Paris

☎ 01 46 07 30 42

Ouvert l'après-midi.

Activités : jeux de société, danses, atelier peinture, conversations en espagnol, cours de français, etc.

### CLUB FLANDRE

142 bis avenue de Flandre 75019 Paris

☎ 01 40 34 49 55

Ouvert matin et après-midi.

Activités : ateliers d'expression orale, d'initiation à internet, conversation d'anglais, jeux de société, billard, couture, bijoux, etc.

## LES AUTRES CLUBS

### URA UNION RETRAITE ACTION

16 rue du Général Brunet 75019 Paris

☎ 01 40 40 27 80 @ [casvp-m2a@paris.fr](mailto:casvp-m2a@paris.fr)

Permanence : uniquement le mardi de 15 h 00 à 17 h 00 au 21 rue Francis-Ponge 75019 Paris

Adresse correspondance : URA chez Maison des Aînés et des Aidants, 126 quai de Jemmapes 75010 Paris

Activités : balades pédestres, atelier d'écriture, de gymnastique, de sophrologie, rencontres philosophiques.

Conservatoire Historique d'Études et de Recherches du 19<sup>e</sup> arrondissement (CHER 19) pour les passionné.e.s de l'histoire du 19<sup>e</sup> : conférences et expositions, études, recherches historiques, etc.

### DANUBE PALACE

4 rue de la Solidarité (fond de cour) 75019 Paris ☎ 01 42 08 48 04

Café culturel d'Économie Sociale et Solidaire.

Activités proposées : cours de poterie, atelier tricot, atelier d'écriture, cours Net'senior, cours de mixage et de scratch, ciné seniors/ciné débat.

### CENTRE RÉSIDENTIEL VALENTIN HAÛY

64 rue Petit 75019 Paris

☎ 01 53 38 55 65

Réservé aux déficients visuels (conférences, cours de braille, tissage, cuisine, etc.).

### CLUB DES RETRAITÉS MGEN

182 boulevard de la Villette 75019 Paris

☎ 01 44 52 75 92 🌐 [www.clubmgenretraites.paris](http://www.clubmgenretraites.paris)

Réservé aux adhérent.e.s parisien.ne.s (conférences, informatique, ateliers du rire, langues étrangères, spectacles et sorties).

### CLUB ESPACE CAMBRAI

28 rue Bernard-Tétu 75019 Paris

☎ 01 40 37 78 85

Activités : ateliers informatique/jeux, gymnastique douce, taï chi, sophrologie, espace convivialité, etc.

## ESPACE 19 MULTIMÉDIA

167 rue de Crimée 75019 Paris  
☎ 01 40 38 12 47

Les inscriptions sont faites un mercredi par trimestre (se renseigner au préalable).

## LE CAFÉ SOCIAL AYYEM ZAMEM

7 rue de Pali-Kao 75020 Paris  
☎ 01 40 33 25 25 @ contact@cafesocial.org

Accueil réservé aux personnes âgées parisiennes de plus de 60 ans en situation de précarité, notamment migrantes [www.cafesocial.org](http://www.cafesocial.org)

Lieu de mixité sociale et culturelle, permanences sociales, activités culturelles, jeux et ateliers numériques.

## LES CENTRES PARIS ANIM'

### CENTRE PARIS ANIM' MATHIS

15 rue Mathis 75019 Paris  
☎ 01 40 34 50 80 @ camathis@ligueparis.org

### CENTRE PARIS ANIM' CURIAL

90 rue Curial 75019 Paris  
☎ 01 40 34 91 69 @ cacurial@ligueparis.org

### CENTRE PARIS ANIM' CLAVEL

26 rue Clavel 75019 Paris  
☎ 01 42 40 87 78 @ cacalvel@ligueparis.org

### CENTRE PARIS ANIM' RÉBEVAL

36 rue Rébeval 75019 Paris  
☎ 01 53 38 90 65 @ carebeval@ligueparis.org

### CENTRE PARIS ANIM' PLACE DES FÊTES

2/4 rue des Lilas 75019 Paris  
☎ 01 40 18 76 45 @ caplacedesfetes@ligueparis.org

### CENTRE PARIS ANIM' SOLIDARITÉ ANGÈLE MERCIER

133/135 boulevard Sérurier 75019 Paris  
☎ 01 42 49 25 16 @ casolidarite@laligue.org

