



# Séniors



**Vous avez besoin d'en savoir plus sur vos droits ?**

**Vous recherchez une aide au maintien à domicile  
et/ou matérielle ?**

## Espace Seniors Départemental – Moyenne et Haute Vallée de l'Aude

**Lieu de Permanence :** 47 Boulevard Charles de Gaulle 11500 QUILLAN

**Services proposés :** Ateliers d'informatique, activités diverses à destination des personnes âgées de plus de 60 ans, prévention des risques.

**Modalités d'accueil :** Sur inscription

**Contact :** 04 68 69 79 60 / [esmoyenneethautevallee@aude.fr](mailto:esmoyenneethautevallee@aude.fr)

**Site internet :** [www.aude.fr/espaces-seniors](http://www.aude.fr/espaces-seniors)

## Centre Intercommunal d'Action Sociale (CIAS) des Pyrénées Audoises

**Adresse :** 2 Rue Anatole France François 11500 QUILLAN

**Services proposés :** Service d'aide à domicile, APA, portage de repas.

**Contact :** 04 68 20 00 10 / 06 26 59 65 42 / [accueil@pyreneesaudois.fr](mailto:accueil@pyreneesaudois.fr)

**Site internet :** [www.pyreneesaudois.fr/](http://www.pyreneesaudois.fr/)

**Direction :** Valérie BOUCABEILLE

**Contact :** 07 84 34 34 00 / [valerie.boucabeille@pyreneesaudois.fr](mailto:valerie.boucabeille@pyreneesaudois.fr)

**Secteur QUILLAN :** 2 Rue Anatole France 11500 QUILLAN

**Contact :** 06 26 59 65 42 / [sylvie.alard@pyreneesaudois.fr](mailto:sylvie.alard@pyreneesaudois.fr)

**Secteur QUILLAN PÉRIPHÉRIE :** 2 Rue Anatole France 11500 QUILLAN

(Belvianes – Brenac – Campagne sur Aude – Granès – Saint Ferriol – St Julia de Bec – St Just et le Bézu – St Louis et Parahou)

**Contact :** 04 68 20 82 91 / [aurelie.chaput@pyreneesaudois.fr](mailto:aurelie.chaput@pyreneesaudois.fr)

**Secteur CHALABRE :** Cours d'Aguesseau 11230 CHALABRE

**Contact :** 04 68 69 99 47 / 06 84 67 50 37 / [sylvie.palos@pyreneesaudois.fr](mailto:sylvie.palos@pyreneesaudois.fr)

**Secteur d'AXAT** : Mairie d'AXAT 66 Route départemental 11140 AXAT

**Contact** : valerie.clement@pyreneesaudois.fr

**Secteur Pays de Sault** : Maison de la Montagne 11340 ROQUEFEUIL

**Contact** : aurelie.chaput@pyreneesaudois.fr

## Centre Communal d'Action Sociale (CCAS de Quillan)

**Lieu de Permanence** : Mairie 11500 QUILLAN

**Services proposés** : Repas des Aînés.

**Modalités d'accueil** : Sur inscription

**Contact** : 04 30 36 80 43 / ccas@ville-quillan.fr

**Site internet** : [www.quillan.fr](http://www.quillan.fr)

## Emploi et Partage

**Adresse** : 25 Rue Anatole France 11500 QUILLAN

**Services proposés** : Services à la personne – Aide-ménagère – Jardinage.

**Modalités d'accueil** : Mardi, mercredi et jeudi de 8h à 16h30

**Contact** : 04 68 20 93 97 / hautevallee@emploietspartage.fr

**Site internet** : [www.emploietspartage.fr](http://www.emploietspartage.fr)

## A.D.M.R Haute Vallée de l'Aude

**Adresse** : 17 Rue des Augustins 11300 LIMOUX

**Services proposés** : Intervention sur les Pyrénées Audoises - Services à la personne – Aide-ménagère.

**Modalités d'accueil** : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

**Contact** : 04 68 32 32 63 / admrhautevallee@fed11.admr.org

**Site internet** : [www.admr.org/associations/admr-haute-vallee-de-laude](http://www.admr.org/associations/admr-haute-vallee-de-laude)

