

GUIDE SENIORS



Ville
d'Écully

Édito

ÉDITO

— page 3

PRÉAMBULE DU CONSEIL DES AÎNÉS

— page 4

UN CHANGEMENT DANS MA VIE

— page 5

MON QUOTIDIEN

— page 11

MON LOGEMENT

— page 17

MES DÉPLACEMENTS

— page 22

MA SANTÉ

— page 26

MES LOISIRS

— page 30

Ce guide seniors est le résultat d'un travail de plusieurs mois du Conseil des Aînés en parfaite collaboration avec les services de la ville d'Écully. Nous sommes très heureux de la naissance de ce guide et des conditions de son élaboration. La participation citoyenne étant une des priorités de l'action municipale, il était pour nous essentiel que le Conseil des Aînés soit au cœur de sa réalisation étant donné sa représentativité, sa connaissance précise des attentes de la population et sa soif de partager des informations précieuses.

Les seniors occupent une place essentielle dans la société, et en particulier à Écully, en étant des acteurs infatigables du lien social dans les associations, des grands-parents désireux de partager des moments avec les plus jeunes, des aidants auprès de ceux qui souffrent et avant tout des citoyens désireux d'être informés des activités sportives, culturelles ou sociales mises en place par la municipalité.

Écully est fière de son appartenance au réseau francophone des Villes Amie des Aînés », qui montre la reconnaissance de la politique menée depuis de nombreuses années matérialisée par une riche programmation à destination des seniors.

« *Cacher son âge, c'est supprimer ses souvenirs* » disait l'actrice Arletty. Cette belle phrase le montre : votre expérience fait de vous des repères et des transmetteurs de mémoire !

À tous, nous vous souhaitons une bonne lecture !

Édition 2024

Guide gratuit, édité par la Ville d'Écully -
Mairie CS 80212 69134 Écully cedex

Réalisation :

Ville d'Écully - CCAS - Conseil des Aînés

Impression :

Imprimerie Faurite



Sébastien MICHEL
Maire d'Écully



Laure DESCHAMPS
Conseillère municipale
déléguée à la Solidarité
et la Santé



Martine BIARD
Conseillère municipale
déléguée à la
Participation citoyenne

Préambule du Conseil des Aînés

Ce guide émane de la volonté et de la réflexion du Conseil des Aînés de réaliser un document qui informe et recense les différentes possibilités d'améliorer la qualité de vie des seniors et de leurs proches, aidants et actifs.

Le senior qu'il soit seul, isolé ou bien entouré souhaite vivre dans le calme et la sérénité et se sentir membre à part entière de la société, et ce avec toutes les générations : jeunes, étudiants, actifs et retraités.

Ce guide ne prétend pas être exhaustif et pourra s'enrichir au fil des parutions. Il est également disponible en ligne sur le site de la commune, rubrique « À tout âge » / « Seniors ».

Les coordonnées des associations, entreprises, clubs et organismes sont celles fournies au moment de l'impression. Le référencement des entreprises et associations dans ce guide est transmis à titre d'information.

Si vous disposez d'informations susceptibles de figurer dans une prochaine édition, merci de les adresser par courrier au CCAS d'Écully : 23, avenue Raymond de Veysiere 69130 Écully.

Un changement dans ma vie

1

FAIRE VALOIR SES DROITS À LA RETRAITE

• Le cas général

Contactez la Caisse d'Assurance Retraite et de Santé au Travail (CARSAT) par téléphone au 39 60 ou via le site internet

www.lassuranceretraite.fr

• Les caisses de retraite complémentaire

La demande auprès de la CARSAT génère automatiquement la démarche auprès de votre/vos caisse/s de retraite complémentaire qui prend/prennent directement contact avec vous.



En cas de difficultés sociales ou numériques – page 6 « se faire aider »

LES AVANTAGES LIÉS À LA RETRAITE

Un certain nombre de dispositifs ou de services (culture, transport, etc...) proposent des tarifications spéciales pour les retraités.

N'hésitez pas à vous renseigner auprès des organismes concernés.

Fiscalité :

En matière d'imposition (revenu, foncier), les seniors de plus de 65 ans peuvent bénéficier d'un abattement spécifique sous conditions de revenus. Cet abattement est directement calculé par le Service des Impôts des Particuliers.

AIDES FINANCIÈRES

En cas de faibles ressources ou de difficultés financières, il est possible de bénéficier de certaines aides ou d'un accompagnement spécifique.

Un portail national est dédié à cette fin :

<https://www.mesdroitssociaux.gouv.fr/votre-simulateur/accueil>

• Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Le CCAS est un établissement public local rattaché à la ville d'Écully qui assure pour elle différentes actions en direction des seniors : accompagnement administratif, social, budgétaire, lutte contre l'isolement, etc...

Les travailleurs sociaux peuvent vous recevoir, vous conseiller et vous accompagner en fonction des difficultés que vous rencontrez.



23, avenue Raymond de Veyssière - 69130 Écully

Tél. : 04 78 64 17 00 / www.ecully.fr

Mail : secr.ccas@ville-ecully.fr

• Les allocations et prestations complémentaires

Certaines allocations ou prestations peuvent être attribuées, sous conditions, en complément d'une retraite. Elles permettent d'améliorer le niveau de revenu des assurés les plus modestes ou fragilisés.

