



LES ESPACES SENIORS DU DÉPARTEMENT DE L'AUDE

EN BREF

Les **Espaces seniors** sont des guichets d'accueil uniques et gratuits qui accompagnent et renseignent les seniors, leur entourage, les professionnels de la gérontologie et les associations.

Ils assurent au quotidien et dans tout le département :



Une écoute personnalisée en toute confidentialité



Une orientation vers les services du maintien à domicile, des professionnels de santé et des structures d'accueil pour personnes en perte d'autonomie



Des actions de prévention et d'éducation à la santé.

ESPACE SENIORS DU CARCASSONNAIS

18 rue du Moulin de la Seigne
11000 CARCASSONNE
04 68 11 35 40 / escarcassonnais@aude.fr

ESPACE SENIORS DU LAURAGAIS

Antenne du Département
19 cours de la République - BP 91403
11494 CASTELNAUDARY CEDEX
04 68 23 71 90 / eslauragais@aude.fr

ESPACE SENIORS DE LA MOYENNE ET HAUTE-VALLÉE DE L'AUDE

Maison du Département - Av. André-Chénier
11301 LIMOUX CEDEX
04 68 69 79 60 / esmoyenneethaute-vallee@aude.fr

ESPACE SENIORS CORBIÈRES-MINERVOIS

Rue Augustin-Richou
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
04 68 27 89 80 / escorbieres@aude.fr

ESPACE SENIORS DU LITTORAL

Antenne du Département - 13 bd Gambetta
11100 NARBONNE
04 68 90 27 60 / eslittoral@aude.fr

Ne pas jeter sur la voie publique

C'EST
PRATIQUE

voilà
**ESPACE
SENIORS**

Un service public et gratuit
du Département

dédié aux seniors
de 60 ans et plus

AVANCER
POUR VOUS, AVEC VOUS
Le Département s'engage
www.aude.fr



DANS L'ESPACE SENIORS DU DÉPARTEMENT

VOUS TROUVEREZ DE NOMBREUX SERVICES



#1

Un accompagnement personnalisé

Un **accompagnement personnalisé** pour vous renseigner sur les différents services du maintien à domicile (aide à domicile, téléassistance, portage de repas, etc.), les structures d'accueil pour personnes en perte d'autonomie et sur les professionnels de la gérontologie.

L'**Espace seniors** vous oriente également vers les organismes susceptibles de répondre à vos besoins dans le respect de vos choix de vie et des compétences de chacun.

Un annuaire des services et institutions qui interviennent auprès des seniors est à votre disposition.



#2

Des outils pour faciliter vos démarches

La **carte d'informations médico-sociales** mise à votre disposition gratuitement vous permet de regrouper l'ensemble des coordonnées des professionnels de santé dont vous avez besoin au quotidien (médecin, infirmier, auxiliaire de vie, kinésithérapeute, etc.)



#3

Des actions de prévention

Votre **Espace seniors** organise des actions de prévention autour de la **perte d'autonomie et de l'éducation à la santé** près de chez vous.

Renseignez-vous auprès de votre **Espace seniors** ou sur le site www.moisenior.aude.fr

#4

Un accompagnement spécifique pour les aidants

Un accompagnement spécifique est dédié aux **aidants familiaux** grâce à des actions collectives et individuelles : information, formation, groupe de parole et de soutien, etc.

Pour en savoir plus sur ce dispositif, renseignez-vous à l'accueil de votre **Espace seniors**.