GIDALIBURUA

ADINEKOAK

Adinekoak Hendaian...

VILLE D'HENDAYE

HENDAIAKO HERRIKO ETXEA

AURKIBIDEA

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE D'HENDAYE

HENDAIAKO GIZARTE EKINTZARAKO UDAL ZENTROA

Informazioa biltzea
4. or.

Elkartzea, libertitzea, ikastea
5. - 9. or.

Etxebizitza
10. or.

Mugitzea
11. or.

Etxean goxoki zahartzea
12. - 13. or.

Osasuntsu egotea
14. - 15. or.

Ostataleku kolektiboan bizitzea
16. - 19. or.

Bestelako zerbitzu baliagarriak
20. - 22. or.

Sar Hitza

Bizitza luzatzearekin, adinekoek gure herrian duten lekua, duten egitekoa, bai eta belaunaldien arteko elkartasuna ere, arrapostuak eskatzen dizkiguten desafioak bilakatu zaizkigu.

Horregatik egoki iruditu zaigu “gizarte behatoki” bat sortzea, adinekoen nahi eta beharrei hobeki erantzuteko.

Horretarako, lantalde batek bildu ditu Gizarte Ekintzarako Udal Zentroa (GEUZ-CCAS), Denentzat Gizarte Zentroa, Elgar Bizi, Saint Vincent Etxea, Santé-Service, Baionako Ospitaleko Gerontologiako Prebentzio eta Ebaluazio Unitatea eta Departamenduko Elkartasun Etxea.

Talde honek ezarri duen lehen lan ardatza komunikazioa hobetzea da, adinekoek eta beren senideek hobeki ezagut ditzaten Hendaian “ongi zahartzen” gure gain hartzen ditugun zerbitzuak, jarduerak eta baliabideak.

Gida hau frantses-euskara liburuxka elebidun moldean argitaratu dugu eta luze-zabal hedatu dugu herrian, saltokietan, elkarteetan, osasungintzako profesionalen artean eta beste. Bide emanen digu, agian, jardun publikoaren erabiltzaileak hobeki ezagut dezan, eta gisa horretan, errazago baliatzeko, herriak eskaintzen diona.

Hendaian ongi bizitzea, gure desirarik kartsuena da, hain segur.

Kotte ECENARRO
Auzapeza
GEUZaren lehendakaria
Departamendu kontseilaria

INFORMAZIOA BILTZEA

Erretreta ongi pasa dadin, argibide bat, aholku bat edo laguntza eskatzeko, Gizarte Ekintzarako Udal Zentrora joan zaitezke (GEUZ-CCAS). Gizarte Ekintzarako Udal Zentroa erakunde publiko autonomoa da, auzapezaren lehendakaritzapean.

GEUZ - CCAS
Loratetegietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX

05 59 48 23 10
05 59 48 03 87

ccas@hendaye.com
www.hendaia.eus

Harrera egutegia : astelehenetik ostiralera, **8:00etatik 12:00etara** eta **13:30etik 17:30era**

HARRERA, INFORMAZIOA, NORABIDEA

- Administrazio urratsetan laguntzea
- Gizarte laguntzako dosierrak bideratzea (establimenduetan ostatatzeko laguntza, etxeko laguntza zerbitzua)
- Mutualitate bat eskuratzeko laguntza
- Bizitegiaren egokitzapena: HLM, bizilekuen hobekuntza
- Etxean mantentzeko laguntza ematea: bizitza laguntzailea, apairuak eramatea
- Apairuak etxera eramatea
- Establimenduetan onartzea

ELKARTZEA
LIBERTITZEA
IKASTEA

Partekatu
Ikasi
Irri egin
JOLASTU
MUGITU !

