



Voir aussi :
[Centre Communal d'Action Sociale \(CCAS\)](#)

Contact :

Programme "PIED"

01 39 65 66 94 / 01 34 45 97 06

Plan canicule

01 34 45 97 06

L'accompagnement des aînés par le CCAS se traduit également par des actions de prévention menées tout au long de l'année.

Le programme "PIED"

Chaque semaine, des retraités participent aux ateliers du Programme intégré d'équilibre dynamique.

Garder la forme en retardant les effets du vieillissement : tels sont les avantages apportés par ces ateliers qui proposent des exercices de motricité et de prévention des chutes.

Chaque séance, d'un groupe de 15 personnes, est encadrée par un animateur diplômé de la "Fédération française EPMM Sport pour tous", et comprend :

- 1h d'activité physique avec des exercices d'assouplissement, de renforcement et d'intégration de l'équilibre
- 30 minutes de discussion de prévention et d'éducation pour la santé sur des thèmes multiples : prévenir les chutes, choisir de bonnes chaussures, garder une bonne santé des os, utiliser les médicaments de façon rationnelle, garder la forme, etc.

Ces séances ont lieu à l'Envol, 77 avenue Charles Vaillant, aux jours et horaires suivants :

- lundi de 10h15 à 11h45
- mardi de 9h30 à 11h

La téléassistance

Vous pouvez vous rapprocher du CCAS pour bénéficier de ce dispositif, mis en place par le Conseil départemental du Val-d'Oise afin de favoriser le maintien à domicile des personnes âgées ou handicapées.

Les bénéficiaires de la téléassistance peuvent également recourir à :

- un service d'assistance psychologique par téléphone,
- la possibilité de recevoir des messages ou recommandations sur leur téléphone, par exemple en cas de canicule ou de grand froid.

Ce service de téléassistance propose également la détection de chute et n'entraîne plus de surcoût pour les personnes sans ligne téléphonique fixe.

Il est gratuit pour les personnes non imposables sur le revenu; Dans le cas contraire, une participation financière est demandée au bénéficiaire par le Conseil départemental du Val-d'Oise.

Le plan canicule

Le plan canicule est déclenché le 1^{er} juin de chaque année. Dans ce cadre, Santé publique France met en place un dispositif d'information et de prévention des risques liés aux fortes chaleurs. Ainsi, les personnes âgées ou handicapées de la commune vivant à domicile, ont la possibilité de se faire inscrire sur le registre nominatif du plan d'alerte canicule durant la période estivale de veille sanitaire.

En cas d'alerte canicule, toutes les personnes préalablement inscrites sont contactées par téléphone par les équipes du CCAS et/ou visitées.

Source URL: <https://www.arnouville95.fr/article/sante-et-prevention>