

Mes papiers mes démarches

أوراقي و الإجراءات الإدارية الخاصة

Mis papeles mis procedimientos
administrativos

My papers my administrative
procedures

Meus papéis meus procedimentos
administrativos



La Croisée



Cahier d'accès aux droits pour les seniors 60+

كتاب حقوق المسنين

Caderno de direitos sociais
des idosos 60+

Seniors 60+ Social rights notebook

Cuaderno de derechos sociales de las
personas mayores 60+

Sommaire

فهرس

Summary

Resumen

Resumo

Introduction



مقدمة

Introduction

Introducción

Introdução

3

Mes informations
personnelles



معلومات شخصية

My personal information

Mi informacion personal

Minhas informações pessoais

9

Mes droits



حقوقي

My rights

Mis derechos

Meus direitos

13

Mes coordonnées
en ligne



المعلومات الشخصية على شبكة الإنترنت

Online coordinates

Mis coordenadas online

Minhas coordenadas online

16

Notes



مذكرة

Notes

Notas

Notas

19

Annuaire et
contacts utiles



دليل وجهات اتصال مفيدة

Useful contacts

Directorio y contactos útiles

Diretório e contatos úteis

37

Introduction



مقدمة

Introduction

Introducción

Introdução



Vous avez plus de 60 ans et vous résidez en France. Vous avez des droits !

La plus grande partie des démarches administratives, pour l'accès aux droits, se font désormais sur internet ou de manière dématérialisée.

Ce cahier a été créé dans le but de vous aider à accomplir les formalités dont vous avez besoin pour vos démarches administratives. Vous pourrez y noter toutes les informations nécessaires et toutes les étapes de vos démarches.

Si vous voulez vous faire guider par un travailleur social, vous pourrez montrer ce cahier à cette personne : il contient toutes les informations dont elle aura besoin pour vous accompagner.

A la fin du cahier vous trouverez un annuaire de tous les acteurs qui peuvent vous accompagner sur le territoire de Saint Gilles.

Dernière mise à jour effectuée, Janvier 2020

Attention! Je garde ce cahier toujours en sécurité

Dans la section "Mes coordonnées online" vous avez la possibilité de noter vos mots de passe pour les différents sites de l'administration publique, afin de vous permettre de recueillir sur un seul support tous vos identifiants et de ne plus les perdre.

N'oubliez pas que certains comptes (comme votre messagerie) donnent accès à beaucoup d'autres, et que toutes vos informations sont confidentielles : il est donc primordial de sécuriser efficacement vos identifiants et vos mots de passe.

Il est recommandé de conserver précieusement ce cahier, de toujours le conserver avec précaution et de le remettre seulement en votre présence aux travailleurs sociaux ou toute autre personne vous accompagnant dans vos démarches administratives.

Il est tout de même vivement conseillé de ne pas noter sur ces pages vos coordonnées bancaires : ne donnez jamais, à qui que ce soit, ni en face ni à distance, vos codes confidentiels de votre compte bancaire.

Apprenez-les par coeur et ne le notez nulle part !!!





عمرك أكثر من ٠٦ عام وأنت تعيش في فرنسا. عندك حقوق!

في الوقت الحاضر العديد من الإجراءات الإدارية للوصول إلى الحقوق ، تتم الآن على شبكة الإنترنت أو بطريقة غير مادية.

هذا الكتاب هو هنا لمساعدتك في استكمال الإجراءات تحتاج لإجراءات الإدارية الخاصة بك. هناك كل المعلومات اللازمة وجميع الخطوات في العملية الخاصة بك. خلال اجتماعاتك ، يمكنك تقديم هذا الكتاب إلى أخصائي اجتماعي ، حيث يحتوي على جميع المعلومات التي ستحتاجها لمرافقتك في نهاية هذا الكتاب ، يوجد دليل لجميع الممثلين الذين يمكنهم مرافقتك في

حذاري!