On distingue 3 types d'allocations, non cumulables :

L'Allocation de Solidarité aux Personnes Âgées (ASPA) : peut vous être attribuée si vous êtes retraité, âgé d'au moins 65 ans (ou d'au moins l'âge légal de départ à la retraite en cas d'inaptitude au travail), titulaire d'une retraite personnelle et/ou de réversion et que vous percevez de faibles ressources

L'Allocation Supplémentaire d'Invalidité (ASI) : si vous n'avez pas encore l'âge requis pour bénéficier de l'ASPA et que vous êtes invalide.

La Majoration Tierce Personne (MTP) : si vous avez besoin d'une aide constante pour effectuer les actes ordinaires de la vie.

• La Complémentaire Santé Solidaire

Attribuée sous conditions de ressources, cette aide de l'Assurance Maladie vous permet de bénéficier d'une protection de santé complémentaire gratuite ou à très bas coût.

Pour savoir si vous pouvez en bénéficier : <https://www.ameli.fr/rhone/assure/droits-demarches/difficultes-acces-droits-soins/complementaire-sante/complementaire-sante-solidaire-qui-peut-en-beneficier-et-comment>

• Les secours exceptionnels des caisses de retraite et des caisses de retraite complémentaire

Les différents organismes de retraite peuvent proposer des secours exceptionnels pour faire face à des difficultés financières relatives au logement (dettes de loyer, chauffage), à un déménagement ou à des événements exceptionnels (dégâts des eaux, incendie, etc.).

La demande peut être réalisée directement par le retraité. Le dossier de demande d'aide est à retirer directement auprès de l'organisme.

• Les secours exceptionnels pour frais de santé

La Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) peut être sollicitée pour faire face à des dépenses de santé non ou faiblement prises en charge.



www.ameli.fr / Tél. : 36 46. L'agence CPAM la plus proche est située au 37, rue Diebold – 69009 Lyon. Présence d'une borne multiservices accessible 24h/24, 7j/7.

Les mutuelles peuvent également disposer de fonds d'action sociale. N'hésitez pas à les solliciter.

• Les aides financières pour le maintien à domicile

Selon votre autonomie, vous pouvez solliciter une participation financière à la mise en place d'un plan d'aide au maintien à domicile.

— Après de la CARSAT, si vous êtes autonome

Mis en œuvre par l'Assurance Retraite (CARSAT, RSI, MSA), ce dispositif s'adresse aux retraités autonomes au titre de la prévention. Il prend la forme d'un Plan d'Action Personnalisé proposé par un évaluateur qui vient vous rencontrer à domicile.

Calculé selon vos revenus, il vous permet d'avoir une participation financière et également de découvrir la diversité de l'offre de service existante (aide à domicile, aux courses, au transport, à l'achat de matériel adapté, etc.).

Tél. : 39 60 / www.lassuranceretraite.fr

— Après de la Métropole de Lyon, en cas de perte d'autonomie, dans le cadre du dispositif d'Allocation Personnalisée Autonomie (APA)

Sur la base d'une évaluation médico-sociale, il permet d'établir l'ensemble des besoins (aide à domicile, portage de repas, adaptation du logement, etc.). Le plan d'aide est ensuite calculé selon votre degré d'autonomie et vos revenus.

Site : <https://www.grandlyon.com/services/allocation-personnalisee-d-autonomie>

— Après de la Métropole de Lyon, en cas de handicap, dans le cadre de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH).

Mis en œuvre par la Maison Départementale et Métropolitaine des Personnes Handicapées (MDMPH), le dispositif permet la prise en compte d'un handicap – non lié à l'âge – et d'obtenir conseils et recommandations pour la mise en place d'un plan d'aide dédié (aménagement d'un logement, carte mobilité inclusive, présence d'une tierce personne).

<https://www.grandlyon.com/services/maison-departementale-et-metropolitaine-des-personnes-handicapees>

MAISON DE LA MÉTROPOLE DE LYON



10 bis, Chemin Jean Marie Vianney - 69130 Écully
Tél. : 04 28 67 28 20 - <https://www.grandlyon.com/services/allocation-personnalisee-d-autonomie>

VOUS VENEZ DE PERDRE VOTRE CONJOINT

Dans cette épreuve, ne restez pas seul, faites-vous aider par vos proches, vos amis.

Vous pouvez solliciter le soutien téléphonique (9h/19h), rencontres personnalisées, entretien d'aide et de soutien, avec un des écoutants bénévoles de l'association « **Vivre son deuil Rhône-Alpes** » :

« VIVRE SON DEUIL RHÔNE-ALPES »



91, rue Mazonod - 69003 LYON
Tél. : 04 78 60 05 65 / 06 15 14 28 31
<https://www.vivre-son-deuil.com/>
Mail : vsdra@orange.fr

Le site <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16507> peut vous aider à faire le point sur l'ensemble des démarches à engager selon votre situation précise.

Contact possible par téléphone au **3939**.

