



GUIDE PRATIQUE *seniors*

L'ÉDITO



Chers Lyonnais,
chères Lyonnaises.

Vous venez d'avoir 65 ans, ou vous les avez depuis longtemps, ce guide est fait pour vous.

Voilà 3 ans maintenant que j'œuvre au sein de l'équipe municipale et des collectivités partenaires, pour que la question des seniors, et plus largement du vieillissement de la population, soit prise en compte dans toutes les politiques publiques que nous développons.

Il en résulte des actions et des dispositifs que vous pouvez mobiliser lorsque vous en avez besoin, que ce soit en termes de déplacement, d'alimentation, de soin et même de logement. Tout est précisé dans ce guide et vous trouverez en fin de document, un carnet d'adresse qui recense l'ensemble des coordonnées utiles.

A une époque où le numérique est devenu incontournable en matière de communication, la Ville de Lyon fait le pari de la communication traditionnelle au format papier (Guide Pratique, Offre Senior...) et innove en ouvrant dans chaque arrondissement des Spots seniors.

Les Spots seniors sont des lieux qui vous accueillent au quotidien pour des activités ou des temps conviviaux et dans lesquels vous retrouverez également toutes les informations utiles aux seniors dans la ville : bons plans, sorties ou animations dédiées...

Mesdames, messieurs, je vous souhaite à toutes et tous, une bonne lecture et une retraite riche et active dans notre belle ville de Lyon.

Alexandre Chevalier

*Adjoint au Maire de Lyon
Lien intergénérationnel et
qualité de vie des aînés*





Photo: Bastien-nvs

Sommaire

PARTIE 1 :

S'informer et s'engager

- p. 7 Accéder aux informations locales
- p. 9 Effectuer ses démarches en proximité
- p. 10 Préparer et profiter de sa retraite
- p. 12 Participer à la vie de la cité

PARTIE 2 :

Choisir ses loisirs

- p. 15 Profiter des temps forts de la vie lyonnaise
- p. 17 Bien vivre dans son quartier
- p. 19 Choisir une activité physique ou sportive
- p. 21 Se former

PARTIE 3 :

Faciliter son quotidien

- p. 23** Prendre ses repas dans un restaurant senior
- p. 24** Disposer de services à domicile ou de services de soin
- p. 26** Adapter son logement
- p. 27** Partager son logement

PARTIE 4 :

Se déplacer facilement

- p. 29** Prendre les transports en commun
- p. 30** Utiliser des transports adaptés

PARTIE 5 :

Prendre soin de soi et des autres

- p. 33** Rester en bonne santé
- p. 36** Prendre soin des autres
- p. 37** Bénéficier d'une aide pour vos frais de santé

PARTIE 6 :

Choisir un nouveau lieu de vie

- p. 39** Prendre un appartement dans une résidence seniors
- p. 40** Intégrer un accueil familial
- p. 41** Intégrer un EHPAD
- p. 43** Bénéficier d'une aide pour réduire son loyer

PARTIE 7 :

Être accompagné

- p. 47** Être soutenu pendant les fortes chaleurs, en cas d'isolement...
- p. 49** Avoir un appui en cas de conflits
- p. 53** Obtenir des aides financières

Carnet d'adresses - p.58

Résidences - Accueils de jour - EHPAD
Restaurants seniors
Mairies d'arrondissement
Maisons de la Métropole de Lyon
Spot seniors



S'INFORMER ET S'ENGAGER



INFOS

ACCÉDER AUX INFORMATIONS LOCALES



Les publications de la Ville

Au fil de Lyon !

Le journal municipal informe les Lyonnaises et les Lyonnais de l'avancement des projets, des initiatives et services à la disposition des habitants, de la vie culturelle et associative, de l'actualité des arrondissements...

Distribué dans toutes les boîtes aux lettres, Au fil de Lyon est aussi disponible dans plus de 200 lieux publics : mairies d'arrondissement, centres sociaux, institutions culturelles ...

Egalement consultable sur lyon.fr et disponible en versions braille et audio. Certains arrondissements diffusent en complément leur propre journal d'arrondissement

—
*Renseignez-vous en
mairie d'arrondissement.*

Lyon.fr

Sur le site officiel de la Ville de Lyon, vous retrouverez des informations générales, culturelles, pratiques, la liste des différents établissements municipaux, des marchés alimentaires, etc...

Chaque arrondissement dispose d'un site propre qui vous permet d'avoir des informations de proximité.

L'appli Ville de Lyon

Pour avoir toutes les infos à portée de main, vous pouvez également télécharger l'appli Ville de Lyon sur votre smartphone.

—
*Application téléchargeable
sur Google Play et sur App Store.*

La Newsletter Senior

Pour être informé tous les mois des sorties du moment et des différentes actualités à l'initiative de la Ville et de ses partenaires, inscrivez-vous à la newsletter senior sur lyon.fr.



Échanges • Proximité



Activités • Bons plans

DES POINTS RESSOURCES

LES SPOTS SENIORS

Participer aux rendez-vous du Spot seniors de votre arrondissement, c'est profiter d'un éclairage sur votre quartier : Des bons plans, la programmation des lieux culturels de votre quartier mais aussi une multitude d'infos pratiques pour bien occuper votre retraite !

Le Spot seniors de votre arrondissement est installé chez un partenaire associatif phare de votre quartier, il vous accueille sur des temps dédiés pour vous proposer des temps de convivialités et des ateliers.

N'hésitez pas à pousser la porte en dehors de ces temps spécifiques, vous pourrez trouver un panel d'informations pratiques, laisser votre petite annonce et repartir avec la programmation mensuelle du lieu et d'autres points d'intérêts lyonnais !

4 Spots seniors sont actuellement ouverts dans le 4ème, 6ème, 7ème et 9ème arrondissements. D'ici 2026, il y aura au moins 1 lieu ressource par arrondissement

—
Carnet d'adresses / Spot seniors p. 63

ADMINISTRATIF

EFFECTUER SES DÉMARCHES EN PROXIMITÉ

La Ville de Lyon

La Ville de Lyon met tout en œuvre pour simplifier l'accès aux services municipaux et faciliter les démarches administratives :

◆ **Sur lyon.fr**, vous pouvez effectuer un certain nombre de démarches en ligne et créer votre compte personnel qui vous permet de suivre le traitement de vos demandes : par exemple, retirer un dossier d'admission en Résidence Seniors, vous inscrire sur le registre du Plan canicule...

◆ **Avec Lyon en direct**, vous avez une réponse rapide à toutes vos questions: formalités et démarches, activités municipales, activités services publics et vie pratique

◆ **Par téléphone** : 04 72 10 30 30.
Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h et le samedi de 8h à 12h

◆ **Aux guichets** des mairies d'arrondissement du lundi au samedi
[carnet d'adresses p. 62]

◆ **Par courrier** : mairie de Lyon
69205 Lyon cedex 01

Les Maisons de la Métropole de Lyon (MDML)

Implantées dans chacun des 9 arrondissements et animées par des professionnels de l'action sociale, les Maisons de la Métropole pour les Solidarités sont les guichets uniques d'accès aux prestations et services du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de la Ville de Lyon et de la Métropole de Lyon.

◆ Pour vous accompagner : dans vos démarches administratives, en cas de difficultés financières.

◆ pour vous aider dans la gestion de votre budget (conseil, suivi, prévention...)

◆ pour une demande de d'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) ou d'aide alimentaire.

Le premier accueil se fait sans rendez-vous. Vous serez ensuite orientés vers un professionnel unique dédié à vos demandes. Rendez-vous dans la Maison de la Métropole de Lyon la plus proche de votre domicile !

—
Horaires : lundi, mercredi, jeudi 8h30-12h / 13h30-17h ; mardi 13h-17h ; vendredi 8h30-12h / 13h30-16h30
Carnet d'adresses / MDML p. 63

ADMINISTRATIF

PRÉPARER ET PROFITER DE SA RETRAITE

AVOIR DES INFOS GÉNÉRALES SUR LA RETRAITE

→ www.info-retraite.fr

→ <https://www.service-public.fr/>
(mon compte retraite)

Le montant de votre retraite principale dépend du nombre de trimestres cotisés, de votre salaire annuel moyen et de l'âge auquel vous partez à la retraite. Il peut être majoré sous certaines conditions.

Connaître sa caisse de retraite

Selon votre profession ou votre statut (commerçant, agriculteur, pharmacien, salarié dans le secteur privé, fonctionnaire, etc.), vous cotisez à des caisses de retraite différentes, appelées également régimes de retraite. Généralement, vous cotisez à une caisse de retraite de base et à une caisse de retraite complémentaire. Ces cotisations sont obligatoires et vous donnent droit à des pensions de retraite.

Vous pouvez retrouver la liste des caisses de retraite auxquelles vous avez cotisé au cours de votre carrière et leurs coordonnées, à l'aide du service ci-dessous :

→ <https://mesregimes.info-retraite.fr/>

Et ses produits d'épargne retraite

En plus des caisses de retraite de base et complémentaires obligatoires, vous pouvez bénéficier de produits d'épargne retraite supplémentaires (individuel ou collectif).

Vous pouvez retrouver les coordonnées des organismes de gestion auprès desquels vous avez un contrat d'épargne dans votre compte retraite sur le site officiel Info-retraite.

—
→ <https://www.info-retraite.fr/>



Bien vivre sa retraite

Le passage à la retraite est une étape de vie importante.

S'informer, se retrouver, échanger et bouger ensemble, c'est essentiel pour bien vivre sa retraite ! Les caisses de retraite du territoire rhônalpin se sont associées afin de vous apporter une offre en prévention diversifiée et coordonnée et de vous accompagner pour bien vivre votre retraite.