## LES BIBLIOTHÈQUES

### PLACE DES FÊTES

18 rue Janssen 75019 Paris  
☎ 01 42 49 55 90 (également discothèque)

### LE PORTÂGE

Service gratuit de portage de livres au domicile des personnes âgées et aux personnes en situation de handicap demeurant dans le 19<sup>e</sup> arrondissement effectué par les volontaires du service civique. Pour vous inscrire, il suffit d'appeler la bibliothèque Place des Fêtes. ●

### CLAUDE LEVI-STRAUSS

41 avenue de Flandre 75019 Paris  
☎ 01 40 35 96 46

### FESSART

6 rue Fessart 75019 Paris  
☎ 01 42 08 49 15

Programmation et catalogue des bibliothèques sur  
🌐 [www.bibliotheques.paris.fr](http://www.bibliotheques.paris.fr)

### MÉDIATHÈQUE DE LA CITÉ DES SCIENCES

30 avenue Corentin-Cariou 75019 Paris  
☎ 01 40 05 76 76 🌐 [www.cite-sciences.fr](http://www.cite-sciences.fr)

### ARCHIVES DE LA VILLE DE PARIS

18 boulevard Sérurier 75019 Paris  
☎ 01 53 72 41 23

## LES THEÂTRES

### THÉÂTRE PARIS VILLETTE

211 avenue Jean-Jaurès

☎ 01 40 03 72 23

🌐 [www.theatre-paris-villette.fr](http://www.theatre-paris-villette.fr)

### ART STUDIO THÉÂTRE

299 rue de Belleville

☎ 01 42 45 73 25

🌐 [www.artstudiotheatre.org](http://www.artstudiotheatre.org)

### BOUFFON THÉÂTRE

28 rue de Meaux

☎ 01 42 38 35 53

🌐 [www.bouffontheatre.fr](http://www.bouffontheatre.fr)

### THÉÂTRE CLAVEL

3 rue Clavel

☎ 01 42 38 22 58

🌐 [www.theatre-clavel.com](http://www.theatre-clavel.com)

### THÉÂTRE DARIUS MILHAUD

80 allée Darius-Milhaud

☎ 01 42 01 92 26

🌐 [www.theatredariusmilhaud.fr](http://www.theatredariusmilhaud.fr)

### THÉÂTRE DU GOUVERNAIL

5 passage de Thionville

☎ 01 48 03 49 92

🌐 [www.theatredugouvernai.fr](http://www.theatredugouvernai.fr)

### THÉÂTRE ZE ARTIST'

8 rue Pradier

🌐 [www.zeartists.net](http://www.zeartists.net)

### GUIGNOL ANATOLE (MARIONNETTES)

Parc des Buttes-Chaumont (d'avril à octobre)

☎ 01 40 30 97 60

🌐 [www.guignol-paris.com](http://www.guignol-paris.com)

## LES SALLES DE SPECTACLE

### L'ABRACADABAR

123 avenue Jean Jaurès

🌐 [www.abracadabrar.fr](http://www.abracadabrar.fr)

### L'ATELIER DU PLATEAU

5 rue du Plateau

☎ 01 42 41 28 22

🌐 [www.atelierduplateau.org](http://www.atelierduplateau.org)

### L'ESPACE B

16 rue Barbanègre

☎ 01 40 37 30 29

🌐 [www.espaceb.net](http://www.espaceb.net)

### LE CENTQUATRE-PARIS

104 rue d'Aubervilliers

☎ 01 53 35 50 00

🌐 [www.104.fr](http://www.104.fr)

### GLAZ'ART

7 avenue de la Porte de la Villette

☎ 01 40 36 55 65

### LE VENT SE LÈVE !

181 avenue Jean-Jaurès

☎ 01 77 17 40 39

🌐 [www.leventseleve.com](http://www.leventseleve.com)

### ESPACE CULTUREL DES ARTS DU MASQUE – COMPAGNIE VARSORIO

32 rue de la Solidarité Porte D

🌐 [www.varsorio.com/site-officiel](http://www.varsorio.com/site-officiel)

## LES PÉNICHES D'ANIMATION

De la place de la bataille de Stalingrad au parc de la Villette, les péniches d'animation proposent expositions, concerts, conférences, bals, ateliers et petite restauration. Suite à deux appels à projets lancés par la Ville de Paris, de nouvelles péniches vont progressivement arriver sur le canal de l'Ourcq.