Mon quotidien

2

MES INTERLOCUTEURS AU QUOTIDIEN

• Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Le CCAS est un établissement public local rattaché à la ville d'Écully qui assure pour elle différentes actions en direction des seniors : accompagnement administratif, social, budgétaire, lutte contre l'isolement, etc... Il peut vous conseiller en premier lieu sur les démarches à mettre en œuvre.



23, avenue Raymond de Veysière - 69130 Écully
Tél. : 04 78 64 17 00 / www.ecully.fr
Mail : seccr.ccas@ville-ecully.fr

• La Maison de la Métropole de Lyon (MDML)

La MDML est le service de proximité proposé par la Métropole de Lyon à destination de tous les habitants et plus spécifiquement, concernant les seniors, sur les questions du handicap et de la dépendance (carte mobilité inclusive, etc.).

Les dossiers APA ou MDMPH sont à déposer à leur niveau.



10 bis, Chemin Jean Marie Vianney - 69130 Écully
Tél. : 04 28 67 28 20
www.grandlyon.fr

LES PLANS D'AIDE

Afin de demeurer le plus longtemps possible chez soi dans les meilleures conditions, il peut devenir indispensable d'être aidé au quotidien.

Des services existent pour vous écouter, vous conseiller, vous accompagner et financer vos besoins.

➔ Voir rubrique « Aides financières » page 9

LES STRUCTURES D'AIDE À LA PERSONNE

NB : cette rubrique est non exhaustive. Vous retrouverez l'ensemble des coordonnées des structures agréées sur le site de la Métropole de Lyon : <https://www.grandlyon.com/services/annuaire-des-services-a-domicile-pour-personnes-agees>

• Services d'aides à la personne

— **ADMR** – 23, Avenue Raymond de Veysière - 69130 Écully
Tél. : 04 78 33 99 59 - Mail : admr.ecully@fed69.admr.org

— **ASAD** – 34, Chemin des Cerisiers - 69130 Écully
Tél. : 04 78 67 65 93 - Mail : coordinatrice@asadservices.fr

— **At'home Compliceo** – 6, Avenue Edouard Payen - 69130 Écully
Tél. : 04 74 01 27 65 - Mail : contact@athomecompliceo.fr

— **Essentiel et domicile** – 27, Avenue Raymond de Veysière - 69130 Écully
Tél. : 04 72 93 04 94 - Mail : ecully@essentiel-domicile.fr

— **O2** - 23 bis, Avenue Raymond de Veysière - 69130 Écully
Tél. : 02 43 72 02 02

• Services d'alerte, de téléassistance

— **Alerte** - Tél. : 04 36 24 28 18 - Mail : contact@alerte-france.com

— **Allovie** – Tél. : 0800 300 364 - Mail : contact@allovie.com

— **Bluelinea** – Tél. : 04 72 33 93 21

• Services de portage de repas

— Association éculloise et champenoise de portage de repas

15, Route de Champagne - 69130 Écully

Tél. : 04 37 49 99 32 - Mail : contact@aprd.fr

— At'home Compliceo

Tél. : 04 74 01 27 65 - Mail : contact@athomecompliceo.fr

— Atout Délice

Tél. : 09 72 30 32 30 - Mail : info@atoutdelice.com

— Menus services

Tél. : 04 72 32 15 74 - Mail : lyonnordouest@les-menus-services.com

• Aides techniques (conciergerie, jardinage, bricolage)

— Habilome

Tél. : 06 15 98 12 01 - Mail : contact@habilome.fr

— Atouts seniors

Tél. : 06 46 32 57 23 - Mail : contact@atout-senior.fr

JE SUIS AIDANT

• Café des aidants

Vous êtes aidant ? Ne restez pas seul, le CCAS vous propose un temps d'échange et de partage lors de son « Café des aidants » mensuel, le premier mardi du mois, de 9h à 11h, à la Maison de la Famille.



1, Allée des Tullistes - 69130 Écully

Pour tout renseignement, contactez le CCAS.

Tél. : 04 78 64 17 00 / Mail : seccas@ville-ecully.fr

• Accueil de jour du Centre Louise Coucheroux

D'une capacité de 12 places, ce service propose des activités spécifiques à destination des personnes âgées souffrant de troubles cognitifs. Ces activités préservent l'autonomie et recréent des liens sociaux afin de favoriser le maintien de la personne âgée à domicile.

Accueil sur place d'une journée ou plus par semaine, du lundi au vendredi, de 9h à 17h. Pour tout renseignement, contactez le Centre Louise Coucheroux :



34, Chemin de Villeneuve - 69130 Écully

Tél. : 04 78 33 56 68

Mail : coucheroux@ville-ecully.fr

INFORMATIONS PRATIQUES

De nombreux dispositifs existent sur le territoire écullois pour vous aider au quotidien.