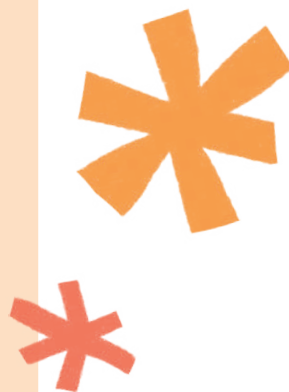
Pour faire le plein d'idées et de conseils, consultez l'offre d'ateliers en prévention sur le site Atouts Prévention Rhône-Alpes

-
- <https://atoutsprevention-ra.fr/>
- <https://www.pourbienvieillir.fr/>

LA PENSION DE RÉVERSION

La pension de réversion, c'est la possibilité de toucher après le décès de son conjoint une partie de la retraite qu'il percevait de son vivant ou qu'il aurait perçue s'il avait vécu. Chaque régime de retraite a ses propres conditions pour attribuer la réversion : en fonction de vos revenus, de votre âge ou de votre situation familiale, vous pouvez y avoir droit ou non. La réversion n'est pas versée automatiquement, il faut en faire la demande !

Le Pacs ou le concubinage ne donnent pas droit à la réversion, même si vous avez eu des enfants avec le défunt.



S'ENGAGER

PARTICIPER À LA VIE DE LA CITÉ

Proposer un projet au budget participatif

Le « Budget participatif » est un outil de participation citoyenne proposé tous les 2 ans.

Chacun et chacune peut jouer un rôle en donnant son point de vue ou en suggérant des idées pour améliorer le quotidien de toutes et tous. Les projets retenus seront réalisés dans les 2 ans.

→ oye.participer.lyon.fr

Devenir assesseur dans un bureau de vote

La Ville de Lyon recrute des assesseurs lors des phases d'élections. Bénévole, cette fonction est un rouage essentiel dans l'expression de la démocratie. Pour remplir cette fonction, il faut impérativement être électeur à Lyon.

Inscription sur lyon.fr ou 04 72 10 30 30

S'engager :

Dans les conseils de quartiers

Il existe 36 Conseils de quartiers répartis sur toute la ville. Espaces citoyens, ils offrent l'opportunité de dialoguer avec d'autres habitants, d'être informé de la vie d'un quartier, de participer à des animations et des initiatives locales, d'apporter une expérience de terrain à la concertation, de participer à l'élaboration des projets d'aménagement prévus dans le quartier...

—
*Carnet d'adresses /
Mairie d'arrondissement p. 62
04 72 10 30 30*

→ lyon.fr/form/inscription-conseils-de-quartier



Dans les conseils des aîné.e.s

Le conseil des aîné.e.s est une instance participative et de consultation, composée d'habitants qui réfléchissent au bien vieillir dans l'arrondissement sur des thématiques variées : l'accès à la santé, les liens intergénérationnels, l'accompagnement Internet et numérique, les activités physiques ou sportives adaptées pour tous, la lutte contre l'isolement, rendre accessible l'accès à la culture...

Des conseils des aîné.e.s sont déjà actifs ou en voie d'expérimentation dans le 1er, 3ème, 4ème et 5ème arrondissements.

—
Carnet d'adresses /
Mairie d'arrondissement p. 62
04 72 10 30 30

Comme bénévoles

Les retraités constituent la très grande majorité des bénévoles actifs. Grâce à leur engagement, les associations peuvent continuer à développer leurs actions.

France Bénévolat, Tous unis tous solidaires, la Maison des Solidarités sont des relais pour offrir de l'aide dans la recherche et les démarches à entreprendre lorsque l'on veut s'engager.

France Bénévolat

contact@benevolat-lyonrhone.fr
04 78 37 75 25

Tous Unis Tous Solidaire

→ tousunistoussolidaires.fr

Maison des solidarités locales et internationales

215 rue Vendôme (3^e)
04 72 41 98 24





CHOISIR SES LOISIRS

LOISIRS

PROFITER DE LA VIE LYONNAISE

• TOUT AU LONG DE L'ANNÉE •

L'Offre senior et la Carte Senior

La Ville de Lyon propose une Carte Senior réservée aux personnes âgées de plus de 65 ans, afin qu'elles bénéficient de certains avantages.

Cette carte permet d'accéder à plusieurs événements en accueil privilégié, en entrée libre, ou à un tarif préférentiel et à des horaires adaptés, dans le cadre de partenariats établis entre la Ville et des structures du territoire lyonnais. Deux fois par an, retrouvez dans vos mairies d'arrondissement et vos Spots seniors le livret reprenant toute la sélection.

Si vous avez plus de 65 ans, vous pouvez dès maintenant venir retirer votre carte gratuite, individuelle et nominative. Pour l'obtenir deux modes d'inscriptions sont proposés : en ligne sur le site **lyon.fr**, ou en mairie d'arrondissement

Carnet d'adresses p. 58

La newsletter senior

Si vous disposez d'une adresse e-mail, recevez la newsletter senior mensuelle qui reprend la sélection de l'Offre Senior avec des événements et des informations supplémentaires.

→ **Inscription** <https://www.lyon.fr/>



• LES TEMPS FORTS •



La semaine Bleue

En octobre, la Semaine nationale des seniors, la Semaine Bleue est un moment privilégié durant lequel les mairies des 9 arrondissements de Lyon, le tissu associatif, le CCAS et ses partenaires proposent une programmation dynamique.

C'est aussi l'occasion d'informer et de sensibiliser l'opinion publique sur la contribution des seniors à la vie économique, sociale et culturelle ainsi que sur les réalisations et projets des associations et institutions.

Programme disponible en mairie d'arrondissements et dans les Spots Seniors.



Les Découvertes F'estiv

Chaque été, le CCAS de la Ville de Lyon organise des journées de visites et d'activités pour les seniors lyonnais. Inscrivez-vous aux « Découvertes F'estiv » !

Ces journées s'adressent à tous les seniors et notamment ceux parfois isolés durant cette période estivale.

Ce dispositif propose, à des tarifs abordables, des journées d'animations, des dégustations, des visites et la découverte de lieux culturels...

Le tarif va de la gratuité à 18 €. Il est calculé en fonction de vos ressources.

Inscription en Mairie d'arrondissement (carnet d'adresses p.62)



Le Salon Horizon Senior

En novembre, le Salon Horizon Senior est un rendez-vous annuel lyonnais pour toutes les personnes souhaitant préparer ou profiter d'une retraite épanouie et active. Vous y retrouverez de nombreux exposants, des associations mais aussi des conférences diverses.

→ salon-horizon-seniors.fr

BIEN VIVRE DANS SON QUARTIER : DES LIEUX DE LOISIRS DE PROXIMITÉ

Les Spots seniors

Un Spot seniors, c'est un éclairage sur votre quartier : Des bons plans, la programmation des lieux culturels de votre quartier mais aussi une multitude d'infos pratiques pour bien occuper votre retraite !

Sur des temps dédiés, vous pourrez participer gratuitement à des conférences, des ateliers, des sorties et ainsi rencontrer d'autres habitants de votre arrondissement.

Renseignez-vous sur les horaires d'ouverture directement auprès des structures concernées. Des Spots seniors sont ouverts dans les 4ème, 6ème, 7ème et 9ème arrondissements et prochainement dans l'ensemble des arrondissements lyonnais.

Carnet d'adresses / Spot seniors p. 63



Les résidences seniors de la Ville de Lyon

Les résidences seniors gérées par le CCAS de la Ville de Lyon sont de véritables lieux de vie ouverts sur leurs quartiers. Elles sont présentes dans l'ensemble des arrondissements lyonnais et proposent de nombreuses animations gratuites chaque semaine, auxquelles tous les seniors lyonnais sont conviés, dont des ateliers de psychomotricité encadrés par des professionnels. Elles disposent également du WiFi accessible dans les espaces communs.

Enfin, elles mettent des salles gratuitement à disposition pour des associations qui mènent des actions en direction des seniors, après signature d'une convention.

Carnet d'adresses / Résidences seniors p. 58

Les associations

A Lyon, le tissu associatif est dense. De nombreuses associations proposent des offres de services de proximité et permettent de lutter contre l'isolement, en particulier :

Les centres sociaux et les MJC

Les centres sociaux et les MJC sont présents dans tous les arrondissements et développent un riche panel d'activités à destination de tous les publics. Il y a forcément une structure proche de chez vous !

Les clubs de retraite

Les clubs de retraite offrent des moments de détente et permettent de construire des relations durables à l'occasion de sorties ou de voyages. Vous pouvez retrouver la liste de ces structures de proximité au sein de vos Spots seniors ou de votre mairie d'arrondissement!

—
*Carnet d'adresse / Spot Seniors p.63
ou Mairie d'arrondissement p. 62*



LES ESPACES NUMÉRIQUES

Les 13 espaces numériques des bibliothèques de la Ville de Lyon ont pour mission de favoriser l'accès du grand public aux nouvelles technologies. Vous pouvez consulter internet, travailler avec des outils de bureautique ou de création, imprimer ou scanner des documents.

Peu à l'aise avec le numérique ? **Initiez-vous gratuitement en participant à divers ateliers (ordinateur, smartphone, tablette).**

L'agenda est consultable en ligne sur le site **bm-lyon.fr** ou directement en bibliothèque.

Vous cherchez un atelier numérique proche de chez vous ?

Consultez sur Rés'in la cartographie de la Métropole de Lyon.
→ resin.grandlyon.com/acteurs

La Bibliothèque Municipale de Lyon

Le réseau des 16 bibliothèques de la Ville de Lyon est un service public qui contribue aux loisirs, à l'information et à la culture pour tous et toutes !

Vous pouvez vous venir sur place pour lire la presse, participer à des conférences, des ateliers, consulter internet, emprunter des livres, CD, DVD, des instruments de musique ou des œuvres d'art...

—
Lieux et horaires sur bm-lyon.fr

Bibadom

La culture se déplace chez vous ! L'association « Bibliothèque à Domicile » propose aux personnes ayant des difficultés à se déplacer le portage à domicile des documents DVD, livres, CD, revues des bibliothèques municipales de Lyon.

Elle propose également de la lecture à voix haute. Pour en bénéficier, il suffit de s'inscrire à la bibliothèque municipale.

—
*04 78 62 19 64
bibadomlyon@yahoo.fr*



La bibliothèque sonore

L'association des Donneurs de Voix propose aux personnes empêchées de lire, déficients visuels ou en situation de handicap d'avoir accès gratuitement à la lecture.