Herriko Mediateka

Ororentzako baina baita adinekoei ere zuzenduriko zerbitzu eta jarduerak

- Bilduma egokituak: letra handiko liburuak, entzuteko liburuak (CD gisa)
- Liburuak etxera eramatea
- Belaunaldien arteko sorkuntza tailerrak

Argibideak:

Herriko Mediateka
Jaizkibel karrika, 4
64701 HENDAIA
05 59 48 00 77
mediatheque.admin@hendaye.com

Zabalik

Astearte, asteazken eta ostiraletan
10:00/12:30 - 14:30/18:30

Ostegunetan **14:30/18:30**

Larunbatetan **10:00/12:30 – 14:00/18:00**

ELKARTZEA
LIBERTITZEA
IKASTEA

Partekatu
Ikasi
Irri egin
JOLASTU
MUGITU !

«Denentzat» Gizarte Zentroa

Egunerokotik ateratzea, jendeekin topatzea eta mintzatzea, trebetasunak partekatzea

- Sorkuntza tailerrak: gurutze puntua, margolaritza, kantua
- Frantses, gaztelania, aleman tailerrak
- Sukaldaritza eta baratzezaintza tailerrak
- Eguneko eta asteburuko ateraldiak

CENTRE SOCIAL DENENTZAT

Urririkako lana egitea Denentzat Gizarte Zentroan

- Noiztenka: Gizarte Zentroaren ekitaldietan, xintxuketa-lan txikietan…
- Iraunkorki: zure ezagutzak baliatuz etengabeko jardunak gidatzeko

Argibideak :

Richelieu karrika, 29

05 59 20 37 63
centresocialdenentzat@sfr.fr
http://www.centre-social-denentzat.fr

Denak Lagun
« Foyer de l'âge d'or »
(urrezko adinaren egoitza)

Elkartzea, libertitzea, jardunetan parte hartzea

- Gizarte jokoak: scrabble, kartak
- Joskintza
- Krakadak, apairuak
- Eguneko ateraldiak
- Bidaiak

Argibideak :

Aizpurdi karrika, 1

0559205340

Zabalik astearte eta ostiraletan, **14:30etik 18:30era**

Amicale Laïque

Jardunetan parte hartzea

- Informatika: ezagutzea-abiatzea-hobetzea (ikastaroak urririk, kide eginez)
- Jarrera eta oreka: ariketa egokituak (ordainpeko ikastaroak 30 €/hiruhilekoa)
- Gimnastika eztia (ordainpeko ikastaroak 35 €/hiruhilekoa)
- Kantu tailerra
- Bidaiak eta egonaldiak taldean

Argibideak :

Villa Apollonie

Pierre Loti karrika, 16

www.amicale-laique-hendaye.fr

Harrera, ostiral goizetan, **9:00etatik 11:00etara**.

ELKARTZEA
LIBERTITZEA
IKASTEA

AGIR abcd

«Association Générale des Intervenants Retraités» (urririkako langileen ekintzak, lankidetza eta garapenerako).

Adinekoek beren lan esperientzia zailtasunetan direnen zerbitzura jartzen dute.

- Frantsesa kanpo hizkuntza gisa irakastea, alfabetatzea
- Lanpostu bila direnentzako laguntza
- Enpresa sortzeko proiektuak dituztenak laguntzea
- Gazteak eta adinekoak errepideko arriskuez ohartaraztea
- Isolaturik diren adinekoak aditzea, sostengua ematea eta gizarteratzen laguntzea
- Osasun gehigarrirako laguntza

Argibideak :

AGIR abcd

Hego Akitaniako Departamendu Ordezkaritza
Jouanotte karrika, 41

64600 ANGELU

05 59 58 27 99

09 70 06 56 75

Agir.abcdaquisud2@orange.fr

Harrera :

Hendaiako GEUZ-CCAS

05 59 48 23 10

Bi asteartetik behin, **10:00etatik 11:30era**

Hendaiako elkarteen aurkibidea

www.hendaia.eus

ETXEBIZITZA

Antolaketak egin nahi badituzu etxean, bertan goxoki bizitzen jarraitzeko edo zure egoerarako egokiagoa den bizitegia alokatzeko

- Bizitegia hobetzeko laguntza

Argibideak :