## Solutia

**Lieu de Permanence :** 54 Allée d'Iéna 11000 CARCASSONNE

**Services proposés :** Intervention sur les Pyrénées Audoises - Services à la personne – Aide-ménagère.

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 18h

**Contact :** 04 68 25 03 06 / [raphael.lochet@solutia-domicile.com](mailto:raphael.lochet@solutia-domicile.com)

**Site internet :** [www.solutia-domicile.com](http://www.solutia-domicile.com)

## Vitalliance

**Lieu de Permanence :** 9 Rue Ernest Cognacq – Bat l'Arche du Sud 11100 NARBONNE

**Services proposés :** Intervention sur les Pyrénées Audoises - Services à la personne – Aide-ménagère.

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 9h à 18h

**Contact :** 04 11 23 00 72 / [narbonne@vitalliance.fr](mailto:narbonne@vitalliance.fr)

**Site internet :** [www.vitalliance.fr/agences/narbonne](http://www.vitalliance.fr/agences/narbonne)

## Action Sociale « AGIRC-ARRCO » pour les 75 ans et +

**Aide à Domicile Momentanée :**

**Lieu de Permanence :** 200 Boulevard Louis Joseph Gay Lussac 11000 CARCASSONNE

**Services proposés :** Maladie, hospitalisation ou absence passagère d'un proche, l'aide à domicile momentanée permet de bénéficier de 10h d'aide à domicile sur 6 semaines maximum – Service gratuit.

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h

**Contact :** 09 70 66 06 60

**Site internet :** [www.agirc-arrco.fr/agences-retraite/agence-de-carcassonne/](http://www.agirc-arrco.fr/agences-retraite/agence-de-carcassonne/)

## **Diagnostic Bien Chez Soi :**

**Lieu de Permanence :** 200 Boulevard Louis Joseph Gay Lussac 11000 CARCASSONNE

**Services proposés :** Permet avec l'aide d'un professionnel d'identifier les aménagements à faire pour rendre son logement plus sûr et confortable.

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h

**Contact :** 09 70 66 06 60

**Site internet :** [www.agirc-arrco.fr/agences-retraite/agence-de-carcassonne/](http://www.agirc-arrco.fr/agences-retraite/agence-de-carcassonne/)

## **Sortir Plus :**

**Lieu de Permanence :** 200 Boulevard Louis Joseph Gay Lussac 11000  
CARCASSONNE

**Services proposés :** Des difficultés pour se déplacer ou sortir seul ? « Sortir Plus » propose de renouer avec les sorties à pied ou en voiture, en étant accompagné d'une personne de confiance.

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h

**Contact :** 09 70 66 06 60

**Site internet :** [www.agirc-arrco.fr/agences-retraite/agence-de-carcassonne/](http://www.agirc-arrco.fr/agences-retraite/agence-de-carcassonne/)

## **Services de Soins à Domicile**

### **S.S.I.A.D de CHALABRE**

**Lieu de Permanence :** Cours d'Aguesseau 11230 CHALABRE – EHPAD

**Services proposés :** Services de soins infirmiers à domicile.

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 8h à 17h

**Contact :** 04 68 69 20 52 / [idec@ehpad-chalabre.fr](mailto:idec@ehpad-chalabre.fr)

**Site internet :** [www.ehpad-chalabre.fr](http://www.ehpad-chalabre.fr)

## **S.S.I.A.D de QUILLAN**

**Lieu de Permanence** : Rue du Docteur Roueylou 11500 QUILLAN

**Services proposés** : Interventions au domicile des personnes en situation de handicap ou de maladies chroniques.

**Modalités d'accueil** : Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h30

**Contact** : 04 68 20 85 16 / [ssiadq@ch-limoux.fr](mailto:ssiadq@ch-limoux.fr)

**Site internet** : [www.hopital-limoux-quillan.fr](http://www.hopital-limoux-quillan.fr)

## Alzheimer

### **Équipe Spécialisée ALZHEIMER (E.S.A) – CH LIMOUX-QUILLAN**

**Lieu de Permanence** : Rue du Docteur Roueylou 11500 QUILLAN

**Services proposés** : Service de soins, d'accompagnement et de réhabilitation pour les personnes atteintes d'Alzheimer.

**Modalités d'accueil** : Du lundi au vendredi de 7h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

**Contact** : 04 68 20 85 16 / [esaq@ch-limoux.fr](mailto:esaq@ch-limoux.fr)

**Site Internet** : [www.hopital-limoux-quillan.fr](http://www.hopital-limoux-quillan.fr)

### **Association France Alzheimer de Quillan**

**Lieu de Permanence** : 11500 Quillan

**Services proposés** : Aide et soutien aux personnes touchées par la maladie ainsi qu'à leurs proches.

**Contact** : 06 10 47 35 03

**Site Internet** : [www.francealzheimer.org/aude/qui-sommes-nous/](http://www.francealzheimer.org/aude/qui-sommes-nous/)

## Parcours de Santé complexes

### **DAC 11 : Dispositif d'Appui à la Coordination de la prise en charge des parcours de santé complexes**

**Lieu de Permanence :** Intervention à domicile. Orientation préalable par un professionnel de santé.

**Services proposés :** Dispositif pour les parcours de santé complexes : aide à l'orientation, aide au suivi, à la coordination, observatoire des parcours.