—
*Permanences pour les audio-lecteurs :
Lundi et jeudi de 14h à 18h*

—
*Permanences pour les donneurs de voix :
Mardi de 14h à 18h
07 72 34 66 00
69L@advbs.fr*



LOISIRS

CHOISIR UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE OU SPORTIVE DE PROXIMITÉ

Enform@lyon

En courant ou en marchant, pour s'entraîner ou s'entretenir, en mode intensif ou en mode balade, avec l'application mobile *enform@lyon* - lancée par la Ville de Lyon - découvrez la ville en baskets... Seul, entre amis ou en famille, vous pouvez sillonner Lyon à votre rythme en empruntant l'un des 16 parcours audioguidés, classés vert, bleu ou rouge, suivant la distance et l'importance du dénivelé. Des exercices de renforcement musculaire vous sont proposés tout le long du parcours, ils sont déclinés en 3 niveaux de difficulté.

—
Appli enform@lyon
(Téléchargeable sur Android
et iOS)

Les piscines municipales

Piscines d'hiver, piscines d'été ou encore ouvertes toute l'année, l'offre ne manque pas sur le territoire lyonnais.

Piscines d'hiver :

- Piscine Charial - Lyon 3
- Piscine Garibaldi - Lyon 3
- Piscine Saint-Exupéry - Lyon 4
- Piscine Benjamin Delessert - Lyon 7

Piscines d'été :

- Piscine éphémère du Parc de la Tête d'Or - Lyon 6
- Piscine éphémère de Gerland - Lyon 7
- Piscine Jean Mermoz - Lyon 8
- Piscine de la Duchère - Lyon 9

Piscines ouvertes toute l'année :

- Centre nautique Tony Bertrand (CNTB, ex-piscine du Rhône) - Lyon 7
- Piscine de Vaise - Lyon 9

→ <https://www.piscines-patinoires.lyon.fr/>

LOISIRS

SE FORMER



Photo: Yan Krukau

Les activités physiques adaptées

Sur le Portail Sport Santé Bien-Être de La Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports [DRAJES] Auvergne-Rhône-Alpes et l'Agence Régionale de Santé [ARS] Auvergne-Rhône-Alpes vous pouvez trouver un annuaire des structures qui proposent des activités physiques adaptés au plus de 55 ans près de chez vous.

→ sport-sante-auvergne-rhone-alpes.fr

Université Tous Âges

À l'Université Tous Âges de Lyon II, des enseignants-chercheurs proposent des cycles de conférences ouverts à tous, sans condition de diplôme ni d'âge, dans différents domaines : anthropologie, histoire de l'art, droit, histoire, littérature, psychologie, langues étrangères...

04 72 76 84 30

→ uta.univ-lyon2.fr

Université Ouverte Lyon 1

Diffusion de la culture scientifique et technique. Les nouvelles connaissances en Sciences et Santé à la portée de tous. Conférences et rencontres.

04 72 44 84 28

→ uo.univ-lyon1.fr

Université Culturelle Lyon 3

L'Université Jean Moulin Lyon 3 propose différents séminaires de culture générale classés en 6 thèmes : Art, Géopolitique, Histoire, Littérature, Philosophie & Société. Chaque séminaire comprend 11 séances de deux heures par semaine (hors vacances scolaires), en groupe de 35 personnes maximum.

Ouvert à tout public sans conditions d'âge, ni de diplôme.

→ univ-lyon3.fr



FACILITER SON QUOTIDIEN

QUOTIDIEN

FACILITER SON QUOTIDIEN



Prendre ses repas dans un restaurant Seniors

Parce qu'on n'a pas toujours envie de cuisiner... Les restaurants seniors vous accueillent, du lundi au vendredi sur le temps de midi. Des adresses chaleureuses où l'on vous proposera un menu équilibré, et des repas à thème à déguster seul.e ou entre ami.e.s.

Les restaurants sont situés dans les résidences Seniors de la Ville de Lyon [réservation 48h à l'avance]. Des temps d'animations ouvert à tous sont proposés régulièrement à l'issue des repas. Vous pouvez en profiter si vous le souhaitez.

—
Carnet d'adresses p. 58

Se faire livrer ses repas

Vous pouvez également vous faire livrer votre repas à domicile par le biais d'une structure spécialisée. Renseignez-vous dans la MDML la plus proche de chez vous et sur le site de la Métropole

—
Carnet d'adresses / MDML p. 63
→ www.grandlyon.com/services
[Personnes âgées / trouver un service d'aide à domicile]

BON PLAN !

Si vous prenez vos repas dans un restaurant senior ou si vous bénéficiez d'un portage de repas à domicile, des réductions peuvent vous être proposées par le CCAS de Lyon en fonction de votre taux d'imposition : de 10 à 50% du coût du repas peut être pris en charge. Votre caisse de retraite peut également participer à réduire le coût du repas. Le prestataire doit être conventionné par la CARSAT ou la Ville de Lyon.

Rendez-vous dans la MDML de votre arrondissement pour déposer un dossier.

QUOTIDIEN

DISPOSER DE SERVICES À DOMICILE

Vous avez besoin d'aide pour effectuer des travaux ménagers, faire des courses, vous assister dans les gestes de la vie quotidienne...

Pour trouver un service d'aide à domicile :

- ◆ Rendez-vous dans la MDML la plus proche de votre domicile
- ◆ Parcourez l'annuaire en ligne de la Métropole pour trouver un prestataire: <https://www.grandlyon.com/services/> [Personnes âgées / Trouver un service d'aide à domicile]

PLUSIEURS FAÇONS D'EMPLOYER CES SERVICES :

Pour toute question, contactez la FEPEM (Fédération des Particuliers Employeurs de France) au 09 70 51 50 50 [prix d'un appel local].

Le service prestataire :

L'organisme qui intervient est l'employeur du personnel. La responsabilité, les contraintes et les démarches administratives liées au statut de l'employeur reviennent à l'organisme choisi.

Le service mandataire :

Vous êtes juridiquement l'employeur direct. Le service mandataire reste à votre disposition pour les démarches administratives et la recherche du salarié.

L'emploi direct :

vous êtes l'employeur et établissez le contrat de travail. Vous devez vous acquitter de l'ensemble des formalités administratives dans le respect de la législation du travail.

Disposer de soins infirmiers à domicile

Pour les personnes malades ou en perte d'autonomie, il est possible de faire appel à un Service de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD). Accessibles sur prescription médicale, ils permettent d'éviter une hospitalisation, de faciliter le retour à domicile, et de prévenir une entrée en établissement.

—
Bon à savoir :

Les interventions des SSIAS sont prises en charge par l'Assurance Maladie

Contact : votre médecin traitant et la MDML de votre arrondissement



Le chèque Emploi Universel (CESU)

Le CESU est une offre simplifiée pour déclarer la rémunération de votre salarié à domicile. Avec le Cesu, vous êtes assuré d'être dans la légalité et d'offrir à votre salarié une protection sociale, et avec le service Cesu +, vous confiez au Cesu tout le processus de rémunération de votre salarié. Il ne vous reste alors qu'une seule action à réaliser chaque mois : la déclaration. Le Cesu se charge du reste.

—
*URSSAF 0 806 802 378 (prix d'un appel local)
Du lundi au vendredi de 9h à 17h*

LOGEMENT

ADAPTER SON LOGEMENT

Pour rester chez vous dans de bonnes conditions, il peut être nécessaire d'avoir recours à des aides techniques et numériques qui facilitent les gestes du quotidien, ainsi que de réaliser des travaux d'aménagement (barres d'appui, douche à l'italienne, remplacement d'huisserie, etc...).

Pour vous aider dans ces démarches : Soliha Rhône et Grand Lyon. L'équipe pluridisciplinaire de SOLIHA Rhône et Grand Lyon accompagne chaque année les particuliers, collectivités et professionnels de l'habitat dans leurs projets pour permettre à tous de vivre chez soi dans les meilleures conditions.

—
51 avenue Jean Jaurès 69007 Lyon
→ rhone.auvergnernhonealpes.soliha.fr/

Accueil téléphonique au 04 37 28 70 20
Du lundi au jeudi de 9h à 12h
et de 14h à 16h30
Vendredi de 9h à 12h



Bon à savoir :

Certaines mutuelles et caisses de retraite développent des aides financières pour leurs affiliés qui peuvent prendre plusieurs formes: par exemple une aide pour les factures de chauffage, un complément financier par rapport à la prise en charge d'une aide à domicile, un complément financier pour payer un appareillage (fauteuil roulant, élévateur, prothèses dentaires, etc...) ou parfois des aides financières exceptionnelles souvent soumises à un dossier et à des conditions de ressources.

Elles peuvent également mettre à disposition des conseillers qui apporteront leur expertise pour l'aménagement du logement ou sur des problématiques sociales.

LOGEMENT

PARTAGER SON LOGEMENT

CRIAS et son CICAT ELSA

CRIAS anime un Centre d'Information et de Conseils sur les Aides techniques.

Vous pouvez également visiter gratuitement ELSA (Equiper son Logement en Solutions Adaptées) pour essayer du matériel et avoir des conseils personnalisés auprès d'ergothérapeutes.

—
Conseil par
téléphone 04 78 62 98 24,
tchat ou visio-conférence
→ <http://crias-elsa.fr>

Lundi : 14 h à 17 h, du mardi au
jeudi : 9 h à 12h et 14 h à 17 h

Visite gratuite uniquement
sur rendez-vous par mail
contact@crias.fr ou téléphone
04 78 62 98 24

28, Rue Etienne Richerand
69003 Lyon

Vous disposez d'une chambre libre ? Moyennant une présence quotidienne ou des services rendus ou encore un loyer, vous pouvez accueillir un jeune à la recherche d'un logement. La cohabitation intergénérationnelle est bénéfique aux uns comme aux autres.

—
Le Pari Solidaire Lyon : 06 11 44 37 95
→ leparisolidairelyon.org

—
Tim et Colette
04 26 84 49 36 - 06 81 14 82 65
→ timetcolette.fr

Financer son maintien à domicile

La SCIC les 3 colonnes [Coopérative à but non lucratif] finance le maintien à domicile des seniors grâce au viager solidaire. Cette solution permet, aux propriétaires désireux de rester chez eux le plus longtemps possible, de vendre leur logement directement à la Coopérative et d'en tirer les fruits sous forme de financement et d'accompagnement garantis à vie.