### Bassin de la Villette

#### PÉNICHE ANTIPODE

Face au 55 quai de la Seine

☎ 01 42 03 39 07 @ contact@penicheantipode.net  
🌐 www.penicheantipode.fr 🌐 facebook.com/penicheantipode

#### PÉNICHE ADÉLAÏDE

Face au 57 quai de la Seine

☎ 06 81 43 52 47 @ penichead.arca@gmail.com  
🌐 www.penicheadelaide.com 🌐 facebook.com/penicheadelaide

#### PÉNICHE LA POP

Face au 61 quai de la Seine

☎ 01 53 35 07 77 @ contactlapop@gmail.com  
🌐 lapop.fr 🌐 facebook.com/penichelapop

#### PÉNICHE ANAKO

Face au 34 quai de la Loire

☎ 07 81 69 50 66 @ info@peniche.anako.com  
🌐 penicheanako.org 🌐 facebook.com/peniche.anako/

#### LA BOUGEOTTE

Face au 46 quai de Loire

☎ 06 89 54 98 71 @ peniche.labougeotte@gmail.com  
🌐 peniche-labougeotte.com 🌐 facebook.com/PenicheLaBougeotte

### Bassin de la Villette élargi

#### PÉNICHE GRANDE FANTAISIE

Face au 3 quai de l'Oise

@ grandefantaisie@gmail.com 🌐 facebook.com/Grande-Fantaisie

## PÉNICHE LIBRAIRIE L'EAU ET LES RÊVES

Face au 9 quai de l'Oise

☎ 06 60 62 24 56  
🌐 www.penichelibrairie.com 🌐 facebook.com/nauticalbookshop

#### PÉNICHE NEZ ROUGE

Face au 13 quai de l'Oise

☎ 01 42 00 71 99 @ contact@lenezrouge.com  
🌐 www.lenezrouge.com 🌐 facebook.com/LeNezRougeParis/

#### ARTICANAL

Face au 27 quai de l'Oise

### Parc de la Villette

#### PÉNICHE CINÉMA

Parc de la Villette

Face au Cabaret Sauvage

59 boulevard Macdonald

☎ 09 54 73 00 95 @ penichecinema@gmail.com  
🌐 penichecinema.net 🌐 facebook.com/penichecinema

#### LILI BOUH

Parc de la Villette

Face au Cabaret Sauvage

59 boulevard Macdonald

## ÉTABLISSEMENT PUBLIC DU PARC ET DE LA GRANDE HALLE DE LA VILLETTE

#### CITÉ DES SCIENCES ET DE L'INDUSTRIE

Entrée principale par le 30 avenue Corentin-Cariou 75019 PARIS

☎ 01 40 05 80 00

Des expositions permanentes ou temporaires, des simulations, un sous-marin à visiter, un planétarium et, en accès libre et gratuit, les débats et conférences, l'aquarium et l'immense médiathèque des sciences, des techniques et de l'industrie.

Une attention particulière a été portée au public handicapé : handicap moteur et mental, sourd et malentendant

🌐 www.cite-sciences.fr

## LA VILLETTE

209/211 avenue Jean-Jaurès  
☎ 01 40 03 75 75

## PHILARMONIE – CITÉ DE LA MUSIQUE

209/211 avenue Jean-Jaurès  
☎ 01 44 84 45 00 🌐 [www.philarmoniedeparis.fr](http://www.philarmoniedeparis.fr)

## LE ZÉNITH

☎ 01 42 08 60 00 🌐 [www.zenith-paris.com](http://www.zenith-paris.com)

## LE HALL DE LA CHANSON

209/211 avenue Jean-Jaurès  
☎ 01 53 72 43 00 🌐 [www.lehall.com](http://www.lehall.com)

## TRABENDO

209/211 avenue Jean-Jaurès  
☎ 01 42 06 05 52 🌐 [www.letrabendo.net](http://www.letrabendo.net)

## CABARET SAUVAGE

Accès par le 59 boulevard Macdonald  
☎ 01 42 09 01 09 🌐 [www.cabaret-sauvage.com](http://www.cabaret-sauvage.com)