أنا دائما الحفاظ على هذا الكتاب آمن
يمكنك كتابة في «المعلومات الشخصية على شبكة الإنترنت» كلمات المرور الخاصة في المواقع المختلفة، بحيث يكون لديك وسيط واحد فقط لجميع معرفاتك ولم تعد تفقده. تذكر أن بعض التفاصيل (مثل بريدك الإلكتروني) تتيح الوصول إلى عناوين أخرى ، وأن جميع معلوماتك سرية: من الضروري تأمين معلوماتك يُنصح بعدم كتابة تفاصيل حسابك المصرفي على هذه الصفحات: لا تعطي أي شخص رموز حسابك المصرفي السرية حفظها ولا تدونها في أي مكان.





You are over 60 and you live in France. You have rights!

Most of the administrative procedures for social rights are nowadays running online or in a virtual and dematerialised format.

This booklet has been created in order to help you to accomplish the administrative formalities you will need: you will be able to write down here all the information needed and all the different steps of your procedures.

If you want to be helped by a social worker you will be able to give to this person all your relevant information via this booklet. At the end of the document you'll find a directory of all the actors who can help you in Saint Gilles.

Attention! I keep this booklet safe

In the section "Online coordinates" you could choose to write down all your IDs and passwords to enter the social administration's websites, in order to let you keep track of all these informations in a unique document.

Don't forget that some accounts (like your email account) allow to access to other personal spaces and that your information are confidential: it's a priority to secure enough all your IDs and passwords.

It is recommended to always keep this booklet safe, and to give it only to a social worker or someone else in person.

However much we suggest you to never write down here or elsewhere your bank details: don't give them to anyone anywhere and just memorize them without writing them down.





¿Tienes más de 60 años y vives en Francia? ¡Tienes derechos!

La mayoría de los procedimientos administrativos para los derechos sociales se ejecutan actualmente en línea o en un formato virtual y desmaterializado.

Este folleto se ha creado para ayudarlo a cumplir con los trámites administrativos que necesitará: podrá escribir aquí toda la información necesaria y los diferentes pasos de sus procedimientos. Si desea que un trabajador social lo ayude, podrá darle a esta persona toda su información relevante a través de este folleto. Al final del documento, encontrará un directorio de todos los actores que pueden ayudarlo en Saint Gilles.

¡Atención! Mantengo este folleto seguro

En la sección « Mis coordenadas online » puede optar por escribir todos sus ID y contraseñas para ingresar a los sitios web de la administración social, a fin de permitirle realizar un seguimiento de todas estas informaciones en un documento único.

No olvide que algunas cuentas (como su cuenta de correo electrónico) permiten acceder a otros espacios personales y que toda su información es confidencial: es una prioridad asegurar suficientemente todos sus ID y contraseñas.

Se recomienda mantener siempre seguro este folleto y entregarlo solo a un trabajador social u otra persona de confianza.

Sin embargo, le sugerimos que nunca escriba aquí ni en ningún otro lado sus datos bancarios: no se los dé a nadie en ningún lugar y simplemente evite anotarlos.





Você tem mais de 60 anos e mora na França. Você tem direitos!

Atualmente, a maioria dos procedimentos administrativos para direitos sociais é executada on-line ou em um formato virtual e desmaterializado.

Este livreto foi criado para ajudá-lo a cumprir os procedimentos administrativos necessários: você pode escrever aqui todas as informações necessárias e as diferentes etapas de seus procedimentos.

Se você deseja que um assistente social o ajude, você pode fornecer a essa pessoa todas as suas informações relevantes por meio deste livreto. No final do documento, você encontrará um diretório de todos os atores que podem ajudá-lo em Saint Gilles.

Atenção! Eu mantenho este livreto seguro

Na seção «Minhas coordenadas online», você pode optar por inserir todos os seus IDs e senhas para acessar os sites da administração social, a fim de permitir que você acompanhe todas essas informações em um único documento.

Não esqueça que algumas contas (como sua conta de e-mail) permitem acesso a outros espaços pessoais e que todas as suas informações são confidenciais: é uma prioridade proteger suficientemente todos os seus IDs e senhas.

