

Contacts utiles

ADIL : 02 54 27 37 37
ALMA : 09 66 82 37 64
APF France Handicap : 02 54 34 13 45
CARSAT : 3960
CLIC : 02 54 08 37 20
CMP : 02 54 22 49 67
CSAPA : 02 54 22 52 88
DAC : 02 42 00 12 70
DPDS - service APA : 02 54 08 38 09
Diapason : 02 54 53 03 32
EADSP : 02 54 08 00 72
EKR France : 02 54 07 01 69
EMG : 02 54 29 12 09
EMPPA : 02 54 29 12 09
EMSP - Equipe mobile santé précarité :
02 54 27 50 20
Equipe mobile Bel Air : 02 47 42 43 00
Equipe mobile de réadaptation
du Berry : 02 54 03 54 31
ESP Argenton s/ C : 02 54 24 10 53
ESP Buzançais : 02 54 84 05 24
ESP Châteauroux : 02 54 27 73 05
ESP Déols : 02 54 22 25 42
ESP Issoudun : 02 54 21 20 41
ESP La Chatre - Ardentes : 02 54 48 23 08
ESP Le Blanc : 02 54 28 35 20
ESP Valençay : 02 54 00 18 99
France Alzheimer : 02 54 07 15 90
France AVC : 02 54 03 67 12
France Parkinson : 06 30 71 48 17
FRAPS : 02 54 60 98 75
ISTF : 06 30 80 27 28
Maltraitance : 3977 et 3919
MDPH : 02 54 35 24 24
MSA : 02 54 44 88 36
Plateforme de répit : 06 74 26 11 36
ou 07 87 05 24 07
Prévention risque suicidaire : 3114
SAS : 116 117
Service social du CH Châteauroux-Le Blanc :
02 54 29 60 00
UC-IRSA : 02 54 08 13 36

La notion de fragilité et son repérage

01 La fragilité : un état réversible

« La fragilité est une **diminution des capacités physiologiques d'adaptation** au stress d'un individu. Les capacités d'un individu sont diminuées par l'âge, par la présence de pathologies et par d'autres facteurs psychologiques, sociaux, économiques ou comportementaux. Les personnes dont les réserves sont diminuées ont un **risque élevé**, dans une situation de stress (psychologique, accidentel ou maladie), d'être confrontées à des **événements défavorables ou péjoratifs** : incapacités, chutes, hospitalisation, entrée en institution ou décès. »

02 Repérer les changements

Pour évaluer la fragilité et proposer des actions correctrices, il est important de **noter les changements de comportement** survenant de façon répétée chez une personne qui, jusqu'alors, n'avait pas de problèmes particuliers : cela peut concerner la sphère affective, les activités quotidiennes, la mémorisation des événements...
Le repérage de ces changements doit amener à **faire un point** sur l'organisation de la vie quotidienne pour renforcer les capacités et à **consulter un professionnel de santé** pour organiser un bilan global de l'état de santé.

03 Retrouver ses capacités

L'objectif est de **corriger les déséquilibres constatés** pour permettre à la personne de retrouver ses capacités d'adaptation à la vie quotidienne et reprendre une trajectoire de vieillissement réussi.

Par exemple :

- Promotion d'une **activité physique** adaptée pour lutter contre la sédentarité
- Conseils pour une **alimentation** adaptée aux besoins de la personne
- Réduction des **risques liés aux médicaments**
- Proposition d'activités favorisant le **lien social**



Le vieillissement touche les personnes de façon différente

● Les personnes Robustes

Elles sont autonomes, ont un bon état nutritionnel et de bonnes performances physiques.
→ leur mode de vie est adapté à leur âge.

● Les personnes Fragiles

Elles mènent une vie autonome, mais avec quelques difficultés.
→ leurs performances et leurs capacités sont diminuées.

● Les personnes Dépendantes

Elles ont des difficultés qui entravent leur vie quotidienne.
→ elles ont besoin d'une aide extérieure pour répondre à leurs besoins.

La filière gériatrique de l'Indre

Elle rassemble les acteurs des champs sanitaires, sociaux et médico-sociaux œuvrant collectivement à la **qualité du service rendu aux personnes âgées** du territoire.

L'objectif du présent document est de valoriser l'ensemble des **ressources disponibles** pour soutenir les personnes âgées dans leur **vie quotidienne** et permettre aux professionnels, élus ou bénévoles de **diffuser des renseignements** pertinents.



Retrouvez plus d'infos dans le Guide Pratique à l'attention des seniors de l'Indre et sur
www.senior36.fr
www.ameli.fr

Schéma des ressources d'aide et de soins

pour les personnes âgées dans l'Indre



Document réalisé par les acteurs de la filière gériatrique de l'Indre et financé par la Conférence des Financeurs

Septembre 2025



01 Prévention

● Information et orientation

CLIC : Centre Local d'Information et de Coordination - 02 54 08 37 20

DAC : Dispositif d'Appui à la Coordination - 02 42 00 12 70

FRAPS : Promotion santé antenne 36 : 02 54 60 98 75

● Associations spécialisées :

France Alzheimer, France Parkinson, France AVC, APF France Handicap, association EKR France...

● Bilan de prévention bilan de santé

UC IRSA : UC Institut inter Régional pour la Santé - 02 54 08 13 36

MSA : Mutualité Sociale Agricole - 02 54 44 88 36

● Lutte contre la solitude

Prévention du risque suicidaire - 3114 Mairies, CCAS, ESP, CLIC, centres sociaux ou associations...