- **Programmation prévention senior** : toute l'année, le CCAS vous informe et vous propose des activités, en majorité gratuite, pour vous entretenir, vous stimuler ou vous divertir (ateliers mémoire, gymnastique adaptée, conférences, etc.). **Il suffit de vous inscrire à la liste de diffusion dédiée auprès du CCAS.**
- **Permanence de l'Ouest Lyonnais** : pour les questions juridiques, deux permanences mensuelles (gratuites et confidentielles) sont tenues par l'association AMELY à la Maison de la Famille. Une juriste peut vous conseiller et vous orienter. **Renseignements au CCAS.**
- **Permanence du conciliateur de justice et de l'avocat conseil** : permanence mensuelle gratuite et sur rendez-vous en Mairie, le premier lundi du mois. **Tél. : 06 32 25 76 07.**

- **Programmation notaire** : permanence mensuelle gratuite et sur rendez-vous en Mairie, le premier mardi du mois. **Tél.** : 04 72 18 10 00.
- **Permanence Écoute Handicap** : Les élus de la commune vous reçoivent le 1^{er} lundi du mois de 14h à 17h à la mairie. Si vous ou un proche êtes concerné par le handicap, vous y trouvez une écoute, une aide pour résoudre certaines difficultés, ou encore un appui dans les démarches administratives, en complément des services sociaux. **Tél.** : 04 72 18 10 00.
- **Permanence budgétaire** : l'association CRESUS vous accompagne par des conseils budgétaires ou en cas de situation de surendettement à la Banque de France. **Renseignements auprès du CCAS.**
- **Permanences numériques** : l'association AMELY vous reçoit sur rendez-vous les mardis matins au sein de la Maison de la Solidarité. **Renseignements auprès du CCAS.**
L'association PIMMS (Point Information Médiation Multi Services) vous reçoit sans rendez-vous tous les vendredis matin au sein de la Bibliothèque des Sources. **Renseignements auprès du CCAS.**
- **Permanence ACTIOM « Ma commune ma santé »** : l'association ACTIOM fait un point avec vous sur les différents contrats de mutuelle santé selon votre situation. **Renseignements auprès du CCAS.**
- **France Alzheimer Accueil Ecoute Personnalisée** : l'association propose des entretiens gratuits avec une psychologue au sein de la Maison de la Solidarité, à destination des proches des seniors souffrant de la Maladie d'Alzheimer. **Renseignements auprès du CCAS.**
- **Lieux de culte** : vous référer au Guide pratique de la commune, disponible en mairie.

Mon logement

3

VOUS RECHERCHEZ UN LOGEMENT

Selon votre situation, vous pouvez rechercher un logement :

- **Dans le parc privé**

Via les agences immobilières locales ou via les sites internet dédiés.

- **Dans le parc social (sous conditions de revenus)**

Vous déposez votre demande de logement social au CCAS d'Écully :



23, avenue Raymond de Veyssière - 69130 Écully

Tél. : 04 78 64 17 00 / www.ecully.fr

Mail : seccas@ville-ecully.fr

Vous pouvez également déposer votre demande de logement social en ligne <https://logementsocial.grandlyon.com/> ou dans tout autre guichet d'enregistrement du département.

- **Dans une résidence autonomie**

Établissement médico-social non médicalisé, il s'adresse à toute personne autonome de 60 ans ou plus et propose des studios adaptés. 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... Une résidence autonomie est présente sur le territoire écullois : **le Centre Louise Coucheroux**.



34, Chemin de Villeneuve - 69130 Écully

Tél. : 04 78 33 56 42

Mail : coucheroux@ville-ecully.fr

- **D'autres solutions dédiées aux seniors existent**

Résidences services, habitat partagé, habitat participatif, habitat inclusif, résidence sociale : de nombreuses alternatives peuvent vous apporter le degré de confort, de convivialité ou de services correspondant à votre recherche. **N'hésitez pas à vous renseigner auprès du CCAS d'Écully ou de la Maison de la Métropole.**

VOUS SOUHAITEZ PARTAGER VOTRE LOGEMENT

Vous êtes propriétaire et vous souhaitez accueillir un étudiant : des associations vous mettent en relation avec des candidats et vous accompagnent tout au long du processus. Cela vous permet de bénéficier d'un petit revenu complémentaire, d'une aide à la vie quotidienne et de pallier la solitude.

- **Tim & Colette**

10, Place des Archives - 69002 Lyon

Site : www.timetcolette.fr

Tél. : 04 26 84 49 36 - Mail : contact@timetcolette.fr

- **Le Pari Solidaire**

59, Rue Antoine Charial - 69003 Lyon

Site : <https://leparisolidairelyon.org/>

Tél. : 06 11 44 37 95 - Mail : contact@leparisolidairelyon.org

- **Ensemble2générations**

Site : www.ensemble2gerenations.fr

Tél. : 06 44 02 73 76 - Mail : lyon@ensemble2generations.fr

VOUS SOUHAITEZ ADAPTER VOTRE LOGEMENT

Vous souhaitez être informé sur les aides techniques existantes : **le CRIAS Mieux Vivre** vous conseille, vous oriente et vous accompagne gratuitement. Il est également possible de visiter **ELSA**, l'appartement de démonstration de l'ensemble de ces aides.

Centre Régional d'information pour l'Agir Solidaire



28, Rue Étienne Richerand - 69003 Lyon

Tél. : 04 78 62 98 24 / 06 15 14 28 31

www.crias.fr/particulier/solutions-adaptees

Mail : contact@crias.fr

Vous souhaitez rénover/adapter votre logement ou le logement que vous louez, et être aidé financièrement.