É recomendável manter sempre este livreto seguro e entregá-lo apenas a um assistente social ou outra pessoa confiável.

No entanto, sugerimos que você nunca escreva suas informações bancárias aqui ou em qualquer outro lugar: não as entregue a ninguém em nenhum lugar e simplesmente e evite anotá-las.



Mes informations personnelles



معلومات شخصية

My personal information

Mi informacion personal

Minhas informações pessoais



NOM :

الاسم العائلة

Last name

Apellido

Sobrenome

PRÉNOM :

الاسم الأول

Name

Nombre

Nome

DATE DE NAISSANCE :

تاريخ الميلاد

Birth date

Fecha de nacimiento

Data de nascimento

NUMÉRO DE SÉCURITE SOCIALE :

رقم الضمان الاجتماعي

Social Security number

Número de seguridad social

Número da Segurança Social



ADRESSE :

عنوان

Address

Dirección

Endereço

TÉLÉPHONE :

رقم الهاتف

Telephone

Teléfono

Telefone

MON MÉDECIN :

طبيب

My doctor

Mi doctor

Meu médico

TÉLÉPHONE :

رقم الهاتف

Telephone

Teléfono

Telefone



**PERSONNE A CONTACTER
EN CAS D'URGENCE :**

شخص للاتصال في حالة
الطوارئ

**Person to contact in case of
emergency**

**Persona de contacto en caso
de emergencia**

**Persona a contactar en caso
de emergencia**

TÉLÉPHONE :

رقم الهاتف

Telephone

Teléfono

Telefone

Mes droits



حقوقی

My rights

Mis derechos

Meus direitos



RÉGIME D’AFFILIATION

مخطط التابعة لها

Affiliate scheme

Esquema de afiliación

Esquema de afiliados

RETRAITE

تقاعد

Retirement

Jubilado

Aposentadoria

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE

تقاعد تكميلي

Complementary pension

Pensión complementaria

Aposentadoria complementar

MUTUELLE

تأمين صحي

Health insurance

Pensión complementaria

Plano de saúde



**COMPLÉMENTAIRE SANTÉ
SOLIDAIRE**

الرعاية الصحية

ASPA

الحد الأدنى لمعاش الشيخوخة

Minimum old-age pension

Pénision minima de vejez

Pensão social de velhice

AIDES AU LOGEMENT

مساعدات إسكان

Housing benefit

Ayudas al alquiler de vivienda

Pensão social de velhice

MOBILITÉ

كفاش تحرك

Mobility

Movilidad

Mobilidade



Mes coordonnées en ligne

المعلومات الشخصية على شبكة الإنترنت

Online coordinates

Mis coordenadas online

Minhas coordenadas online



COMPTE	ADRESSE	IDENTIFIANT	MOT DE PASSE
عنوان Account Cuenta Conta			
BOITE EMAIL عنوان البريد الإلكتروني Email account Cuenta de correo electronicol Conta de email			
COMPTE CAF عنوان AccountCAF Cuenta CAF Conta CAF			
COMPTE AMELI عنوان Account AMELI Cuenta AMELI Conta AMELI			



COMPTE MSA	ADRESSE	IDENTIFIANT	MOT DE PASSE
عنوان Account MSA Cuenta MSA Conta MSA			
COMPTE CARSAT عنوان Account CARSAT Cuenta CARSAT Conta CARSAT			
COMPTE FINANCE PUBLIC عنوان المالية العامة Account taxman Cuenta de finanzas públicas Conta de finanças públicas			

Notes



مذكرة

Notes

Notas

Notas

Annuaire et contacts utiles



دليل وجهات اتصال مفيدة

Useful contacts

Directorio y contactos útiles

Diretório e contatos úteis



Annuaire et contacts utiles à Saint Gilles

دليل وجهات اتصال مفيدة

Useful contacts

Directorio y contactos útiles

Diretório e contatos úteis



CCAS / Centre Communal d'Action Sociale – Ville de Saint Gilles



Adresse :

2 rue de la Tour - 30800 Saint-Gilles



Horaires :

Tous les jours 8h30-12h / 13h30-17h30.
Fermé le mardi après-midi et le jeudi après-midi.