SOLIHA Euskal Herria
Jacques LAFITTE karrika, 9
64100 BAIONA
05 59 46 31 31

Harrera Hendaian
Argibideak: **GEUZ-CCAS** 05 59 48 23 10

- HLM bizitegia eskuratzea

Bizitegia eskatzeko dosierra ematea eta dosierra prestatzen laguntzea :

GEUZ-CCAS
Lorategietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX
05 59 48 23 10
05 59 48 03 87
ccas@hendaye.com

Bizitegi lagundua eskatzeko «cerfa» dosierra inprimatzea: www.formulaires.modernisation.gouv.fr
Eta horren ondoren, bizitegi lagunduaren eskaria: www.demande-logement-social.gouv.fr

MUGITZEA

Ez baduzu ibilgailurik edo mugitzeko ez baduzu autoa erabili nahi

- HEGOBUS

Hego Lapurdiko Hiriguneko garraio sarea.
10 autobus linea Hego Lapurdi osoan.
Galdatu beharreko eta mugikortasun murriztua duten pertsonentzako garraioa.

Xehetasunak eta ordutegiak: www.hegobus.com
Telefono zenbaki berdea 0 800 891 091

GEUZ-CCASak prezio murriztuko bidaia txartelak ematen ditu (adinaren eta diru sarreren baldintzapean).

Argibideak:

GEUZ-CCAS
Lorategietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX

05 59 48 23 10
05 59 48 03 87
ccas@hendaia.com

- Herriarteko autobusetako garraioa: HENDAIA/BAIONA

Bidaia txartelak GEUZ-CCASak ematen ditu (adinaren eta diru sarreren baldintzapean).

Argibideak: **GEUZ-CCASan**

ETXEAN GOXOKI ZAHARTZEA

Autonomia galdu baduzu, aldi baterako edo behin betiko (istripua, zahartzea, ezintasuna), eta etxean dituzun bizi baldintzak hobetu nahi badituzu

- Etxeko laguntza zerbitzuak

Norberari eguneroko ezinbesteko egitekoetan laguntza egokitua (laguntza jaikitzeko, janzteko, jateko, ibilaldietarako…) edota laguntza teknikoa (bizitegia garbitzea, erosketak, lisatzea…) zerbitzu emaile gisa (zerbitzuak enplegatzen du etxeko laguntzailea) edo mandatari gisa (hartzaileak enplegatzen du etxeko laguntzailea).
Etxera apairu dietetiko eta orekatuak ekartzea, hotzean mantenduz.

Zerbitzu horiek diruzta ditzakete erretreta kutxek, mutualitateek, Departamendu Kontseiluak (Autonomiarako Norbanakoentzako dirulaguntza-APA), Ahalmen Urrikoen Departamenduko Etxeak (MDPH). Zerga beherapenak ekar ditzakete.

GEUZ-CCAS HENDAIA

Etxeko Laguntza Zerbitzua; zerbitzu emaile eta apairu eramailea.

Argibideak :

Loratagietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX
05 59 48 23 10
05 59 48 03 87
ccas@hendaye.com
www.hendaia.eus

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE D'HENDAYE

HENDAIAKO GIZARTE EKINTZARAKO UDAL ZENTROA

«Elgar bizi» Vivre ensemble

Etxeko laguntza elkartea: zerbitzu emaile eta mandataria

Autoportuko harrera zentroa
Industria karrika
64700 HENDAIA
05 59 20 10 24
elgar.bizi@wanadoo.fr
www.aide-domicile-elgar-bizi.fr

Hendaia Home Services

Norbanakoentzako zerbitzu enpresa
Zerbitzu hornitzailea
De Gaulle jeneralaren etorbidea, 73
64700 HENDAIA
0559634660
hendaiahomeservices@hotmail.fr
www.hendaiahomeservices.fr

Telelaguntza

Sistema erraz eta segurtasun emailea, lepoko edo eskumuturreko batetan zapatuz zure senideei jakinaraz diezaiekezu alditxartu edo erori zarela.

Diru sarreren arabera, GEUZ-CCASak diruz lagundu dezake abonamendu gastua ordaintzen.