● Éducation thérapeutique du patient

Diapason - coordination départementale de l'ETP - 02.54.53.03.32

● Et en fonction des projets des différents territoires :

Coordinations gérontologiques locales
Contrats Locaux de Santé (CLS)
Communautés Professionnelles Territoriales de Santé (CPTS)

02 Démarches administratives et sociales

● Lieux d'information

CLIC : Centre Local d'Information et de Coordination - 02 54 08 37 20

MDPH : Maison Départementale des Personnes Handicapées - 02 54 35 24 24
Mairies, CCAS...

● Prestations sociales

ESP : Espace Social de Proximité (selon l'adresse)

DPDS : Direction de la Prévention et du Développement Social (Evaluation)

APA : service aide et action sociale du Département - 02 54 08 38 09

Caisses de retraite : CARSAT, MSA, autres caisses

● En cas d'hospitalisation

Service social du CH Châteauroux-Le Blanc - 02 54 29 66 40

Service social du CH d'Issoudun - 02 54 03 54 03

03 Aides à domicile

● Pour les activités quotidiennes et domestiques :

Services Autonomie à Domicile (SAD aides) - ex SAAD

● Services à la personne agréés

Aide à la vie quotidienne, ménage, courses, portage de repas, téléalarme...

04 Dispositifs d'appui et d'accompagnement

Accompagnement intensif à domicile dans les situations complexes

DAC - Dispositif d'Appui à la Coordination - 02 42 00 12 70

Répit et aide à l'aidant

Plateforme de répit - 06 74 26 11 36 ou 07 87 05 24 07

Associations d'usagers : France Alzheimer, France Parkinson, France AVC, APF France Handicap, EKR France...

Accueil de jour médico-social

Vacances - répit

Soutien aux professionnels et aux usagers

EADSP - Equipe d'Appui Départementale en Soins Palliatifs - 02 54 08 00 72

EMG - Equipe Mobile Gériatrique (évaluations gériatriques) - 02 54 29 12 09

EMPPA - Equipe Mobile Psychiatrie de la Personne Agée - 02 54 29 12 09

EMSP - Equipe Mobile Santé Précarité - 02 54 27 50 20

Equipe mobile Bel Air (personnes cérébrolésées) - 02 47 42 43 00

Equipe mobile de réadaptation du Berry - 02 54 03 54 31

CRT - Centres de Ressources Territoriaux (accompagnement des personnes dépendantes à domicile)

05 Solutions d'habitat

● Adaptation du logement

ADIL : Agence Départementale d'Information sur le Logement - 02 54 27 37 37

● Habitat adapté

Résidences services
Résidences autonomie (ex foyer logement et MARPA)
Accueil familial pour adultes
Habitat regroupé
Habitat inclusif

● Solutions ponctuelles

Hébergement temporaire en établissement
Chambres relais

● Habitat accompagné et médicalisé

EHPAD : Etablissement pour Personnes Agées Dépendantes
USLD : Unités de soins de longue durée

Certains établissements disposent d'Unités protégées, d'Unités d'Hébergement Renforcées (UHR) ou de Pôles d'Activité et de Soins Adaptés (PASA)

06 Soins



● Soins à domicile

Professionnels de Santé Libéraux se déplaçant à domicile (médecin, infirmier en pratique avancée, infirmier, diététicien, podologue, kiné...)
SAD mixte (ex SSIAD)
HAD : Hospitalisation à Domicile
ESA : Equipe Spécialisée Alzheimer (réhabilitation et accompagnement à domicile)

● Soins de ville

Professionnels de Santé Libéraux (consultations en cabinet, maisons de santé et centres de santé)
SAS - Service d'accès aux soins - 116 117
CMP - Centre Médico-Psychologique et ses antennes - 02 54 22 49 67
CSAPA - Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie - 02 54 22 52 88

● Soins en établissement de santé Consultations

Consultation pluridisciplinaire de la douleur (au CH de Châteauroux)
Services de courts et longs séjours
Hospitalisations de jour
Services Médicaux et de Réadaptation (SMR et SMRA)
Equipes intra-hospitalières au CH de Châteauroux : **Unité mobile de gériatrie (UMG)**, **Equipe mobile de soins palliatifs (EMSP)**, **Equipe de liaison en addictologie (ELA)**

07 Se protéger et protéger ses biens

Anticiper le fait de ne plus pouvoir s'exprimer

Concernant les soins médicaux : Rédiger ses Directives Anticipées relatives aux traitements et actes médicaux et/ou désigner une personne de confiance.

Concernant la gestion de ses intérêts : Désigner un tiers via un Mandat de protection future déposé chez un notaire.

Information et Soutien aux Tuteurs Familiaux (ISTF) - 06 30 80 27 28

Demander une mesure de protection juridique

(sauvegarde de justice, curatelle, tutelle) ou une habilitation familiale.

Le Juge des tutelles, sur saisine du Procureur, désigne un organisme autorisé ou une personne de l'entourage.

Tribunal judiciaire de Châteauroux - 02 54 60 35 35

Maltraitance / Violences

Conseils en appelant au 3977
Violence Femmes Infos - 3919
ALMA 36 : ALLô MALtraitance des personnes âgées et/ou handicapées - 09 66 82 37 64

Maison de protection des familles (en zone gendarmerie) - 02 54 29 59 83

Saisine du Procureur de la République par toute personne témoin ou suspectant une situation de maltraitance.