Téléphone :

04 66 87 78 02



Site web :

<http://saint-gilles.fr/les-missions-du-ccas>



CMS / Centre Médico-Social Département du Gard / Conseil Départemental



Adresse :

11 rue Vis de Saint Gilles - 30800 Saint-Gilles



Horaires :

Du lundi au jeudi 9h00-12h00 / 14h00-17h00.
Vendredi 14h00-17h00



Téléphone :

04 66 58 34 60



Site web :

www.gard.fr



Centre Finance Publique



Adresse :

11 rue Vis de Saint Gilles - 30800 Saint-Gilles.



Horaires :

Lundi et Jeudi 8h30-12h00 / 13h00-16h00.
Mardi 8h30-12h30.
Mercredi 8h30-12h00 / 13h00-16h30.



Téléphone :

04 66 87 32 92



Courriel :

t030027@dgfip.finances.gouv.fr



La Croisée

Centre Social La Croisée



Adresse : 36 bis av. Emile Cazelles - BP 29 - 30800 SAINT-GILLES.

Lundi 9h00-12h30 / 13h30-16h00.

Mardi 13h30-18h00.



Horaires : Mercredi 9h00-12h30 / 13h30-17h00.

Jeudi 9h00-12h30 / 13h30-17h00.

Vendredi 9h00-12h30 / 13h30-18h00.

Samedi 10h00-12h00.



Téléphone : 04 66 21 51 27



Site web : <http://csc-lacroisee.org/>



Courriel : contact@csc-lacroisee.org



Croix Rouge Française



Adresse : Unité locale - Espace Saint Gilles Generac
29 Rue Grand Rue - 30800 Saint Gilles.



Horaires : Lundi 14h-15h30. Jeudi 9h-11h.
Distribution alimentaire jeudi 13h-15h30.



Téléphone : 06 84 83 84 85



Courriel : crf.stgilles@gmail.com



Le Maillon du Coeur



Adresse : Rue du Grand Mail La Croix Gardianne
30800, Saint Gilles.



Horaires : Lundi - Mardi : 9h00-12h30 /14h15
Jeudi - Vendredi : 9h00-12h30 /14h00-17h00



Téléphone : 06 30 49 26 86



Courriel : lemaillonducoeur@laposte.net



Mairie-Ville de Saint Gilles



Adresse : Place Jean Jaurès - 30800 Saint-Gilles.



Horaires : Du lundi au vendredi 8h30-12h / 13h30-17h30.



Téléphone : 04 66 87 78 00



Site web : <http://saint-gilles.fr/l-hotel-de-ville>



Maison de quartier Sabatot -Ville de Saint Gilles



Adresse : Rue des Tourterelles.



Horaires : Tous les jours 9h-12h / 14h-17h.



Téléphone : 04 66 38 03 29



Site web : <http://saint-gilles.fr/la-maison-de-quartier>



Courriel : maisondequartier@saint-gilles.fr

Permanences

Avocat : Le 1^{er} et 3^{ème} lundi du mois, de 9h à 11h30, sur rendez-vous au 04 66 38 03 29.

Conciliateur de justice : Le 1^{er} mercredi et le 3^{ème} vendredi du mois, sur rendez-vous au 04 66 38 03 29.

Défenseur des droits : Le mardi matin de 9h à 11h30. Sur rendez-vous au 04 66 38 03 29.

CPAM : Le mardi de 13h30 à 16h30 et le jeudi de 9h à 12h. Sur rendez-vous au 3646.

MSA : Le mercredi et vendredi matin sur rendez-vous au 04 66 63 67 89.

ADLI : Permanence médiation administrative personnes âgées allophones le mercredi matin sur rendez-vous au 04 66 38 03 29.



Médiathèque Emile Cazelles –Ville de Saint Gilles



Adresse :

Avenue Emile Cazelles - BP 108 - 30800 Saint-Gilles.



Horaires :

Mardi : 14h-18h.
Mercredi : 9h-12h / 14h-18h.
Jeudi et samedi : 9h-13h.
Vendredi : 14h-19h.