— **SOLIHA**, conventionné avec l'Agence Nationale de l'Habitat (ANAH)

51, Avenue Jean Jaurès - 69007 Lyon

Site : www.rhone.auvergnerhonealpes.soliha.fr

Tél. : 04 37 28 70 20 - **Mail :** contact.69@solih.fr

— **ALEC**, Agence Locale de l'Energie et du Climat, dédiée à la rénovation énergétique, pilotée par l'Anah et la Métropole de Lyon

Site : <https://www.alec-lyon.org/particuliers/>

— **France Rénov'** - service public de la rénovation de l'habitat, piloté par l'Anah. Prévu principalement pour la rénovation énergétique, le site décline l'ensemble des aides possibles ainsi que les interlocuteurs dédiés. (ex : Ma prime adapt')

Site : <https://france-renov.gouv.fr>

D'autres aides existent. Pour plus d'informations, rapprochez-vous du CCAS ou de la Maison de la Métropole.

VOUS CHERCHEZ UN ÉTABLISSEMENT MÉDICALISÉ

Outil d'aide à l'orientation en structures sanitaires ou en structures médico-sociales (EHPAD, Résidence autonomie, Accueil de jour), le **site Via Trajectoire** vous permettra de rechercher un établissement médicalisé sur l'ensemble de la Région. **Site :** <https://trajectoire.sante-ra.fr>

Des services gratuits existent pour vous aider dans votre recherche :

— **ASCELLIANCE)**

47, Rue Benoît Bennier - 69260 Charbonnières-les-Bains

Site : <https://www.ascelliance-retraite.fr/> - **Tél. :** 04 72 69 89 09

— **CAP RETRAITE**

Site : <https://www.capretraite.fr/> - **Tél. :** 04 81 68 19 94

Deux établissements sont présents sur la commune :

• **EHPAD Louise Coucheroux**

Situé dans le centre Louise Coucheroux, l'EHPAD est habilité à l'aide sociale hébergement et aux APL et propose 18 lits.



34, Chemin de Villeneuve - 69130 Écully

Tél. : 04 78 33 37 49

Mail : coucheroux@ville-ecully.fr

• **EHPAD Louise Thérèse**

Géré par l'association ITINOVA, cet établissement est habilité à l'aide sociale hébergement et aux APL et propose 103 lits dont 6 en hébergement temporaire.

Une unité de 14 places est spécialement conçue pour les résidents atteints de la maladie d'Alzheimer.



10, Avenue Édouard Payen - 69130 Écully

Tél. : 04 72 86 15 86

<http://itinova.org/etablissement/ehpad-louise-therese-ecully-41.html>

• **Accueil familial**

Une modalité d'accueil pour personne âgée dépendante chez des particuliers agréés existent : **l'accueil familial**. Cette solution apporte un environnement plus intime et individuel.

Pour plus d'informations, rapprochez-vous de la Métropole de Lyon qui attribue les agréments.

Maison de la Métropole de Lyon



10 bis, Rue Jean Marie Vianney - 69130 Écully

Tél. : 04 28 67 28 20

Se déplacer

4

Bus, train, taxi... Découvrez dans ce chapitre les informations pour vous déplacer dans Écully, dans la Métropole et au-delà, en toute sérénité.

PRENDRE LES TRANSPORTS EN COMMUN

- **Réseau TCL**

Plusieurs lignes de bus desservent Écully et ses quartiers : lignes 3, 19, 55 et C6. Vous pouvez retrouver tous les itinéraires et les horaires sur le site www.tcl.fr, ou dans l'agence la plus proche.

Agence TCL Gorge de Loup



55, Rue du Sergent Michel Berthet – 69009 Lyon

Tél. : 04 26 10 12 12

- **Réseau SNCF**

Le Tram-train de l'Ouest lyonnais rallie la gare Saint-Paul à Lyon et les villes de Brignais ou l'Arbresle depuis la gare d'Écully-la Demi-Lune. La gare possède un parc-relais de 100 places et une consigne vélo sécurisée de 48 places accessible avec un abonnement combiné TER+vélo. Retrouvez tous les horaires de train sur le site www.ter.sncf.com.

AUTRES MODES DE TRANSPORT

- **Covoiturage**

La Métropole de Lyon propose une plateforme pour vous mettre en lien avec d'autres covoitureurs : www.encovoit-grandlyon.com.

- **Autopartage**

Leo&Go est un service d'autopartage disponible à Écully qui permet de réserver un véhicule en libre-service. Les véhicules, électriques et hybrides, sont accessibles 24h/24 et 7j/7 en quelques clics, depuis une application mobile, et adaptés à tous les besoins de déplacement, de quelques minutes à plusieurs jours.

Site : www.leoandgo.com

• Déplacement à vélo

Geovelo.fr vous permet de calculer des itinéraires rapides et sécurisés à vélo sur toute la Métropole. Il prend en compte les double-sens cyclables et figure les emplacements réservés pour le stationnement des vélos (arceaux), dont ceux d'Écully.

Une station Vélo'v est opérationnelle, Place de la Libération à Écully. Elle accueille 12 vélos en libre-service, à l'entrée du parking, le long de l'église.