## ENSEIGNEMENT DE LA MUSIQUE, DE LA DANSE ET DE L'ART DRAMATIQUE

### CONSERVATOIRE MUNICIPAL JACQUES IBERT

81 rue Armand-Carrel  
☎ 01 42 06 77 20

### CONSERVATOIRE NATIONAL SUPÉRIEUR DE MUSIQUE ET DE DANSE

☎ 01 40 40 45 45 🌐 [www.conservatoiredeparis.fr](http://www.conservatoiredeparis.fr)

### COURS FLORENT

37/39 avenue Jean-Jaurès  
☎ 01 40 40 04 44

### LA CASA DEL TANGO

11 allée Darius-Milhaud  
☎ 01 40 40 73 60



## LES CINÉMAS

### MK2

7 quai de la Loire  
☎ 08 92 69 84 84

14 quai de la Seine  
☎ 08 92 69 84 84

### CINÉMA ÉTOILE LILAS

Place du Marquis de Vercors 75020 Paris  
🌐 [www.etoile-cinemas.com/lilas/](http://www.etoile-cinemas.com/lilas/)

### UGC CINÉ CITÉ PARIS 19°

166 boulevard Macdonald  
🌐 [www.ugc.fr](http://www.ugc.fr)

### CINÉ PATHÉ LA VILLETTE

Vill'Up 30 avenue Corentin-Cariou  
🌐 [www.cinemasgaumontpathe.com/cinemas/cinema-pathe-la-villette](http://www.cinemasgaumontpathe.com/cinemas/cinema-pathe-la-villette)

### LA GÉODE ET CINAXE

Parc de la Villette  
☎ 01 40 05 12 12 🌐 [www.lageode.fr](http://www.lageode.fr)

## SPORTS / ACTIVITES DE PLEIN AIR

### • Bon à savoir

Vous avez plus de 55 ans ? Rejoignez le programme Senior+. Chaque année en septembre, grâce à votre Carte Citoyenne-Citoyen de Paris, vous pouvez accéder gratuitement à une offre complète d'activités sportives et accessible dans tous les arrondissements. De la marche nordique au taekwondo en passant par l'aquagym, la gym douce, le tennis ou le stretching, le programme est ouvert à tou.te.s les seniors qui résident à Paris. Le programme est en ligne [www.paris.fr/senior](http://www.paris.fr/senior). Les inscriptions, quant à elles, se feront directement auprès des animateurs sportifs lors des premières séances. Je n'ai pas la Carte Citoyenne-Citoyen de Paris : gratuite et ouverte à tou.te.s les résident.e.s parisien.ne.s, la Carte Citoyenne-Citoyen de Paris vous permet d'accéder à une offre d'événements festifs, culturels et civiques tout au long de l'année. **Les inscriptions se font sur le site [www.paris.fr/cartecitoyenne](http://www.paris.fr/cartecitoyenne) ou à l'espace Facilitation numérique à la Mairie du 19<sup>e</sup>.** ●

### OFFICE DU MOUVEMENT SPORTIF (O.M.S)

Permanence en Mairie du 19<sup>e</sup> le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9 h 00 à 13 h 00

☎ 01 44 52 28 29 @ [oms19.paris@orange.fr](mailto:oms19.paris@orange.fr) 🌐 [www.oms19paris.fr](http://www.oms19paris.fr)

Renseignements sur les activités sportives

### LES PISCINES :

4 rue David d'Angers

☎ 01 42 02 45 10

1 rue Rouvet

☎ 01 40 36 40 97

15 rue Mathis

☎ 01 40 34 51 00

24 rue Édouard-Pailleron

☎ 01 40 40 27 70

### FÉDÉRATION SPORTIVE ET GYMNIQUE DU TRAVAIL (F.S.G.T.)

41 avenue de Flandre

☎ 01 40 35 18 49

### ASSOCIATION S.I.E.L BLEU ILE-DE-FRANCE

19 rue Mercoeur (il faut sonner au numéro 11 à « Siel Bleu » pour entrer), 75011 Paris

☎ 01 81 69 01 00

Activités physiques et sportives adaptées aux personnes âgées, possibilité de séances à domicile.

