

# COVID-19 L'ISOLEMENT DES SENIORS

## *Les espaces seniors du département mobilisés*

Le conseil départemental s'engage à vos côtés dans la lutte contre l'isolement des personnes âgées. Dès le début des mesures liées à l'épidémie, les espaces seniors ont organisé une permanence téléphonique afin de répondre à vos questions, à celles des seniors et de leurs proches sur les 5 zones gérontologiques. Nous vous proposons un tour d'horizon des principales mesures prises et actions menées.



### ACCUEILLIR ET ÉCOUTER LES SENIORS

Les espaces seniors accueillent et écoutent les demandes concernant les personnes de 60 ans et plus. Ils peuvent être contactés **par mail** ou **par téléphone**, du **lundi au vendredi**, **8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h**.

#### ESPACE SENIORS DU CARCASSONNAIS

04 68 11 35 40 / [escarcassonnais@auode.fr](mailto:escarcassonnais@auode.fr)

#### ESPACE SENIORS DU LAURAGAIS

04 68 23 71 90 / [eslauragais@auode.fr](mailto:eslauragais@auode.fr)

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

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

#### ESPACE SENIORS CORBIÈRES-MINERVOIS

04 68 27 89 80 / [escorbieres@auode.fr](mailto:escorbieres@auode.fr)

#### ESPACE SENIORS DU LITTORAL

04 68 90 27 60 / [eslittoral@auode.fr](mailto:eslittoral@auode.fr)



## TROUVER DES SOLUTIONS

- Les espaces seniors centralisent les informations concernant les dispositifs mis en place pour le maintien à domicile et/ou la recherche d'un établissement lorsque la situation le nécessite.
- Ils informent et recherchent les réponses les plus adaptés aux problématiques des seniors et de leurs familles en lien avec l'ensemble des structures qui agissent sur les territoires.
- Ils répertorient les réponses adaptées aux seniors dans le contexte actuel : portage de repas, mise en relation avec les associations ou les commerçants pour la livraison de courses...



### Important

**Pour compléter leur base de données et améliorer ainsi encore l'information et l'orientation des personnes, pensez à transmettre à votre espace senior, les informations sur les actions que vous mettez en place en faveur des personnes âgées et/ou de leurs proches aidants.**



## LUTTER CONTRE L'ISOLEMENT ET APPORTER UN SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Les agents des espaces seniors du Département aident à la recherche de solutions coordonnées pour lutter contre l'isolement et pour prendre en charge au mieux les personnes en perte d'autonomie : relation avec les services de l'APA et les professionnels du maintien à domicile...

**Les espaces seniors proposent également un soutien moral et psychologique aux personnes âgées.** Vous pouvez inviter toute personne à les contacter ou leur signaler des situations qui nécessitent selon vous ce type d'intervention. Les agents de l'espace senior évalueront la situation et mettront en place les actions adaptées.



## ACCOMPAGNER LES AIDANTS

Pour aider les aidants à faire face à la complexité de la situation actuelle et leur apporter une aide et un soutien psychologique, le Département mobilise sa plateforme de soutien. Lorsque vous identifiez un proche aidant, qui se sent seul.e face à la situation, qui craint de ne pas pouvoir faire face ou qui a l'impression de "craquer", invitez-le à contacter son espace senior à son numéro. **Un service de soutien psychologique par téléphone pourra lui être proposé.**