—
SCIC les 3 colonnes 04 78 47 70 15 de 9h à 17h.
→ viager-solidaire.fr



**SE
DÉPLACER
FACILEMENT**



MOBILITÉ

PRENDRE LES TRANSPORTS EN COMMUN

Réseau TCL

Avec 4 lignes de métro, 7 lignes tramway et plus de 100 lignes de bus le réseau des transports en commun lyonnais est idéal pour se déplacer dans la ville entre 5h et 0h30. Des plans du réseau sont visibles à chaque station et disponibles dans les mairies d'arrondissement. Il est également possible de préparer son déplacement et de calculer son temps de trajet en se rendant sur le site Internet www.tcl.fr ou en contactant Allo TCL au **04 26 10 12 12**.

Les retraités à partir de 60 ans et les lyonnais.e.s de plus de 65 ans bénéficient de tarifs réduits. Des abonnements solidaires gratuits sont aussi proposés selon vos revenus.

—
 Agence TCL Bellecour :
 6 Place Bellecour – Lyon 2

—
 Agence TCL Grange Blanche :
 1 Place d'Arsonval – Lyon 3

—
 Agence TCL Part Dieu :
 11 Boulevard Vivier Merle – Lyon 3

—
 Agence TCL Gorge de Loup :
 58 Rue Sergent Michel Berthet – Lyon 9

Allo TCL : 04 26 10 12 12
 → www.tcl.fr

Réseau SNCF

Valable sur le réseau régional, national et européen, la Carte Avantage Senior de la SNCF s'adresse à toutes les personnes de plus de 60 ans. Elle permet de bénéficier de prix plafonnés en 2^{de} classe sur TGV INOUI et INTERCITÉS en direct, en dernière minute et même en période de grands départs.

—
 Boutique SNCF –
 11 bis Place Saint-Paul – Lyon 5

—
 Boutique SNCF –
 99 avenue Jean Jaurès –
 Lyon 7

—
 Boutique SNCF –
 5 Place Charles Béraudier –
 Lyon 3

→ sncf-connect.com

MOBILITÉ

UTILISER UN TRANSPORT ADAPTÉ

Optibus et Optiguide

Accessible sur inscription, Optibus s'adresse aux personnes ayant un handicap moteur ou visuel, permanent ou temporaire et nécessitant l'usage d'un fauteuil roulant.

Complémentaire au réseau TCL, Optibus propose deux services : le service d'accompagnement de porte à porte avec un véhicule adapté et le service d'accompagnement de porte à porte en utilisant le réseau TCL.

Le périmètre d'intervention des services Optibus et Optiguide couvrent les 74 communes desservies par le réseau TCL.

—

Tarif : 2 € le trajet.

04 37 25 24 24

optibus-central@keolis.com

→ **optibus.fr**

MOBIGIHP

Que ce soit pour un rendez-vous médical, un rendez-vous administratif ou tout simplement pour faire une promenade ou ses courses, Mobighip est un service d'accompagnement destiné aux personnes ayant des difficultés à se déplacer seules à l'extérieur de leur domicile.

L'accompagnement peut être individuel ou collectif et s'effectuer à pied, en transport en commun, en taxi, et même avec votre propre véhicule.

Le service est actif du lundi au vendredi de 7h à 20h. Les réservations doivent être effectuées au moins 24h à l'avance du lundi au vendredi de 9h à 12h.

—

Tarifs :

- *Entre 38 et 44 € de l'heure sur l'agglomération lyonnaise*
- *Sur devis en France métropolitaine*

06 34 47 62 10

mobighip@gihp-rhonealpes.org

→ **gihp-rhonealpes.org**

Taxi



A Lyon, quatre opérateurs taxi sont à votre service 7j/7, 24h/24 quelle que soit votre destination, quelle que soit la distance à parcourir. Les réservations s'effectuent par téléphone et le coût minimal d'une course est généralement de 7,30€.

—
Taxi Lyonnais : 04 78 26 81 81

Allo Taxi : 04 78 28 23 23

Taxi Radio : 04 72 10 86 86

Via Taxi : 04 78 75 07 50

DES AIDES FINANCIÈRES POUR FACILITER VOS DÉPLACEMENTS

Sortir Plus

Sortir Plus permet aux personnes de plus de 75 ans d'être accompagnées, à pied ou en voiture, par une personne de confiance pour aller en promenade, chez le coiffeur, au restaurant, faire des courses, visiter des parents ou amis, aller chez le médecin, etc. Pour en bénéficier, il suffit d'activer son compte par téléphone et d'anticiper ses sorties au moins deux jours à l'avance, du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30 : *09 71 09 09 71*

Ce service est accessible aux retraités de 75 ans et plus, relevant du régime Agirc-Arrco, quel que soit leur niveau d'autonomie et de ressources, dans la limite de 450 € par an.

—
→ services75ans.agirc-arrco.fr

*09 71 09 09 71 [service gratuit,
coût d'un appel local]*

Chèque Domicile Liberté

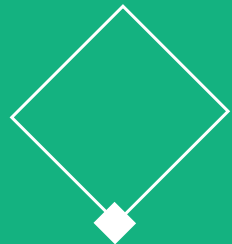
Destinés aux plus de 62 ans, ces chèques gratuits, d'une valeur faciale de 15 €, permettent aux personnes ayant besoin d'être accompagnées pour sortir de chez elles de régler les frais d'accompagnement d'un organisme agréé, ainsi que le transport afin de réaliser : démarches administratives, visites médicales, sorties, achats... dans la limite de 1500 € par an.

Cette aide est attribuée par le CCAS, sous condition de ressources.

Contactez votre Maison de la Métropole de Lyon.



PRENDRE SOIN DE SOI ET DES AUTRES



SOIN

RESTER EN BONNE SANTÉ

Les structures de proximité

Maisons médicales de garde

En cas de besoin d'un médecin généraliste en dehors des heures d'ouverture des cabinets, pensez « Maisons médicales de garde » !

Au sein de ces structures qui couvrent toute la ville, un médecin vous accueille du lundi au vendredi de 20h à minuit, le samedi de 12h à minuit et le dimanche et jours fériés de 8h à minuit.

04 72 33 00 33 ou 116 117 :

un médecin analyse les symptômes décrits et, selon ceux-ci, oriente vers la Maison médicale de garde la plus proche pour un rendez-vous immédiat ou vers un service plus approprié.

Un médecin à domicile

Votre médecin traitant n'est pas disponible :

- ◆ Le site [docariv](https://docariv.fr/) vous permet de trouver rapidement un médecin qui se déplacera à votre domicile. Visites possibles tous les jours de 6h à minuit à l'endroit que vous choisissez (domicile, hôtel, etc.)

—
→ <https://docariv.fr/>

- ◆ À la demande des patients, du SAMU ou des médecins traitants, SOS MÉDECINS Lyon assure les urgences à domicile 24h/24, 365 jours/an

—
SOS Médecins 3624
[coût d'un appel puis 0,15€ / min]
04 78 83 51 51

Accompagnement social

Maison de la Métropole de Lyon

Les Maisons de la Métropole de Lyon sont la porte d'entrée unique pour toutes vos demandes d'accompagnement et de prestations sociales :

- ◆ Démarches administratives
- ◆ Logement
- ◆ Accompagnement sur la gestion financière
 - ◆ Demande de Revenu de Solidarité Active (RSA) ou d'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)
 - ◆ Aide alimentaire

→ <https://www.grandlyon.com/services/trouver-une-maison-de-la-metropole-de-lyon>

Accompagnement en santé mentale

Plateforme LIVE

LIVE est une ligne d'information et d'orientation en santé mentale. Ce dispositif est à destination de toute personne concernée par une problématique de santé mentale, suivie ou non en psychiatrie, de leurs familles et aidants, ainsi que des partenaires professionnels : autres structures sanitaires, médico-sociales, sociales, professionnels de santé libéraux etc...

—
08 05 05 05 69 (7j/7, de 8h à 20h) - appel gratuit
→ live@ch-le-vinatier.fr

31 14

Si vous êtes en détresse et/ou avez des pensées suicidaires, si vous voulez aider une personne en souffrance, vous pouvez contacter le numéro national de prévention du suicide, le 31 14. Un professionnel du soin, spécifiquement formé à la prévention du suicide, sera à votre écoute.

—
3114 : accessible 24h/24 et 7j/7 service gratuit.

Les Centres Médico-Psychologique (CMP) pour Personnes Agées

Le CMP s'adresse à toute personne de plus de 65 ans qui présente des troubles psychiques ou psychiatriques. Le CMP est composé d'une équipe pluridisciplinaire (médecin gériatro-psychiatre, infirmiers, psychologues, assistantes sociales etc...) qui assure des soins en ambulatoires individuels sur place ou à domicile dans certaines situations spécifiques.

Les prises en charge se font sur rendez-vous après un contact avec le secrétaire du CMP. L'équipe du CMP s'articule avec d'autres acteurs du soin : médecins traitants, spécialistes, services hospitaliers etc....

En cas d'urgence :

Vous pouvez contacter le 15 ou les Urgences Psychiatriques Rhône Métropole 04 37 91 54 54

Retour d'hospitalisation et maintien à domicile

DAC

Dispositif d'Appui à la Coordination des parcours de santé complexes. Un réseau de santé polyvalent dans le Rhône qui propose un soutien médico-social aux professionnels de santé, aux patients et à leur famille. Sur demande des professionnels de premier recours en lien avec le médecin traitant

Centre de convalescence

Suite à un séjour hospitalier ou à un problème médical aigu, les centres de convalescence interviennent dans la rééducation des patients à travers différents types d'actions : éducation et apprentissage liés à la maladie, rééducation et réadaptation, accompagnement psychologique... Contactez l'Assistante sociale de l'hôpital ou votre médecin généraliste



Espace sport santé

Les maladies chroniques ou présentant des facteurs de risques tels le diabète, Parkinson, l'asthme, les problèmes cardiovasculaires, l'obésité, les cancers voire la dépression sont autant d'affections ouvrant droit au dispositif national « sport sur ordonnance ». Si votre médecin vous a prescrit une activité physique adaptée, vous pouvez prendre contact avec l'Espace sport santé ouvert par la Ville de Lyon.

sportsante@mairie-lyon.fr
Parc de Gerland 69007 Lyon



L'application enform@Lyon est le cœur de la prise en charge sport-santé de la Ville de Lyon.