### LES CLUBS CASVP (VOIR RUBRIQUE CLUBS)

### LES PARCS ET JARDINS

#### PARC DES BUTTES-CHAUMONT

**PARC DE LA BUTTE DU CHAPEAU ROUGE :** entrée avenue Debidour.

**PARC DE LA VILLETTE :** entrées par l'avenue Corentin-Cariou et l'avenue Jean-Jaurès.

**LES JARDINS D'ÉOLE :** entrée par les rues du Département, Riquet et Aubervilliers.

**JARDIN SERGE GAINSBORG :** accès avenue de la Porte des Lilas.

### LES JARDINS PARTAGÉS

**COULEURS ET SENTEURS :** Square Luc Hoffmann (ex Flandre-Maroc-Tanger), passage Marcel-Landowsky / 49 ter avenue de Flandre

**JARDIN LE VER TÊTU :** Résidence Michelet, rue Bernard-Têtu

**JARDIN DE LA BUTTE BERGEYRE :** 78 rue Georges-Lardennois

**JARDIN FESSART :** 45 rue Fessart / 32 rue Clavel

**JARDIN HÉROLD :** Square Hérold, 13 rue Francis-Ponge

**JARDIN SAINT SERGE :** 93 rue de Crimée

**LE MOISSONNEUR DES LILAS :** Square Serge Gainsbourg, place du Maquis du Vercors

**LE P'TIT JARDIN D'EUGÉNIE** : 23 rue des Lilas  
**LES PETITS PASSAGES** : 33 rue Petit  
**L'ÎLOT LILAS** : 295 rue de Belleville / rue Haxo  
**SERRE AUX LÉGUMES** : 57 avenue de Flandre  
**UN P'TIT BOL D'HERBE** : 6-8 rue de l'Ourcq  
**JARDIN COLMAR/THONVILLE** : 8 rue de Colmar / rue de Thionville  
**JARDIN CHARMANTE PETITE CAMPAGNE URBAINE** : 36 quai de la Marne  
**JARDINS DES CHAUFOURNIERS** : 20 avenue Mathurin-Moreau  
**JARDIN DE LA RUE DU MAROC** : 26 rue du Maroc  
**JARDIN DES APPRENTIS-SAGES** : 15 bis-17 rue Jules-Romains  
**JARDIN STALINGRAD** : 240 boulevard de la Villette  
**LE JARDIN ENCHANTÉ** : 5-7 rue Henri-Rivière  
**LES JARDINS PASSAGERS** : Parc de la Villette, Porte de Pantin  
**À LA BONNE HERBE** : 4 place Marcel-Achard  
**LE JARDIN D'AUGUSTIN** : 6 rue Augustin Thierry  
**KALBASS** : 12 place Marcel Achard (jardin pédagogique donc l'accès est limité à 19 personnes)  
**Renseignements sur place ou auprès de la Maison du Jardinage**  
 (☎ 01 53 46 19 19 @ [main.verte@paris.fr](mailto:main.verte@paris.fr))

## LES VOYAGES

### C.A.S.V.P.

17 rue Meynadier 75019 Paris  
 ☎ 01 40 40 83 16  
 Séjours et circuits de 1 à 8 jours

### PETITS FRÈRES DES PAUVRES

64 avenue Parmentier 75011 Paris  
 ☎ 01 49 23 13 00  
 Organisation de vacances, plusieurs destinations, séjour adapté à l'état de santé.



# Les conseils pratiques

Bon à savoir

## D'autres conseils... très utiles car même arrivé.e à un certain âge, on en a toujours besoin.

Chez soi et à l'extérieur

### CHEZ VOUS :

- Équipez votre porte d'un système de fermeture fiable, d'un viseur optique (judas), d'un entrebailleur.
- Ne laissez pas entrer des inconnu.e.s dans l'immeuble, ne leur ouvrez pas votre porte surtout si vous êtes seul.e.