Argibideak : **GEUZ-CCAS** 05 59 48 23 10

OSASUNTSU EGOTEA

Zure osasun babesa hobetu nahi baduzu, artamenduren bat lortu nahi baduzu edo osasun alorreko profesional bat, edo prebentzio ekintzetan parte hartu nahi baduzu.

- Osasun gehigarria merkeago, osasun gehigarrirako laguntza

Argibideak :

GEUZ- CCAS
Lorategietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX

05 59 48 23 10
05 59 48 03 87

ccas@hendaye.com

- Osasun prebentzioko tailerrak, mintzaldiak: oroimen tailerrak, erorikoen prebentzioa, norbere irudia, bizitegiaren antolamendua

Argibideak :

GEUZ- CCAS (ikus goian)

DENENTZAT Gizarte Zentroa

Richelieu karrika, 29
64 700 HENDAIA

05 59 20 37 63
05 59 48 34 72

centresocialdenentzat@voila.fr
www.centre-social-denentzat.com

- Osasun alorreko profesionalak

Medikuak
Erizainak
Kinesiterapeutak,
Medikuntzako material eta tresnak

Ikus telefono aurkibidearen orrialde horiak

- Gerontologiako prebentzio eta ebaluazio kontsultak, adineko pertsonaren ahultasunaz ohartzeko

Euskal Kostaldeko Ospitale Zentroko (CHCB) Gerontologiako Prebentzio eta Ebaluazio Unitatea (UPEG)

- Gerontologiako prebentzio eta ebaluazio kontsulta
- Laguntzaileentzako laguntza kontsulta
- Laguntzaile profesionalentzako laguntza kontsulta

Argibideak eta kontsultak :

CHCB Baiona : 05 59 44 43 82
CHCB Donibane Lohizune : 05 59 51 45 92

OSTATALEKU KOLEKTIBOAN BIZITZEA

Etxean bizitzea zailegia bilakatzen bada, aldi baterako edo behin betiko ostatatze kolektiboa egoki gerta lekieke adineko pertsonari eta bere ingurukoei.

«HAIZPEAN» Menpeko Adinduen Ostatalekua (MAO)

- 63 ohe ostatatze iraunkorrerako
- 4 ohe aldi bateko ostatatzerako (90 egun gehienez): atsedenaldi egonaldia
- Jarduera eta Arta Egokituen Gunea (PASA), ezagutza nahasmendu txikiak dituztenentzat
- Menpeko Adinduen Ostatalekua, gizarte laguntzaren aukera duena, GEUZ-CCASak kudeaturik
- Medikuntza zerbitzudun egitura (mediku koordinatzailea, erizainak, arta-laguntzaileak), 60 urtetik gorako pertsonentzat (edo 60 urte gabe baina baimen berezia dutenak) autonomia zerbait edo guztiz galdu dutenak.
- Norbanakoari egokitu zaintza eta animazioak eskainiz, bizileku ederra da.
- Banakako logelak, bainugela eta komunarekin.

Ostatatze gastuak egoiliarrak berak edota honen senideek ordaintzen dituzte (diru sarreren arabera, Departamenduaren Gizarte Laguntzak har dezake bere kargura).

Argibideak eta onartzeko dosierrak hartzeko :

Haizpean Menpeko Adinduen Ostatalekua
Armatondo karrika
64700 HENDAIA

05 59 01 10 30
05 59 01 10 31

ehpadhaizpean@hendaye.com
www.hendaia.eus

GEUZ-CCAS

Lorategietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX

05 59 48 23 10
05 59 48 03 87

ccas@hendaye.com
www.hendaia.eus

OSTATALEKU KOLEKTIBOAN BIZITZEA

Eguneko harrera: CASER Egoitza

Eguneko harrera, 8:00etatik 20:00etara, menpeko adinekoentzat.
Erabiltzaileen gaitasunak mantentzeko eta beren autonomia hobetzeko xedez, eguneko harrerak adineko pertsonaren ebaluazio orokorra eginen du eta horri egokitu programa prestatuko du.

Egonaldi gastuak Autonomiarako Norbanakoentzako Dirulaguntzak (APA) diruzta ditzake.