Outre ses circuits pour runners, elle propose de la marche nordique, des exercices d'assouplissement, de musculation et des parcours encadrés par des éducateurs de la Ligue d'athlétisme...

Idéal pour se remettre en forme, que l'on soit passé par l'Espace sport santé ou non.

SOIN

PRENDRE SOIN DES AUTRES



L'aide aux aidants

Le rôle des « aidants familiaux » est essentiel auprès des seniors en perte d'autonomie. Ils doivent faire face à de multiples difficultés d'organisation et de prise en charge de leur proche, parfois au détriment de leur propre santé. Des structures et services leur apportent un soutien.

Les Accueils de jours

Pour les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées vivant à domicile, les accueils de jour offrent un service d'une demi-journée ou plusieurs jours par semaine, selon les besoins. Ils peuvent aussi proposer aussi un « temps de parole » aux aidants afin de partager leurs difficultés.

—
Carnet d'adresses / Accueils de jour p. 59

Se faire accompagner

Un collectif d'une centaine d'acteurs s'est réuni au sein de l'association Métropole Aidante afin de recenser l'offre de service à

destination des aidants, proposer des actions, promouvoir les initiatives existantes

—
*Métropole aidante 04 72 69 15 28
contact@metropole-aidante.fr*

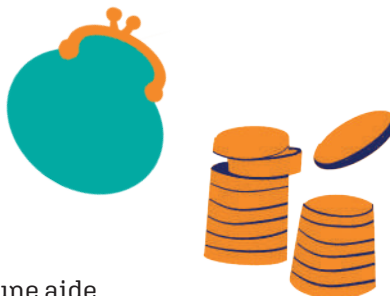
→ **metropole-aidante.fr**
*[avec ou sans rendez-vous]
au 292 rue Vendôme 69003 Lyon
lundi 14h-19h, mardi au vendredi
11h-19h, samedi 9h-14h*

MALADIE D'ALZHEIMER & TROUBLES APPARENTÉS

Quelques petits oublis quotidiens ne sont pas symptomatiques de la maladie d'Alzheimer. C'est la répétition des troubles de la mémoire accompagnée d'une difficulté croissante à exécuter des

SOIN

BÉNÉFICIAIRE D'UNE AIDE POUR VOS FRAIS DE SANTÉ



La Complémentaire Santé Solidaire

La Complémentaire santé solidaire est une aide pour payer vos dépenses de santé si vos ressources sont modestes. Selon vos ressources, elle ne coûte rien ou coûte moins d'un euro par jour et par personne.

Avec la Complémentaire santé solidaire : vous ne payez pas le médecin, le dentiste, l'infirmier, le kinésithérapeute, l'hôpital, vos médicaments en pharmacie, ni la plupart des lunettes, prothèses dentaires ou auditives.

tâches nouvelles, à communiquer avec les autres et une humeur subitement changeante qui doivent vous orienter vers la consultation de votre médecin traitant. De nombreux centres de soins évaluent le degré d'avancement de cette maladie. Plus le diagnostic est précoce, mieux vous pourrez organiser votre vie.

Conditions :

- ◆ ne pas dépasser un plafond de ressources
- ◆ bénéficier de l'assurance maladie.

— 36 46 [service et appel gratuits]

→ [ameli.fr](https://www.ameli.fr)



CHOISIR UN NOUVEAU LIEU DE VIE

LOGEMENT

• POUR LES SENIORS AUTONOMES •

CHOISIR UN APPARTEMENT MIEUX ADAPTÉ

Dans une des résidences seniors municipales

Vous avez envie d'un appartement confortable, sécurisé, vous offrant des services (animations, repas, wifi...) sans changer de quartier ?

15 Résidences Seniors gérées par le CCAS sont réparties sur l'ensemble des arrondissements lyonnais.

Vivre en résidence, c'est avoir un chez-soi tout en bénéficiant des avantages du collectif : sécurité, aide au logement, animations, activités physiques adaptées, liberté de conserver du mobilier personnel et d'organiser sa vie quotidienne...

Vous souhaitez tester la vie en résidences, quitter temporairement votre logement (travaux), accueillir des proches ? Des hébergements temporaires sont disponibles dans 6 de ces résidences.

—
Carnet d'adresses / Résidences seniors p. 58
Dossier d'admissions sur Lyon.fr
(DémarcHe / Admission en résidences seniors)

OU

Dans une résidence associative ou privée

Des appartements sont également proposés dans des résidences autonomie associatives ou des résidences services privées. La liste de ces structures est consultable dans le carnet d'adresses.

—
Carnet d'adresses / Résidences services p. 60

LA MAISON DE LA DIVERSITÉ

La Maison de la Diversité est un habitat inclusif et participatif destiné aux personnes âgées isolées, autonomes ou faiblement fragilisés, sans soutien familial. Un lieu et un mode de vie choisis pour répondre à l'isolement social lié à la vieillesse où chacun est acteur de son parcours de vie et qui prend en compte les problématiques des seniors LGBTI+ et les seniors vivants avec le VIH.

A travers ce projet, l'association des Audacieux et des audacieuses a pour ambition de répondre à la solitude et aux discriminations mais également de redonner aux seniors la possibilité de faire des choix, et du pouvoir pour qu'ils puissent continuer à se projeter dans l'avenir.

La maison située au cœur de la Croix-Rousse (4ème) sera composée de 16 logements, dont un logement étudiant et une chambre d'amis, de 120 m² d'espaces de vie partagée (salles multi-activités, buanderie partagée, garage à vélos) et d'un jardin de plus de 200 m².

Ce projet qui verra le jour fin 2024 est soutenu par le CCAS de Lyon, Croix-Rouge Habitat et porté par l'association des Audacieux et des audacieuses.

Pour faire votre choix le portail national d'information pour les personnes âgées et leurs proches, permet d'accéder à des annuaires des structures, de comparer les prix et d'avoir des informations sur les prestations et les aides possibles.

→ pour-les-personnes-agees.gouv.fr

• POUR LES SENIORS DÉPENDANTS •

LOGEMENT

BÉNÉFICIER D'UN ACCUEIL FAMILIAL

Une famille agréée par la Métropole de Lyon accueille à son domicile un ou plusieurs seniors. Cette formule permet de continuer à vivre dans un environnement familial et sécurisant et de poursuivre une vie sociale.

Cet accueil peut être temporaire ou définitif, à temps partiel ou temps complet.

—
*Le service accueil familial de
la Métropole de Lyon 04 26 83 86 69*

—
*Carnet d'adresses / Maison
de la Métropole de Lyon p. 63*

LOGEMENT

INTÉGRER UNE STRUCTURE POUR PERSONNES ÂGÉES DÉPENDANTES



Les Etablissements pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD)

Les EHPAD accueillent des personnes âgées dépendantes, physiquement et/ou psychiquement, ayant besoin d'une aide pour les actes de la vie quotidienne. Les EHPAD peuvent relever du secteur privé lucratif, associatif ou public.

Le CCAS de Lyon gère 4 EHPAD, des lieux de vie respectant le quotidien de chacun tout en proposant des soins appropriés, une présence, des animations.

Les équipes pluridisciplinaires des EHPAD de la Ville de Lyon sont particulièrement attentives à l'accompagnement et au bien-être des résidents : programme d'animation adapté en lien avec de nombreux partenaires, menu concocté sur place sous le contrôle d'une diététicienne, échanges intergénérationnels...

—

Carnet d'adresses / EHPAD p.60



Pour des infos sur l'ensemble des structures lyonnaises ou pour déposer votre dossier de demande d'admission, consultez Via trajectoire trajectoire.sante-ra.fr

—

→ **Lyon.fr**

Dossier d'admission à déposer sur <https://trajectoire.sante-ra.fr/Trajectoire/>

LES AIDES PUBLIQUES EN EHPAD

Il existe trois aides publiques qui peuvent aider à payer les frais d'hébergement et les frais liés au tarif dépendance :

- ◆ **L'ASH** (aide sociale à l'hébergement) sous réserve que l'établissement soit habilité à l'aide sociale,
- ◆ **les aides au logement** qui s'appliquent sur la partie de la facture relative au tarif hébergement,
- ◆ **l'APA** (allocation personnalisée d'autonomie) en établissement qui s'applique sur la partie de la facture relative au tarif dépendance.

Ces aides peuvent s'additionner. Elles dépendent :

- ◆ des ressources pour l'APA, l'aide au logement et l'ASH,
- ◆ et du niveau de perte d'autonomie pour l'APA.

Une réduction fiscale est possible pour les résidents imposables.

LOGEMENT

BÉNÉFICIAIRE D'UNE AIDE POUR RÉDUIRE LE MONTANT DU LOYER

L'Aide Personnalisée au Logement (APL)

L'aide Personnalisée au Logement permet à toute personne locataire d'un logement conventionné (appartement ou maison de retraite) de bénéficier d'une aide financière pour couvrir une partie de ses dépenses des logement (loyer).

Les conditions :

- ◆ Etre locataire
- ◆ L'APL est versé pour votre résidence principale
- ◆ Le logement doit être conventionné
- ◆ Sous conditions de ressources



L'Allocation de Logement Social

L'Allocation de Logement Social permet à ceux qui ne peuvent percevoir l'APL de réduire leurs dépenses de logement. Elle peut être versée aux personnes qui séjournent dans des établissements non-conventionnés. Cette allocation est versée sous condition de ressources.

CAF

32 30 (service gratuit+ coût appel)
Du lundi au vendredi de 9h à 16h30

→ Caf.fr (liste des points d'accueil, prise de rendez-vous en ligne...)

MSA

04 74 45 99 00
Du lundi au jeudi de 8h30 à 12h et de 13h à 16h
Le vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h
→ ain-rhone.msa.fr



L'Aide Sociale à l'Hébergement

Elle permet de prendre en charge tout ou partie des frais liés à l'hébergement d'une personne âgée en établissement ou chez un accueillant familial.