Téléphone :

04 66 87 79 00



Site web :

<http://mediatheque.saint-gilles.fr/index>



Courriel :

mediatheque@ville-saint-gilles.fr



Présence 30 –Services à la Personne, aides à domicile



Adresse :

1 Rue Alexandre Girard, 30800 Saint Gilles.



Horaires :

Tous les jours 9h-12h / 14h-17h.



Téléphone :

04 66 70 50 75



Site web :

<http://www.aide-domicile-gard.fr/agence-de-st-gilles-pos-13.html>



Samuel Vincent – ADLI
(Agent de développement local à l'intégration)



Adresse : Rue des Tourterelles



Horaires : Permanence médiation administrative personnes âgées allophones le mercredi matin sur rendez-vous



Téléphone : 04 66 38 03 29 et au 07 64 37 30 76



Courriel : flabroumi@samuelvincent.fr

Urgences et gardes Saint Gilles

Médecin de garde
(week-end et jours fériés) : 06 09 08 48 98

Pharmacie de garde
(week-end et jours fériés) : 3237

Pompiers : 18

SAMU : 15

**Numéro unique d'appel
d'urgence européen :** 112

Police Municipale : 04 66 87 31 44

Gendarmerie nationale : 04 66 87 10 00

Centre de secours : 04 66 87 77 00

Centre antipoison : 04 91 75 25 25



Annuaire et contacts utiles Gard/Occitanie

دليل وجهات اتصال مفيدة

Useful contacts

Directorio y contactos útiles

Directório e contatos úteis



CAF – Caisse d'allocations familiales du Gard



Adresse : 321 rue Maurice-Schumann - 30922 Nîmes Cedex 9.



Horaires : Tous les jours 8h30-16h.



Téléphone : 0810 25 30 10



Site web : <http://www.caf.fr>



CARSAT – Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail - Languedoc Roussillon



Adresse : 13 rue Maurice Mont - 30000 Nîmes



Horaires : Tous les jours **sur rendez-vous** 8h-16h30.
Jeudi sur rendez-vous 8h-16h



Téléphone : 3946



Site web : www.carsat-lr.fr/

● RETRAITE COMPLEMENTAIRE



CICAS du Gard



Adresse : 350 rue Georges Besse - Parc Scientifique Georges Besse Immeuble Technopolis - 30035 Nîmes



Horaires : Accueil uniquement sur RDV







Téléphone : 0 820 200 189



Site web : <https://www.cicas.agirc-arrco.fr/agirc-arrco-cicas-du-gard-nimes>



CPAM – Caisse Primaire d'Assurance Maladie du Gard

-  **Adresse :** 14 Rue du Cirque Romain - 30900 Nîmes.
-  **Horaires :** Tous les jours 8h-16h.
-  **Téléphone :** 3646
-  **Site web :** <http://www.ameli.fr>







MDPH -Maison Départemental des Personnes Handicapés du Gard

-  **Adresse :** Parc Georges Besse, 176 Av Salvador Allende - 30000 Nîmes.
-  **Horaires :** Lundi : 13h30- 17h.
Mardi, mercredi, jeudi : 8h30-12h / 13h30 - 17h.
Vendredi : 8h30 - 12h.
-  **Téléphone :** 04 66 02 78 00
-  **Site web :** <http://www.gard.fr/pres-de-chez-vous/accueil-handicap/maison-departementale-des-personnes-handicapees.html>



MSA – Mutualité Sociale Agricole du Languedoc

-  **Adresse :** Accueil du public : rue Edouard Lalo 30900 Nîmes
Envoi des courriers : MSA du Languedoc - service santé ou service retraite ou service prestations familiales - TSA 54 801 - 48 007 MENDE CEDEX.
-  **Horaires :** Tous les jours **sur rendez-vous**
8h30-12h30 / 13h30-16h30.
-  **Téléphone :** 04 99 58 30 00
-  **Site web :** <http://www.msalanguedoc.fr>



MSAP– Maison de services au public de Generac



Adresse :

Salle Léopold Delmas - Avenue Yves Bessodes
30510 Générac.