Application : <https://geovelo.app/fr/>

UTILISER UN TRANSPORT ADAPTÉ

- **Optibus** est un service public SYTRAL Mobilités exploité par KEOLIS pour les personnes à mobilité réduite ne pouvant pas utiliser le réseau TCL. C'est un accompagnement avec un véhicule adapté.
- **Optiguide** est un autre service SYTRAL Mobilités d'accompagnement de porte à porte en utilisant le réseau TCL.

Se renseigner au préalable pour les inscriptions et le délai de réservation.

Optibus et Optiguide



31, Rue Jean Zay - BP 62 - 69802 St Priest Cedex

Tél. : 04 37 25 24 24

Site : www.optibus.fr

- **Les associations d'aides à la personne** présentes à Écully peuvent proposer à leurs clients des solutions pour tout type d'accompagnement (courses, visites médicales ...).

→ Voir rubrique « Structures d'aide à la personne » page 13

- **MOBIGIHP** est un service d'accompagnement destiné aux personnes âgées et/ou handicapées principalement domiciliées dans le territoire du Grand Lyon. En fonction des besoins des utilisateurs, il réalise des accompagnements hors du département.

MOBIGIHP



130, Rue de la Poudrette - 69100 Villeurbanne

Tél. : 06 34 47 62 10 / 04 78 24 27 32

TAXIS

Une station de taxis est à votre disposition en centre-ville, Avenue Édouard Aynard, à l'entrée du Parc des Chênes.

Allo Taxi Lyon – Tél. : 04 78 28 23 23

Taxi Lyon – Tél. : 04 78 26 81 81

DES AIDES FINANCIÈRES POUR FACILITER VOS DÉPLACEMENTS

• Les associations d'aide à la personne

Selon votre situation, il est possible de bénéficier d'une réduction d'impôts jusqu'à 50% des dépenses engagées et/ou d'un plan d'aide. Se renseigner auprès des structures.

→ Voir rubrique « Structures d'aide à la personne » page 13

• Sortir Plus

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. Il 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.

Vous n'aurez rien à avancer, ni à régler au service d'aide à la personne à la fin de la sortie. Vos sorties sont intégralement prises en charge par votre caisse Agirc-Arrco dans la limite d'un plafond fixé chaque année. 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.

Tél. : 09 71 09 09 71.

Santé et prévention

5

- **Actions de prévention**

Le CCAS d'Écully programme tout au long de l'année des temps de convivialité et des activités de prévention, régulières ou ponctuelles, sur tous les champs de la vie quotidienne (alimentation, sommeil, activité physique, mémoire, etc...). Inscrivez-vous au CCAS pour être régulièrement informé, par mail ou par courrier, de toutes les activités déployées sur le territoire.

- **Professionnels de santé**

L'annuaire actualisé des professionnels de santé (médecins généralistes, spécialistes, infirmiers, kinésithérapeutes, etc...) est accessible sur le site de l'Assurance Maladie.

Site : <https://annuaresante.ameli.fr/>

- **Bilan de santé**

Divers organismes proposent des bilans complets et gratuits afin de pouvoir faire le point sur sa santé.

L'Assurance Maladie organise des examens de prévention en santé : mené par une équipe pluridisciplinaire, cet examen permet d'aborder toutes vos préoccupations en toute confidentialité et d'obtenir des conseils personnalisés. Les centres d'examens de santé de la CPAM du Rhône sont situés sur l'ensemble du département.

La prise de rendez-vous s'effectue par téléphone au **04 72 65 16 16**.

L'AGIRC ARRCO propose des bilans de prévention à tous ses assurés de 50 ans et plus, ainsi qu'à leur conjoint ou aidant. Ce bilan d'évaluation médico-psycho-social est suivi de recommandations personnalisées. Le centre de rattachement se situe à Lyon et la prise de rendez-vous s'effectue par téléphone ou par mail.

Tél. : 04 78 42 17 65

Mail : accueil.lyon@centredeprevention.fr

• Santé psychique

Outre les professionnels de santé spécialisés dans la santé mentale, vous pouvez solliciter le **Centre Médico-Psychologique (CMP)** de secteur. Structure de soins pivot des secteurs de psychiatrie, il assure des consultations médico-psychologiques et sociales pour toute personne en souffrance psychique et organise leur orientation éventuelle vers des structures adaptées. Le service est gratuit et confidentiel.



1, Avenue de Montlouis - 69140 Champagne au Mont d'Or
Tél. : 04 78 35 00 43

• France Alzheimer

L'association **France Alzheimer Rhône** a pour mission de soutenir les aidants familiaux et les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Elle propose localement des formations, des ateliers et des groupes de paroles pour aider à la fois les aidants et les personnes touchées par la maladie.



6, Place Carnot - 69002 Lyon
Tél. : 04 78 42 17 65

Site : www.francealzheimer.org/rhone

• France Parkinson

Le Comité du Rhône organise à Lyon et Villefranche-sur-Saône des groupes de parole encadrés par des psychologues pour les malades (jeunes et seniors) ainsi que pour les aidants. Des activités adaptées au handicap sont également proposées et des formations sont dispensées afin d'aider à mieux appréhender la maladie et les différents traitements.