Conditions :

- ◆ Avoir plus de 65 ans [ou plus de 60 ans si l'on est reconnu inapte au travail]
- ◆ Vivre en France de façon stable et régulière
- ◆ Avoir des ressources inférieures au montant des frais d'hébergement





Photo: Muriel Chaulet

BON À SAVOIR

Les sommes versées sont récupérables au décès de la personne sur la succession ou du vivant de la personne âgée :

- ◆ Si la situation financière de la personne âgée s'améliore (en cas d'héritage, par exemple)
- ◆ Sur donation faite par la personne âgée dans les 10 ans ayant précédé la demande d'ASH ou après celle-ci

—
*Carnet d'adresses / Maison
de la Métropole de Lyon p. 63*



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

• ÊTRE SOUTENU •

PENDANT LES FORTES CHALEURS

Profitez d'une veille téléphonique

Vous avez plus de 65 ans, vous êtes isolé.e à Lyon durant la période estivale, vous connaissez des proches qui auraient besoin d'un soutien pendant les périodes de fortes chaleurs ?

Inscrivez-vous ou inscrivez vos proches sur le registre réglementaire et strictement confidentiel du Plan canicule.

En cas de forte chaleur, les personnes inscrites sur le registre sont appelées quotidiennement, pendant toute la durée de l'alerte, par des agents du CCAS, y compris le samedi.

Les appels permettent de rompre l'isolement et de donner des conseils pour éviter tout risque de déshydratation (bien boire, manger, se rafraîchir le corps...).

—
Lyon en direct 04 72 10 30 30
Formulaire d'inscription sur lyon.fr
Démarche / inscription-sur-le-fichier-canicule

Profitez de lieux rafraichis

La Ville de Lyon met à votre disposition une carte interactive. Cette carte recense traboules, bâtiments, parcours ombragés, lieux frais, sites remarquables, parcs et jardins, fontaines... accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Elle s'est enrichie avec des « parcours frais ». Ces itinéraires sont l'occasion de (re)découvrir le patrimoine végétal et historique de la cité, de manière agréable, même par temps chaud.

En cas de forte chaleur, les résidences de la Ville de Lyon peuvent accueillir tout sénior désirant passer l'après-midi ou la journée dans une pièce rafraîchie; il suffit de contacter la résidence la plus proche de votre domicile.

—
→ lyon.fr
Carnet d'adresses / Résidences seniors
p. 58



EN CAS D'ISOLEMENT

Si vous vous sentez seul, que vous ressentez l'envie de parler à quelqu'un ou que vous connaissez une personne en situation d'isolement, n'hésitez pas à joindre ou à diffuser le numéro de la ligne d'écoute et de soutien téléphonique des Petits Frères des Pauvres.

—
Solitud'écoute 0 800 47 47 88 (appel gratuit).

EN CAS DE MALTRAITANCE

Vous êtes confrontés à une situation de maltraitance, d'isolement ou de souffrance ? Vous êtes témoins de souffrances dues à une situation de maltraitance ou d'isolement ?

Vous pouvez contacter RhôneALMA (service du CRIAS) le Centre d'écoute du Rhône pour de l'écoute, du soutien, des conseils.

—
RhôneALMA : 04 72 61 87 12 / 06 69 29 01 01
Lundi de 14h à 17h, mercredi de 17h à 20h
et vendredi de 9h à 12h.
Numéro national : 39 77
Du lundi au dimanche 9h-19h



• AVOIR UN APPUI POUR DES DÉMARCHES •

CONSULTER UN AVOCAT

L'Ordre des avocats de Lyon

Pour vous aider à connaître vos droits et les moyens de les faire valoir, vous informer sur vos premières démarches, vous orienter vers le conseil ou le spécialiste le plus adapté à votre situation, l'Ordre des Avocats de Lyon vous propose des consultations gratuites. Pour ces consultations gratuites, il est obligatoire de prendre rendez-vous.

—
33 (0) 4 72 60 60 00

Du lundi au jeudi : 9h-12h30 et 13h30-17h
- Fermeture à 16 h le vendredi

Les maisons de la justice et du droit

Il est possible de contacter cet organisme pour régler un litige d'ordre civil (conflit de voisinage ou de consommation) et se renseigner sur différentes questions juridiques grâce à des permanences d'information.

—
04 78 74 00 42

32 avenue Jean Mermoz 69008 LYON
mjd.lyon@mairie-lyon.fr
Du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h30

CONSULTER UN NOTAIRE

Vous rencontrez un problème avec un tiers ? La médiation est un moyen efficace et rapide pour vous permettre de trouver une solution pour répondre aux intérêts de tous. Les Notaires du Rhône sont là pour vous aider à résoudre vos conflits dans les meilleures conditions.

Vous pouvez également consulter un notaire pour une succession, donation, etc...

—
Chambre des notaires du Rhône
58 boulevard des Belges 69006 LYON
04 72 69 98 88

→ <https://chambre-rhone.notaires.fr>

LA PROTECTION DES PERSONNES VULNÉRABLES

La vulnérabilité de la personne adulte peut aller jusqu'à son incapacité à faire valoir ses intérêts. La simple gestion du quotidien peut poser des difficultés, tout comme la protection de ses biens et de sa personne. Il existe des démarches de protection pour mieux accompagner les personnes vulnérables :

Le mandat de protection future

Le mandat de protection future permet à toute personne majeure (appelée mandant) de désigner à l'avance une ou plusieurs personnes (appelée mandataire) pour la représenter le jour où elle ne sera plus en capacité de gérer ses intérêts. Le mandat est établi soit chez un avocat soit directement sur formulaire spécifique et enregistré au tribunal judiciaire.

Sauvegarde de justice

La sauvegarde de justice est une mesure de protection temporaire, aux effets limités, dans l'attente, soit d'un rétablissement de la personne, soit du prononcé d'une mesure de tutelle ou de curatelle. Dans sa forme, la sauvegarde de justice peut être médicale (à la demande d'un médecin) ou judiciaire (par ordonnance du juge des tutelles).

L'habilitation familiale

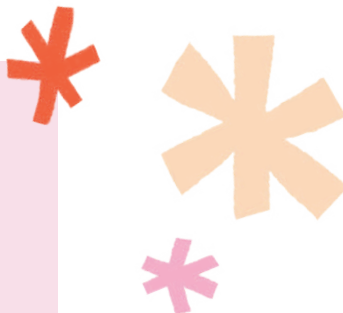
L'habilitation familiale est un dispositif récent de protection de la personne: cette mesure permet à un proche d'une personne à protéger de saisir le juge des tutelles pour être autorisé à représenter la personne ou passer certains actes en son nom sans recourir aux mesures de protection judiciaire classiques. L'habilitation familiale peut être générale ou limitée à un ou plusieurs actes.

Curatelle

Une personne majeure peut être placée sous curatelle dès lors qu'elle a besoin d'être conseillée ou contrôlée dans les actes de la vie civile. Le rôle d'assistance est alors confié à un curateur par le juge des tutelles.

Tutelle

Une personne majeure peut être placée sous tutelle dès lors qu'elle a besoin d'être représentée d'une manière continue dans les actes de la vie civile. Le délégué à la tutelle (membre de la famille ou professionnel) est nommé par le juge des tutelles. La tutelle crée une incapacité totale : perte du droit de vote et de la capacité d'effectuer tout acte de la vie civile.



Si vous souhaitez plus d'information sur la protection des personnes vulnérables avec ou sans mesure de protection juridique, retrouvez toutes les informations sur
→ <https://www.adultes-vulnerables.fr/>

PRÉPARER SES DERNIÈRES VOLONTÉS

Faire connaître et respecter ses dernières volontés le moment venu, c'est le rôle du contrat de prestations obsèques qui est du ressort d'un service de pompes funèbres.

Celui-ci prévoit en effet l'organisation complète des funérailles : le mode de sépulture (inhumation ou crémation), le type de cérémonie (religieuse ou civile), le choix du cercueil.

Le Pôle Funéraire Public de la Métropole de Lyon, établissement public, vous accompagne dans la préparation des obsèques (devis gratuit).

—

*Pôle Funéraire Public de
la Métropole de Lyon*

04 72 76 08 18
[Permanence téléphonique
24h/24 et 7 jours /7]

CONTACTS UTILES

Un certain nombre d'aides financières peuvent vous être accordées pour vous permettre de bénéficier des services d'aides et d'accompagnement à domicile.

Certaines de ces aides sont récapitulées ci-après, mais cette liste n'est pas exhaustive, renseignez-vous auprès de **l'Assurance retraite (CNAV)**, de votre caisse de retraite, de votre mutuelle ou de votre assurance pour en savoir plus.

Mes-aides.gouv.fr, le simulateur gouvernemental, vous permet également d'estimer pour votre foyer les principales prestations sociales auxquelles vous pourriez être éligible, en un seul questionnaire.

• OBTENIR DES AIDES FINANCIÈRES •

POUR FINANCER DES FRAIS LIÉS À LA PERTE D'AUTONOMIE



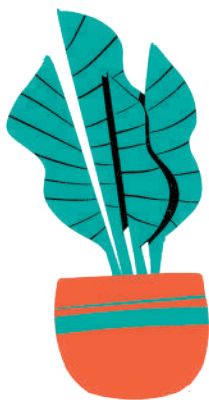
L'allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

Elle prend en charge une partie des frais liés à la perte d'autonomie et à la dépendance. À domicile, pour participer aux frais de dépenses du personnel : aide-ménagère, aide à domicile, téléassistance, aide à l'adaptation du logement, couverture des frais liés à l'accueil de jour ...

En établissement, pour couvrir tout ou une partie des frais liés à la dépendance. Cette aide est versée par la Métropole.

Les conditions :

- ◆ Avoir plus de 60 ans,
- ◆ Avoir une résidence stable et régulière en France
- ◆ Son montant varie en fonction des ressources et du niveau de dépendance



—
Carnet d'adresses / Maison de la Métropole de Lyon p. 63



LE CRÉDIT D'IMPÔT

Le crédit d'impôt vous permet de bénéficier d'une réduction d'impôt. Si son montant est supérieur au montant de votre impôt, il peut donner lieu à un remboursement.