**Veillez à la fermeture de l'accès collectif** à l'entrée de l'immeuble.

- Exigez les cartes professionnelles des visiteur.se.s (même en uniforme) et, en cas de doute, vérifiez leur identité en téléphonant au service dont ils se réclament.
- N'inscrivez pas vos noms et adresse sur votre trousseau de clés.
- En cas d'absence durable : faites suivre votre courrier ou faites le prendre par une personne de confiance ; une boîte à lettres débordante de plis révèle une longue absence.
- En cas d'incendie : si un incendie se développe soudainement chez vous, prenez, avant de quitter votre logement, un dossier que vous aurez constitué au préalable. Dans ce dossier : l'adresse, téléphone et numéro de police de votre assurance. Photocopie de vos papiers d'identité, carte de sécurité sociale.

### LORSQUE VOUS SORTEZ DE CHEZ VOUS :

- Faites-vous accompagner par un parent ou un.e ami.e lorsque vous allez percevoir votre pension ou autre revenu et dissimulez aussitôt vos espèces.
- Ne manipulez pas votre argent en public.
- Ne vous promenez pas dans la rue avec un sac ouvert et facilement saisissable par un passant.
- Tenez votre sac en bandoulière plutôt qu'à la main.
- Évitez de transporter sur vous d'importantes sommes d'argent et n'arborez pas de bijoux trop voyants.
- Ne gardez pas votre porte-monnaie dans la main quand vous faites vos courses.

## CIRCULEZ Á PIED EN TOUTE SÉCURITÉ :

- Marchez toujours face aux voitures, hors des zones d'ombre et plus près du mur que de la route, en tenant votre sac du côté opposé à la chaussée.
- Si un.e individu.e vous suit, n'hésitez pas à vous rapprocher des autres passant.e.s ou à entrer dans un lieu animé.
- En cas d'agression, n'hésitez pas à crier au secours.
- Méfiez-vous des gens qui semblent vouloir vous rendre service ou qui veulent un renseignement. Il peut s'agir d'un prétexte pour profiter de votre inattention et dérober votre portefeuille ou tout autre bien.
- Méfiez-vous des 2 roues qui empruntent subrepticement le trottoir et dont le.la passager.e arrière pourrait avoir, à cet égard, des intentions malveillantes.
- Pour avoir le temps de traverser au feu, partez quand le bonhomme passe au vert.
- Regardez à gauche et à droite et faites signe que vous traversez.
- Ne traversez pas trop près d'un véhicule à l'arrêt.
- Franchissez les voies larges en deux fois en profitant du terre-plein central.
- Redoublez d'attention dans les couloirs bus à contre sens.
- Ayez conscience de vos « handicaps » (marche ralentie, ouïe, vue diminuée).
- Préférez les vêtements visibles la nuit.
- Il n'existe pas de taux illégal d'alcoolémie pour les piéton.ne.s, mais pensez-y !!!
- En cas de pluie, les bandes des passages protégés peuvent devenir glissantes, soyez prudent.e.

## EN CAS DE CANICULE, INSCRIVEZ-VOUS, PROTÉGEZ-VOUS !

● Face aux fortes chaleurs de l'été, certains sont plus fragiles : l'augmentation des températures peut mettre en danger les personnes âgées, les personnes handicapées et les personnes isolées. C'est pourquoi la Mairie de Paris met en place chaque année un dispositif d'aide d'accompagnement en direction des Parisien.ne.s les plus vulnérables. Pour en bénéficier, **il suffit de vous inscrire en appelant le 3975.**

### POURQUOI VOUS INSCRIRE ?

● En cas de canicule, les personnes inscrites seront contactées, en toute confidentialité, par des agent.e.s mandaté.e.s par la Ville de Paris pour s'assurer que tout va bien. En cas de problème ou de non-réponse, une alerte est enclenchée et peut être suivie d'une intervention à domicile.

● Ce dispositif n'est donc efficace que si vous indiquez au 3975 vos dates ou périodes d'absences de votre domicile en juin, juillet et août. Si ces dates changent, n'oubliez pas de le signaler.

**L'inscription est gratuite et volontaire. Les informations que vous communiquez sont confidentielles et la radiation interviendra sur une simple demande de votre part.**

### QUELLES SONT LES PRÉCAUTIONS À PRENDRE AVANT L'ÉTÉ ?

**Chez vous :** assurez-vous du bon fonctionnement de vos appareils ménagers : réfrigérateur, congélateur... Procurez-vous si cela est possible, un ventilateur et vérifiez que vos volets ferment bien, que les stores fonctionnent bien et que vos rideaux isolent bien des rayons du soleil, surtout dans les pièces en plein soleil.