Tél. : 06 60 97 55 46

Site : www.franceparkinson.fr/comite-69

• Les mesures de protection

La maladie, le handicap, l'accident, la sénilité, peuvent altérer les facultés d'une personne et la rendre incapable de défendre ses intérêts. Le juge des tutelles peut alors décider d'une mesure de protection juridique par laquelle une autre personne l'aide à protéger ses intérêts.

Différents types de mesure de protection juridique existent (tutelle, curatelle ou sauvegarde de justice) et diffèrent selon les actes que la personne protégée peut exécuter seule. Une mesure de protection peut être demandée par l'intéressé, par un proche ou par un tiers en capacité d'identifier l'altération des capacités.

Pour plus d'informations, contactez le CCAS.

• 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(s) mandataire(s)) pour la représenter le jour où elle ne sera plus en capacité de gérer ses intérêts.

Le mandat de protection future est un contrat entre la personne à protéger et la personne qui va lui apporter de l'aide. Le mandat peut prendre la forme d'un acte sous signature privée, ou d'un acte notarié.

Pour plus d'informations, contactez le CCAS.

• Directives anticipées

Les directives anticipées consistent en une déclaration écrite pour préciser ses souhaits liés à la fin de vie. Elles permettent d'exprimer par avance la volonté de la personne de poursuivre, limiter, arrêter ou refuser des traitements ou actes médicaux.

Ce document aide les médecins, le moment venu, à prendre leurs décisions sur les soins à donner si la personne ne peut plus exprimer ses volontés.

Un modèle est accessible sur le site du Ministère de la Santé :

https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/2023_04_modele_directives_anticipees.pdf

Culture, sports et loisirs

6

Vous souhaitez vous renseigner sur l'offre culturelle, sportive ou de loisirs à Écully ? Rendez-vous sur le site de la ville sur lequel vous trouverez une page dédiée : <https://www.ecully.fr/mes-loisirs-330.html>

D'autres ressources existent : le magazine municipal, l'application gratuite pour smartphone « Ville d'Écully », les réseaux sociaux (Facebook, Instagram), les panneaux lumineux municipaux ou encore la Journée des Associations qui se tient usuellement le premier samedi de septembre.

CULTURE

La Ville dispose d'équipements et de services dédiés.

• Centre Culturel d'Écully

C'est un équipement municipal dédié à la découverte, à la création et à la rencontre à travers :

- **une salle de spectacles** (cinéma, pièces de théâtre, etc.),
- **une salle d'exposition** ouverte aux créations artistiques en peinture, sculpture, photographie, etc.,
- **une salle de réunion** ouverte aux conférences, débats, etc.,
- **des salles recevant des associations culturelles.**

Afin de découvrir les différentes propositions culturelles du Centre, un programme est mis à la disposition des Écullois dans tous les lieux municipaux. Ouvert également le week-end et en soirée aux horaires du cinéma et des spectacles.



21, Avenue Édouard Aynard - 69130, Écully

Tél. : 04 78 33 64 33

Mail : centre.culturel@ville-ecully.fr

• Médiathèque d'Écully

Ce lieu municipal fait partie d'un réseau nommé « Rebond » (composé de 10 bibliothèques regroupant 9 communes) qui offre l'avantage de permettre l'utilisation d'une carte unique valable dans tout ce réseau. La Médiathèque offre également un espace d'apprentissage et d'usage numérique, et de nombreux autres événements culturels (lecture de contes, ateliers créatifs, animations poétiques et théâtralisées, etc.).



1, Avenue Édouard Aynard - 69130, Écully

Tél. : 04 72 18 10 02

Mail : mediatheque@ville-ecully.fr

• Bibliothèque des Sources

La Bibliothèque des Sources est une annexe de la Médiathèque. Comme cette dernière, elle propose un grand nombre de services et animations. Son originalité réside dans **ses ateliers Microfolies**, qui consistent en la visite virtuelle des plus grands musées mondiaux ou d'œuvres d'art par thématique. Ces ateliers ont lieu le vendredi à 10h. Vous trouverez le programme de l'année dans les différents lieux de diffusion municipaux.



48, Chemin de Montlouis - 69130, Écully

Tél. : 06 84 48 15 20

Mail : biblio.sources@ville-ecully.fr

• Annuaire des associations culturelles

L'annuaire est accessible sur le site de la ville : <https://www.ecully.fr/mes-loisirs/culture/annuaire-des-associations-culturelles-357.html>

SPORTS

La Ville d'Écully détient le **label « Ville active et sportive 4 lauriers »** : l'offre d'activité physique et sportive y est foisonnante ! Afin de la découvrir, consultez le guide pratique de la commune ou la page dédiée à cette thématique : <https://www.ecully.fr/mes-loisirs/sports-334.html>

La ville dispose de nombreux équipements et d'un service dédié.

• Maison des Sports

Le rôle de ce service est la gestion et l'entretien des équipements sportifs. Il a également pour but la promotion du sport en favorisant et développant la pratique du sport pour le plus grand nombre.



5, rue Jean Rigaud - 69130, Écully

Tél. : 04 78 33 00 76

• Piscine

La piscine municipale dispose d'un bassin de 25 mètres, et, pour les beaux jours, d'un toit ouvrant et d'espaces verts extérieurs. Des leçons de natation et des cours d'aquabiking sont proposés tout au long de l'année.