Argibideak :

CASER RESIDENCIAL BETHARRAM
Zubieta kalea, 161
20280 HONDARRIBIA
0034 943 64 71 69

GEUZ-CCAS
Loretegietako karrika, 9
PK 60150
64701 HENDAIA CEDEX
05 59 48 23 10
05 59 48 03 87
ccas@hendaye.com
www.hendaia.eus

SSR La Maison St. Vincent « CONCHA BERRI »

Saint Vincent «Concha Berri» etxea geriatriako berregokitze eta segimenduko artamendu zentroa da, era anitzeko artamenduetako zentroa, adiktologia eta mina arintzeko artamenduetako zentroa. Jendea hartzeko, mediku agindua eta Eritasun Asurantzako Lehen-mailako Kutxaren adostasuna behar dira.

Formakuntza eta aditze leku bat proposatzen die ere Alzheimer edo antzeko eritasunak joak diren adinekoen edo ahalmen urritasuna dutenen senide laguntzaileei (tailerrak urririk).

Argibideak :

SSR La Maison Saint Vincent- Villa Concha
Hapetenia karrika, 17
64702 HENDAIA CEDEX

05 59 20 70 33
05 59 48 07 63

admission@stvincentconcha.fr

BESTELAKO ZERBITZU BALIAGARRIAK

SUHILTZAILEAK : 18

SAMU : 15

POLIZIA : 17

DEPARTAMENDUKO ELKARTASUN ETXEA (MSD) PIRINIO ATLANTIKOETAKO DEPARTAMENDU KONTSEILUA

Gizarte zerbitzuaren adarra
Intzurako industrialdea, Autoportuko harrera zentroa, Industria karrika, 64700 HENDAIA

Gizarte laguntzaileak, ordua hartuz

05 59 20 76 40

LAPURDI, NAFARROAKO ZAHARTASUN GUNEA
PIRINIO ATLANTIKOETAKO DEPARTAMENDU KONTSEILUA

«La Guadeloupe» etxea, Hiribehere karrika
64480 UZTARITZE

05 59 70 39 00

CARSAT

Erretreta kutxa

Harrera Hendaiako Herriko Etxean

3960

Gizarte zerbitzua, GEUZ-CCASan ordua hartuz:

05 59 52 74 73

ERITASUN ASURANTZAKO LEHEN-MAILAKO KUTXA (CPAM-EALK)

Victor Hugo etorbidea, 22
64500 DONIBANE LOHIZUNE

3646

Harrera : 8:00etatik 16:00etara

ALMA 64 :

3977

FRANCE ALZHEIMER PYRENEES ATLANTIQUES

100, Avenue du Loup
64 000 PAU

05 59 80 16 37
05 59 84 34 03

fapa@fapa64.com
www.francealzheimer-pyrennesatlantiques.org

GURUTZE GORRIA

Leku Eder karrika
64700 HENDAIA

05 59 48 30 33

SOKORRI KATOLIKOA
De Gaulle jeneralaren etorbidea
64700 HENDAIA

SIG 64: SOLIDARITE INTERGENERATIONS (belaunaldien arteko elkartasuna)

Gazte eta zaharren arteko topaketak egitea, haien arteko harremanak elkarren errespetuan sustatzea.
S.I.G 64

contact@SIG64.fr

BESTELAKO ZERBITZU BALIAGARRIAK

ADIL: Agence Départementale Information Logement (Bizitegiei buruzko Departamenduko Informazio Agentzia)

Argibideak : **GEUZ-CCASan**

Harrera, **GEUZ-CCASan*****, hitzordurik gabe***

SOLIHA Euskal Herria (PACT zena)

Bizitegien egokitzapena, azterketa tekniko eta diruzkoa.

Argibideak : **GEUZ-CCASan**

Harrera, **GEUZ-CCASan*****, hitzordurik gabe***

HENDAIAKO HERRIAREN WEBGUNEA

www.hendaia.eus

Diseinua eta ekoizpena : Paxka Créa paxka@orange.fr