Des crédits d'impôt sont possibles dans le cadre :

D'emploi à domicile

Vous pouvez bénéficier, sous conditions, d'un crédit d'impôt pour les dépenses engagées pour un salarié employé à domicile ou pour la rémunération d'un service à domicile réalisé par une association, une entreprise ou un organisme agréé ;

D'aide à la personne

Vous pouvez bénéficier d'un crédit d'impôt pour des dépenses d'installation et de remplacement d'équipements spécialement conçus pour les personnes âgées ou handicapées, sous certaines conditions et limites.

Pour plus d'informations, vous pouvez vous renseigner auprès de votre centre des impôts ou consulter le site impots.gouv.fr.

Les aides de l'assurance retraite

Vous êtes retraité(e), vous dépendez de l'Assurance retraite, et vous souhaitez bénéficier d'une prise en charge de votre caisse régionale pour pouvoir recourir à des services vous permettant de rester à votre domicile.

Vous trouverez sur le site de l'Assurance Retraite des demandes d'aides pour bien vieillir chez soi.

Les conditions :

- ◆ résider en Rhône-Alpes,
- ◆ être âgé d'au moins 55 ans,
- ◆ être retraité du régime général ou de la Fonction publique à titre principal,
- ◆ rencontrer des difficultés liées à vos conditions de vie, votre isolement social et géographique, vos ressources, votre âge ou votre état de santé dans votre vie quotidienne,
- ◆ disposer de ressources respectant les barèmes en vigueur.

→ <https://www.carsat-ra.fr/>
 [Retraité/être aidé au quotidien]
 3960 [appel gratuit + prix de l'appel]
 choix 4

Les aides du CCAS

Le CCAS de Lyon propose des aides complémentaires pour la mobilité (sous forme de chèque domicile liberté) ou une participation au montant des repas pris dans les restaurants seniors ou livrés à domicile (par le biais d'organismes agréés).

Les conditions :

- ◆ avoir plus de 62 ans
- ◆ Justifier d'un domicile sur Lyon
- ◆ Disposer d'un niveau de ressources compatible avec les barèmes du CCAS.

Bon à savoir :

il n'y a pas de plafond de ressources pour disposer d'une aide d'au moins du 10% du prix du repas.

—
Carnet d'adresses / Maison de la Métropole de Lyon p. 63



VOUS TRAVERSEZ UNE SITUATION DIFFICILE

L'allocation de solidarité

Cette aide est versée par la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse ou par la Mutualité Sociale Agricole. Elle est destinée aux seniors disposant de faibles revenus.

Conditions:

- ◆ Avoir plus de 65 ans (accès à partir de 60 ans sous conditions)
- ◆ Résider en France et y séjourner plus de 6 mois par an
- ◆ Ne pas dépasser un certain montant plafond de ressources
- ◆ Être français ou étranger avec un titre de séjour de plus de 10 ans.

Bon à savoir :

Cette aide est récupérable sur succession, uniquement si la succession dépasse les 100 000€.

—
CARSAT, CNAV, MSA avec l'aide de votre Maison de la Métropole de Lyon

Carnet d'adresses / Maison de la Métropole de Lyon p.63

L'aide aux retraités en situation de rupture

Vous êtes confronté à un événement difficile (l'accueil de votre conjoint en maison de retraite depuis moins de 6 mois, le décès de votre conjoint ou votre déménagement en Rhône-Alpes). La Carsat vous propose une aide financière momentanée, l'Aide aux Retraités en Situation de Rupture (Asir).

Cette aide temporaire de 3 mois est destinée à améliorer vos conditions de vie à domicile, en bénéficiant de prestations :

- ◆ aide à la vie quotidienne (aide à l'entretien du logement et du linge),
- ◆ vie quotidienne et sécurité (portage de repas, sécurité assistance-téléalarme).

Conditions :

- ◆ habiter en Rhône-Alpes,
- ◆ être âgé d'au moins 55 ans,
- ◆ être retraité du régime général à titre principal.



Vous ne devez pas :

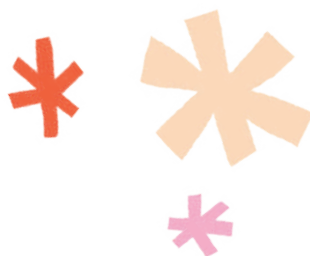
- ◆ bénéficier d'une prise en charge par (ou être éligible à) un autre dispositif d'action sociale comme l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA), Majoration Tierce Personne (MTP), etc.
- ◆ être hébergé dans une famille d'accueil.

L'aide au maintien à domicile après hospitalisation

Si vous êtes retraité du régime général ou travailleur indépendant

Vous pouvez bénéficier d'une aide ponctuelle qui vous permettra de financer une aide à domicile, du portage de repas et/ou de la téléassistance.

Cette aide est apportée à toute personne retraitée de 55 ans et +, quel que soit le lieu de son hospitalisation mais



dans le cadre d'un retour exclusif à son domicile.

Le dossier de demande est à déposer, au plus tôt avant votre sortie d'hospitalisation avec le concours des personnels (service social, cadres de santé) de l'établissement de santé et au plus tard dans un délai de 15 jours après votre sortie auprès de la Carsat.

→ **CARSAT**: <https://www.carsat-ra.fr/3960> [appel gratuit + prix de l'appel]

Si vous êtes retraité de la Fonction Publique

Consultez le site de la Fonction Publique d'Etat.

—
→ fonction-publique.gouv.fr
[recherche aide maintien domicile]



Carnet d'adresses

LES RÉSIDENCES SENIORS DE LA VILLE DE LYON

1^{er} arrondissement

Résidence Louis Pradel
146, boulevard
de la Croix-Rousse
Tél. 04 78 27 39 83

Résidence Clos Jouve
10-12, rue D. Perfetti
Tél. 04 72 00 38 50

2^e arrondissement

Résidence Georges Rinck
66, cours Suchet
Tél. 04 78 42 77 82

3^e arrondissement

Résidence Georges Danton
8, place Danton
Tél. 04 78 60 92 53

4^e arrondissement

Résidence Marius Bertrand
12, rue Hermann Sabran
Tél. 04 37 40 81 80

Résidence
Jacques-Louis Hénon
64, boulevard des Canuts
Tél. 04 78 29 09 40

65^e arrondissement

Résidence
Jean-Baptiste Charcot
34, rue Commandant Charcot
Tél. 04 78 25 56 78

6^e arrondissement

Résidence Adolphe Thiers
171, avenue Adolphe Thiers
Tél. 04 78 52 99 31

Résidence Georges Cuvier
152, rue Cuvier
Tél. 04 78 52 65 12

7^e arrondissement

Résidence Jean Jaurès
286, avenue Jean-Jaurès
Tél. 04 78 72 69 26

Résidence Marc Bloch
13, rue Marc-Bloch
Tél. 04 72 72 95 95

8^e arrondissement

Résidence Marie-
Antoine Chalumeaux
4-6, rue St-Vincent-de-Paul
Tél. 04 78 58 67 07

Résidence Renée Jolivot
1, rue Jean Sarrazin
Tél. 04 78 76 30 28

9^e arrondissement

Résidence Jean Zay
5, rue Jean Zay
Tél. 04 78 83 68 32

Résidence La Sauvegarde
507, avenue de la Sauvegarde
Tél. 04 78 35 49 89

LES RESIDENCES AUTONOMIES ASSOCIATIVES

3^e arrondissement

Ma Maison
10 rue Gandolière
04 78 54 21 60

4^e arrondissement

La Providence
13 rue Bony
04 72 38 61 00

6^e arrondissement

La Tête d'Or
86 blvd des Belges
04 37 47 32 70

7^e arrondissement

Les Gentianes
22 rue Elie Rochette
04 78 69 92 85

8^e arrondissement

Résidence Mermoz
35 rue Professeur Joseph
Nicolas
04 78 25 51 73

9^e arrondissement

Résidence Barthélémy Buyer
176 avenue Barthélémy Buyer
04 78 25 51 73

LES RÉSIDENCES SERVICES PRIVÉES

1^{er} arrondissement

Les Hespérides -
Croix-Rousse
140, boulevard Croix-Rousse
Tél. 04 78 27 71 97

3^e arrondissement

Les Jardins d'Arcadie
86, rue du Dauphiné
Tél. 04 78 53 36 61

5^e arrondissement

Tiers Temps (Domus Vi)
40, rue des Granges
Tél. 04 82 29 23 51

6^e arrondissement

Les Hespérides -
Lyon Brotteaux
153, rue Duguesclin
Tél. 01 76 61 05 21

Les Euménides
152, rue Duguesclin
Tél. 01 76 61 05 21

Promenade Lafayette
63 rue Sainte Geneviève
07 63 19 35 67

7^e arrondissement

Berthelot - Bord de Rhône
78, rue Saint Jérôme
Tél. 04 72 94 96 00

Domitys - Le Pont des Lumières
20, route de Vienne
Tél. 04 82 29 73 93

Domitys - La Manufacture
188, avenue Jean Jaurès
04 82 29 73 87

Les Hespérides -
Saxe-Gambetta
6, place Victor Bach
Tél. 01 76 61 05 21

Dolce Vita
2, rue Jean Gay
Tél. 04 72 72 02 33

8^e arrondissement

Clair Azur (Gesteau)
52, rue Antoine Lumière
Tél. 04 78 00 51 05

Les Jardins d'Hortense
24 rue Chantal Sandrin
Tél. 04 28 38 54 54

LES ACCUEILS DE JOUR

1^{er} arrondissement

Saint François d'Assise
18, rue Raymond
Tél. 04 72 10 77 10

2^e arrondissement

SMD Interlude
32, cours Bayard
Tél. 04 78 28 65 69

4^e arrondissement

Marius Bertrand
Ville de Lyon
14, rue Hermann Sabran
Tél. 04 78 30 38 10

5^e arrondissement

Hôpital de Fourvière
10, rue Roger Radisson
Tél. 04 72 57 30 00

6^e arrondissement

Le Parc
85, rue Tronchet
Tél. 04 78 60 74 41

8^e arrondissement

Polydom
15, rue Villon
Tél. 04 78 76 50 99

LES EHPAD DE LA VILLE DE LYON

4^e arrondissement

Marius Bertrand
14, rue Hermann Sabran
Tél. 04 78 30 38 10

5^e arrondissement

L'Etoile du Jour
94, rue Pierre Valdo
Tél. 04 72 16 35 40

La Sarra
5, place du 158^e Régiment
d'Infanterie
Tél. 04 81 09 82 50

9^e arrondissement

Les Balcons de l'Île Barbe
70, rue Pierre Termier
Tél. 04 37 64 28 50

LES EHPAD PRIVÉS

◆ EHPAD privés à but
non lucratif (associatif)