**Contact :** 04 68 26 29 76 / [contact@dac11.fr](mailto:contact@dac11.fr)

**Site Internet :** [www.dac11.fr/](http://www.dac11.fr/)

## Téléassistance

### **Association Présence Verte Grand Sud**

**Services proposés :** Bip d'urgence avec géolocalisation – Détecteur de mouvement – Boitier à clés, ...

**Lieu de Permanence :** 6 Rue du Palais 11000 CARCASSONNE

**Modalités d'accueil :** Du lundi au jeudi de 8h à 17h – Vendredi de 8h à 16h

**Contact :** 04 68 47 07 90 / [pv11-66@presenceverte.fr](mailto:pv11-66@presenceverte.fr)

**Site Internet :** [presence-verte-aude-po.fr/](http://presence-verte-aude-po.fr/)

## Répit / Accompagnement relais

### **EHPAD « Les Hauts de Bon Accueil » de CHALABRE**

**Services proposés :** Dispositif destiné aux personnes en sortie d'hospitalisation avec pour objectif un retour à domicile.

**Adresse :** Les Hauts de Bon Accueil 11230 CHALABRE

**Modalités d'accueil :** Du lundi au vendredi de 8h à 17h

**Contact :** 04 30 07 60 05 / [bon.accueil@ehpad-chalabre.fr](mailto:bon.accueil@ehpad-chalabre.fr)

**Site Internet :** [www.ehpad-chalabre.fr/](http://www.ehpad-chalabre.fr/)

## **Plateforme de répit – Unité de Vie Sécurisée d’ESPÉRAZA**

**Services proposés :** Accueil le temps d’un week-end des patients atteints d’Alzheimer, Parkinson, ... pour proposer un temps de répit aux aidants.

**Adresse :** EHPAD Chénier 11300 LIMOUX

**Modalités d’accueil :** Accueil du vendredi 17h au dimanche 18h.

**Contact :** 04 68 69 20 52 / [accueil.chenier@ch-limoux.fr](mailto:accueil.chenier@ch-limoux.fr)

## **EHPAD – Accueil de jour et permanent**

### **EHPAD « Les Hauts de Bon Accueil » de CHALABRE**

**Services proposés :** Hébergement permanent ou temporaire en sortie d’hospitalisation ou venue directe du domicile.

**Adresse :** Les Hauts de Bon Accueil 11230 CHALABRE

**Modalités d’accueil :** Du lundi au vendredi de 8h à 17h

**Contact :** 04 68 69 20 52 / [bon.accueil@ehpad-chalabre.fr](mailto:bon.accueil@ehpad-chalabre.fr)

**Site Internet :** [www.ehpad-chalabre.fr/](http://www.ehpad-chalabre.fr/)

### **EHPAD « Gaudissard » d’ESPÉRAZA**

**Services proposés :** Accueil permanent ou temporaire et accueil de jour pour personnes âgées dépendantes.

**Adresse :** 24 Rue Elie Sermet 11260 ESPÉRAZA

**Modalités d’accueil :** Du lundi au vendredi de 9h à 17h

**Contact :** 04 68 74 17 16 / [direction@ch-limoux.fr](mailto:direction@ch-limoux.fr) / [administration@ehpad-gaudissard.fr](mailto:administration@ehpad-gaudissard.fr)



## **EHPAD « La Coustète » de QUILLAN**

**Services proposés** : Possibilité d'accueil de jour ou permanent.

**Adresse** : Rue du Docteur Roueylou 11500 QUILLAN

**Contact** : 04 30 07 60 06 / 04 68 20 67 70 / [coustete@wanadoo.fr](mailto:coustete@wanadoo.fr)

## **EHPAD « Al Niu Del Roc » de ROQUEFEUIL**

**Services proposés** : Accueil permanent pour personnes âgées dépendantes

**Adresse** : D829 11340 ROQUEFEUIL

**Modalités d'accueil** : Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h au CH de QUILLAN

**Contact** : 04 68 20 85 13 / [sandrine.cavarroc@ch-limoux.fr](mailto:sandrine.cavarroc@ch-limoux.fr)

Notes