**À L'extérieur :** repérez les endroits climatisés ou frais proches de chez vous (magasins, cinémas, lieux publics, etc.).

**Si vous êtes seul.e une partie de l'été :** informez vos voisin.ne.s, votre gardien.ne pour qu'ils.elles prennent régulièrement de vos nouvelles et pensez à mettre en évidence les coordonnées d'une personne à prévenir.

**Si vous suivez un traitement ou un régime :** demandez conseil à votre médecin pour savoir ce que vous devez faire en cas de canicule. Votre pharmacien.ne peut également vous informer.



## Abréviations

Déchiffrer sigles et abréviations

**A.A.H.** : Allocation aux Adultes Handicapés  
**A.C.T.P.** : Allocation Compensatrice Tierce Personne  
**A.D.I.A.M.** : Association D'aide aux Israélites Agés et Malades  
**A.D.I.L.** : Association Départementale d'Information sur le Logement  
**ALMA PARIS** : Allo Maltraitance des Personnes Agées  
**A.N.A.H.** : Agence Nationale pour l'Amélioration de l'Habitat  
**A.P.A.** : Allocation Personnalisée d'Autonomie  
**A.P.- H.P.** : Assistance Publique - Hôpitaux de Paris  
**A.P.F.** : Association des Paralysés de France  
**A.P.L.** : Aide Personnalisée au Logement  
**A.S.P.A** : Allocation de Solidarité aux Personnes Agées  
**A.R.E.P.A.** : Association des Résidences pour Personnes Agées  
**A.R.R.C.O.** : Association des Régimes de Retraites Complémentaires  
**A.P.A.T.D.** : Association Pour l'Assistance Totale à Domicile  
**A.T.A.G.H.** : Assistance et Transports Adaptés pour les Grands Handicapés  
**A.U.M.P.** : Association pour les Urgences Médicales de Paris  
**A.V.C.** : Accidents Vasculaires Cérébraux  
**A.V.H.** : Association Valentin Haüy pour le bien des aveugles  
**C.A.F.** : Caisse d'Allocations Familiales  
**C.A.J.** : Centre d'Accueil de Jour  
**C.A.S.I.P.** : Comité d'Action Sociale Israélite Paris  
**C.A.S.V.P.** : Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris  
**C.G.L.** : Confédération Générale du Logement  
**C.H.S.** : Centre Hospitalier Spécialisé  
**C.H.U.** : Centre Hospitalier Universitaire

**C.I.C.A.S.** : Centre d'Information et de Coordination de l'Action Sociale  
**C.M.P.** : Centre Médico/Psychologique  
**C.N.A.V.** : Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse  
**C.N.L.** : Confédération Nationale du Logement  
**C.O.D.E.R.P.A.** : Comité Départemental des Retraités et Personnes Agées de Paris  
**C.O.J.A.S.O.R.** : Comité Juif d'Action Sociale et de Reconstruction  
**C.P.A.M.** : Caisse Primaire d'Assurance Maladie  
**C.R.A.M.I.F.** : Caisse Régionale d'Assurance Maladie d'Ile-de-France  
**D.A.S.E.S.** : Direction de l'Action Sociale de l'Enfance et de la Santé  
**E.H.P.A.D.** : Établissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes  
**E.P.O.C.** : Espace Psychanalytique d'Orientation et de Consultation  
**E.S.A.** : Équipes Spécialisées Alzheimer  
**E.S.C.A.V.I.E.** : Espace Conseil pour l'Autonomie en milieu ordinaire de Vie  
**F.S.G.T.** : Fédération Sportive et Gymnique du Travail  
**F.S.L.** : Fonds de Solidarité Logement  
**I.R.C.A.N.T.E.C.** : Institution de Retraite Complémentaire des Agents non Titulaires de l'État et des Collectivités publiques  
**I.E.R.F.A.S.** : Institut d'Études, de Recherches, de Formation en Action Sociale  
**M2A** : Maison des Aînés et des Aidants  
**M.D.P.H.** : Maison Départementale des Personnes Handicapées  
**M.G.E.N.** : Mutuelle Générale de l'Enseignement National  
**O.M.S.** : Office du Mouvement Sportif



Mes notes

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

Mes notes

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