◆ EHPAD privés à but
lucratif (commercial)

1^e arrondissement

◆ Notre Dame du
Bon secours de Troyes
36, rue du Bon Pasteur
Tél. 04 78 28 86 03

◆ Maison Saint Charles
14, rue Maisiat
Tél. 04 72 10 98 50

◆ Saint François d'Assise
17 rue, St François d'Assise
Tél. 04 72 10 77 10

2^e arrondissement

◆ Smith
65, rue Smith
Tél. 04 72 56 21 50

3^e arrondissement

◆ Korian Les Annabelles
1, rue du Diapason
Tél. 04 78 60 23 23

◆ Les Cristallines
14, rue Guilloud
Tél. 04 72 11 42 00

◆ Korian Bellecombe
47, rue Dunois

Tél. 04 72 60 58 00

◆ Ma Demeure
14, rue Maurice Flandin
Tél. 04 72 91 25 00

◆ Ma Maison Villette
10, rue Gandolière
Tél. 04 78 54 21 60

◆ [Omeris] Part-Dieu
105, rue Mazenod
Tél. 04 72 60 17 17

◆ EHPAD Constant
6, rue Antoine Lavolette
Tél. 04 72 12 98 00
[33 places réservées CCAS de
Lyon]

4^e arrondissement

◆ Colline de la Soie
107, rue Hénon
Tél. 04 78 27 14 01

◆ Korian Le Clos d'Ypres
70, rue d'Ypres
Tél. 04 72 00 48 48

◆ Ma Maison Lyon 4
83, rue Hénon
Tél. 04 72 10 60 80

◆ ORPEA Croix-Rousse
19, rue Philibert Roussy
Tél. 04 72 00 61 00

5^e arrondissement

◆ Les Amandines
1, rue Soeur Bouvier
Tél. 04 72 38 61 00

◆ La Favorite [Orpéa]
50, rue de la Favorite
Tél. 04 72 32 14 14

◆ Hôpital de Fourvière
[ESLD]
10, rue Roger Radisson
Tél. 04 72 57 30 00

◆ Hôpital gériatrique
Pierre Garraud [ESLD]
136, rue Charcot
Tél. 04 72 16 80 01

◆ La Roseraie
45, rue Edmond Locard
Tél. 04 72 38 84 38

◆ Saint-Camille
96, rue du Cdt Charcot
Tél. 04 78 25 19 54

◆ Thérèse Couderc
3, place de Fourvière
Tél. 04 78 25 13 16

◆ Tiers temps
40, rue des Granges
Tél. 04 72 38 64 64

6^e arrondissement

◆ Duquesne
48, rue Duquesne
Tél. 04 37 48 34 00

◆ Le 6e
21, rue Cuvier
Tél. 04 37 24 26 26

◆ Tête d'Or
84, boulevard des Belges
Tél. 04 37 47 32 70

7^e arrondissement

◆ Atlantis
43, rue Père Chevrier
Tél. 04 37 37 15 37

◆ ORPEA Gambetta
348, rue André Philip
Tél. 04 72 72 39 39

◆ Les Terrasses
de Blandin Korian
29, route de Vienne
Tél. 04 72 72 27 00

◆ Korian Gerland
6, rue Ravier
Tél. 04 72 76 36 50

◆ Les Girondines
16 allée Eugénie Niboyet
Tél. 04 72 76 85 20

8^e arrondissement

◆ Ambroise Paré
16, rue Guillaume Paradin
Tél. 04 78 76 54 00

◆ Saint Exupéry
94, rue Bataille
Tél. 04 78 76 68 90

◆ Les Hibiscus
Croix Rouge Française
84, rue Feuillat
Tél. 04 78 78 38 38

◆ Madeleine Caille
6, rue Stéphane Coignet
Tél. 04 78 74 99 67

◆ Monplaisir La Plaine
119, avenue Paul Santy
Tél. 04 78 78 17 17

◆ La Rotonde
8, rue de la Meuse
Tél. 04 78 78 69 69

◆ Sainte-Elisabeth
16, rue des Alouettes
Tél. 04 78 76 56 00

◆ Saison Dorée [Korian]
8, rue Antoine Péricaud
Tél. 04 78 76 57 57

◆ La Vérandine
33, avenue Paul Santy
Tél. 04 78 00 04 48

9^e arrondissement

◆ Margaux
7 bis, rue du Béal
Tél. 04 72 20 09 89

◆ Sainte-Anne
3, avenue de Douaumont
Tél. 04 78 64 05 05

◆ Sergent Berthet
65, rue Gorge de Loup
Tél. 04 72 53 37 00

◆ Valmy Arpavie
12, rue Jouffroy d'Abbans
Tél. 04 78 64 87 87

LES RESTAURANTS SENIORS

1^{er} arrondissement

Restaurant Louis Pradel
146, bd de la Croix-Rousse
Tél. 04 78 29 06 71

Restaurant Clos Jouve
10-12, rue D. Perfetti
Tél. 04 72 98 38 55

2^e arrondissement

Chez Daddy
66, cours Suchet
Tél. 09 73 88 44 28

3^e arrondissement

Restaurant Georges Danton
8, place Danton
Tél. 04 78 60 60 41

4^e arrondissement

Restaurant Jacques-Louis Hénon
64, bd des Canuts
Tél. 04 72 00 27 23

Restaurant Marius Bertrand
14, rue Hermann Sabran
Tél. 04 37 40 81 80

5^e arrondissement

Restaurant Jean-Baptiste Charcot
34, rue Cdt Charcot
Tél. 04 78 25 84 22

6^e arrondissement

Restaurant Adolphe Thiers
171, avenue Adolphe Thiers
Tél. 04 72 24 10 18

7^e arrondissement

Restaurant Jean Jaurès
286, avenue Jean Jaurès
Tél. 04 72 70 77 90

Restaurant Le Colombier
13, rue Marc Bloch
Tél. 04 78 72 51 79

8^e arrondissement

Restaurant Renée Jolivot
1, rue Jean Sarrazin
Tél. 04 78 76 34 34

Restaurant Marie-Antoine Chalmieux
4-6, rue St-Vincent-de-Paul
Tél. 04 78 69 16 01

9^e arrondissement

Restaurant Jean Zay
5, rue Jean Zay
Tél. 04 78 83 74 16

Restaurant La Sauvegarde
507, avenue de la Sauvegarde
Tél. 04 78 35 83 96

LES MAIRIES D'ARRONDISSEMENT

Mairie du 1^{er}

2, place Sathonay
Tél. 04 72 98 54 04

Mairie du 2^e

2, rue d'Enghien
Tél. 04 78 92 73 00

Mairie du 3^e

18, rue François Garcin
Tél. 04 78 95 83 50

Mairie du 4^e

133, boulevard de la Croix-Rousse
Tél. 04 72 98 23 50

Mairie du 5^e

14, rue Docteur Edmond Locard
Tél. 04 72 38 45 50

Mairie du 6^e

58, rue de Sèze
Tél. 04 72 83 15 00

Mairie du 7^e

16, place Jean Macé
Tél. 04 72 73 68 00

Mairie du 8^e

12, avenue Jean Mermoz
Tél. 04 72 78 33 00

Mairie du 9^e

6, place du Marché
Tél. 04 72 19 81 81

LES MAISONS DE LA MÉTROPOLE DE LYON

1^{er} arrondissement

MDML NEYRET
18, rue Neyret
Tél. 04 28 67 14 00

2^e arrondissement

MDML SAINTE-HÉLÈNE
9, rue Sainte-Hélène
Tél. 04 28 67 17 00

3^e arrondissement

MDML CORNEILLE
149, rue Pierre Corneille
Tél. 04 26 83 94 00

MDML SAINTE-ANNE
4, place Sainte-Anne
Tél. 04 78 54 36 90

4^e arrondissement

MDML DELEUVRE
51, rue Deleuvre
Tél. 04 78 29 88 20

5^e arrondissement

MDML CLEBERG
5, bis rue Cleberg
Tél. 04 72 40 20 08

6^e arrondissement

MDML FOCH
52, avenue Maréchal Foch
Tél. 04 72 69 56 30

7^e arrondissement

MDML FÉLIX BRUN
45, rue Félix Brun
Tél. 04 28 67 16 00

MDML MADELEINE
36, rue de La Madeleine
Tél. 04 78 77 25 00

MDML BANCEL
40, rue Bancel
Tél. 04 28 67 18 00

8^e arrondissement

MDML LATARJET
1, place Latarjet
Tél. 04 72 78 80 60

MDML JET D'EAU
219, avenue Berthelot
04 28 67 33 90

9^e arrondissement

MDML BOURGOGNE
15 -17, rue de Bourgogne
Tél. 04 26 83 96 00

MDML DUCHÈRE
8, place Abbé Pierre
Tél. 04 78 35 35 91

SPOT SENIORS

Spot seniors du 4

Centre social Pernon
27 rue Pernon
04 78 29 90 44

Spot seniors du 6

Escale Solidaire du 6
78 rue Tronchet
09 74 19 03 47

Spot seniors du 7

MJC Jean Macé
38 rue Camille Roy
04 78 58 73 10

Spot seniors du 9

Foyer Protestant
de la Duchère
309 Av. Andreï Sakharov
04 78 35 30 66
ouverture Janvier 2024

Mémo numéro d'urgence

Pompiers 18

Police

17 ou **112**

[à partir d'un portable]

Samu

15 ou **112**

[à partir d'un portable]

Maisons médicales de garde

04 72 33 00 33 ou **116 117**

SOS Médecins Lyon

04 78 83 51 51 *[0,15€/min]*

Pharmacie de garde

32 37 *[0,35€/min]*

Info escroqueries

0 805 805 817

[appel gratuit]