Le club de natation d'Écully offre également un grand choix d'activités.



Rue Jean Rigaud - 69130, Écully

Tél. : 04 78 35 10 22

• Les équipements en libre accès

La commune dispose de nombreux terrains multisports (basket 3x3, parcours de santé, terrains de pétanque, etc.) à destination des habitants, afin qu'ils puissent pratiquer leur sport dans les meilleures conditions. De nombreux sportifs s'y retrouvent pour passer un moment convivial et ludique.

LOISIRS

Cuisine, cours de langues, jeux de cartes, de nombreux acteurs proposent des activités de loisirs très appréciées ! Parmi eux :

• Centre social d'Écully « Le Kiosque et l'Arche »

Situé au sein du quartier Sources Pérollier, il propose une grande diversité d'activités pour tous (arts créatifs, couture, marche, sophrologie, chorale, sorties, repas etc.).

C'est aussi un espace de services (écoute, conseils, aide au numérique).



31, Avenue des Sources - 69130, Écully

Tél. : 04 78 33 12 73

• Club « LE CEDRE »

Destiné aux préretraités et aux retraités d'Écully, il propose un grand nombre d'activités, tant ludiques que sportives, manuelles ou culturelles, ainsi que des moments conviviaux (repas mensuel le 1er mercredi de chaque mois sauf en août, voyage annuel, etc.).

Ouverture : mardi, mercredi et vendredi de 14h à 18h.



2, Allée des Tullistes - 69130, Écully
Tél. : 04 78 33 32 37
Mail : clubcedre@gmail.com

• Maison de quartier

Située au sein du quartier Sources Pérollier, elle propose un certain nombre d'activités tant sportives (natation, gymnastique, etc.) qu'artistiques (peinture, sculpture, modelage, etc.).



36, Avenue des Sources - 69130, Écully
Tél. : 04 78 35 44 01
Mail : lamaisonduquartier@free.fr

• Accueil des Villes Françaises

L'association est dédiée à l'accueil des nouveaux arrivants et vise à permettre aux nouveaux habitants de la commune de se recréer un tissu relationnel amical. Elle propose de nombreuses activités (cours de langues, club de lecture, art floral, œnologie, etc.).



2, Allée des Tullistes - 69130, Écully
Tél. : 07 62 73 64 42

• Les Petits Frères des Pauvres

L'association soutient et accompagne les personnes âgées seules et démunies. Une équipe éculloise est constituée et intervient à domicile sur demande. **Tél. :** 04 72 78 52 52

• Séjours vacances à prix réduits

Depuis 2007, l'**Agence Nationale pour les Chèques-Vacances (ANCV)** dédie un programme « **Seniors en vacances** » aux personnes âgées à revenus modestes. Près de 200 séjours organisés sont ainsi destinés aux plus de 60 ans. **Site :** www.ancv.com/seniors-en-vacances

Afin de connaître au mieux les différentes propositions à destination des seniors, nous vous invitons à **vous inscrire auprès du CCAS d'Écully** qui diffuse régulièrement par mail ou par courrier toutes les activités de prévention qui sont déployées sur le territoire.

Ne pas oublier qu'Écully offre différents lieux de promenades et parcs :
Parc du Vivier, Bois de Serres, Parc du Vallon, Jardin de la Condamine, etc.

■ BÉNÉVOLAT

Vous souhaitez devenir bénévole, mais vous ne savez pas à qui vous adresser ou ne savez pas comment vous pouvez être utile.

« Tous unis tous solidaires » :

Le dispositif peut vous permettre de découvrir les structures qui recherchent des bénévoles et les sélectionner selon vos centres d'intérêt.

Site : <https://www.tousunistoussolidaires.fr/>

S'adresser aux interlocuteurs locaux :

Les structures communales ou associatives seront enchantées de votre prise de contact ! N'hésitez pas à consulter le guide pratique ou l'annuaire des associations, et à vous adresser directement à la structure.

Nous vous suggérons quelques pistes :

- **La médiathèque et le centre culturel d'Écully** (lecture publique, etc.),
- **Le Centre social d'Écully « le Kiosque et l'Arche »** (aide scolaire, activités ludiques, etc.),
- **Le Petits Frères des Pauvres**
- **Le secours catholique**
- **L'APESE**, Association Pour l'Entraide et la Solidarité sur Écully
- **EJEDA Solidarité**

RAPPEL DES NUMÉROS IMPORTANTES

**En cas d'urgence médicale : appelez
le SAMU en composant le 15**



Police : 17

Pompiers : 18

Numéro national Handicap : 0 800 360 360

Appels urgences depuis un téléphone portable : 112

Secours pour les personnes sourdes ou malentendantes : 114

Lutte contre les maltraitances aux personnes âgées : 3977

Lutte contre les violences conjugales : 3919

Numéro national de prévention du suicide : 3114

SOS Vétérinaire : 3115

SOS Médecins : 04 78 83 51 51

Centre antipoison : 04 72 11 69 11

Maire d'Écully : 04 72 18 10 00

Police municipale d'Écully : 04 72 18 10 10

Police Nationale commissariat d'Écully : 04 78 33 53 54