Horaires :

Tous les jours 9h-12h / 13h-17h sur RDV



Téléphone :

04 66 63 28 62



Courriel :

msap.generac@gmail.com



OFII - Office Français de l'Immigration et de l'Intégration



Adresse :

Le Régent - 4 Rue Jules Ferry - 34000 Montpellier.



Horaires :

Lundi 8h30-12h.

Mardi, Mercredi, Jeudi, Vendredi
8h30-12h / 13h30-16h30.



Téléphone :

04 99 77 25 50



Site web :

<http://www.ofii.fr>



PLATE-FORME DE LA NATURALISATION Organismes pouvant aider à la complétude des dossiers de demande d'acquisition de la nationalité française « Association La Pleiade Nîmes »



Adresse :

216 av. Monseigneur Claverie - 30000 NIMES



Horaires :

Lundi 9h00 – 12h / 13h00 - 17h30



Téléphone :

04 48 68 25 55



Site web :

<https://espacedeviesociale30.org/les-espaces-de-vie-sociale/nimes-la-pleiade/>



Point Ressources Services
Aux Particuliers du Gard

Point Ressources Services aux particuliers du Gard

PR-SAP 30 - plate-forme départementale des services à la personne



Adresse :

582C Chemin Combe des Oiseaux - 30900 Nîmes.



Téléphone :

04 66 23 32 00



Site web :

<http://www.prsap30.fr/>



Courriel :

contact@prsap30.fr



Préfecture du Gard



Adresse :

1, rue Guillemette - 30000 Nîmes.



Adresse postale :

10 avenue Feuchères - 30045 Nîmes cedex 9.



Horaires :

Tous les jours 8h45-16h.



Téléphone :

04 66 36 43 90



Site web :

<http://www.gard.gouv.fr/Demarches-administratives/Etrangers#!/Particuliers/page/N20306>



Courriel :

prefecture@gard.gouv.fr



Boutique SNCF Nîmes



Adresse : 1 Boulevard Sergent Triaire - 30000 Nîmes.



Horaires : Lundi-vendredi 7h30-19h00
Samedi-Dimanche 8h00-19h00



Téléphone : 3635



Site web : <https://www.trainline.fr/>



Boutique Transport TANGO Nîmes



Adresse : 13 Rue Régale - 30000 Nîmes.



Horaires : Lundi-vendredi 8h30-18h30
Samedi 9h30-17h30



Téléphone : 0 970 818 638



Site web : <https://www.tangobus.fr/752-La-boutique-TANGO.html>

Comment aider les seniors en difficulté et leurs accompagnants dans les démarches administratives du quotidien ?

Ce cahier a été réalisé par le Centre Social La Croisée et l'ADLI de l'association Samuel Vincent (Agent de développement local à l'intégration), dans le cadre des actions d'accès aux droits pour les seniors financées et soutenues par la CFPPA du Gard, l'interrègime et la Fondation de France.

Il fait partie d'un kit d'outils pour l'accès aux droits des personnes âgées de plus de soixante ans, de toutes origines, habitantes de Saint Gilles.

Le cahier, adressé aux seniors en difficultés avec les démarches administratives, permet aux personnes de garder une trace des démarches administratives effectuées, de noter les identifiants pour les comptes en ligne et contient un annuaire des structures présents sur le territoire pour la médiation et l'accès aux droits.

Sa présentation visuelle et multilingue, les textes simples et en couleurs, le choix de la typographie, la mise en page ont été étudiés pour faciliter la compréhension entre les acteurs de terrain et les personnes âgées accompagnées ou en demande d'information.

Un "Livret d'accès aux droits pour les seniors 60+" complète le kit et pourra être utilisé par les acteurs de terrain pour illustrer les dispositifs existants et mieux accompagner les seniors en demande d'accompagnement.

Nous remercions vivement tous les partenaires, institutionnels ou associatifs, qui ont contribué à la réalisation de ce projet.

