

Septembre 2020

Cahier du Citoyen



LA ROCHE-JAUDY

Le Conseil Municipal de La Roche-Jaudy et son Centre Communal d'Actions Sociales vous proposent à travers ce livret d'accéder aux informations nécessaires lors de certaines situations que nous rencontrons toutes et tous au long de notre parcours de vie.

Ce livret citoyen est censé vous aider à vous orienter vers les bonnes institutions lorsque vous en avez besoin. Il est évolutif et peut également être consulté sur le site de La Roche-Jaudy (larochejaudy.bzh).

Nos services, le CCAS et les élus restent à votre disposition si vous rencontrez des problèmes sociaux ou autres. Nous espérons que ce livret du citoyen vous sera utile ou vous permettra d'informer d'autres personnes en difficulté.

Jean-Louis Even,
Maire de La Roche-Jaudy,
le Conseil Municipal
et les membres du CCAS.

“Je crois d'un bon citoyen de préférer les paroles qui sauvent aux paroles qui plaisent.”

Démosthène / Troisième Olynthienne

Contact

accueil@larochejaudy.fr
02 96 91 36 31

Sommaire

[Accès aux soins - 3](#)

[Accompagnement
Budgétaire - 11](#)

[Décès - 15](#)

[Enfance Jeunesse - 21](#)

[Handicap - 31](#)

[Internet et Télécom - 35](#)

[Logement - 39](#)

[Petite Enfance - 47](#)

[Prime d'Activité - RSA - 57](#)

[Seniors - 63](#)

[Solidarité - 69](#)

[Transport - 75](#)

Livret

Accès aux Soins



Comment bénéficier d'un bon accès aux soins ?

La Couverture Maladie Universelle complémentaire CMU-c

Si vos revenus sont faibles, vous pouvez bénéficier d'une couverture complémentaire gratuite. La CMU-c permet une prise en charge gratuite et totale d'une grande partie de vos soins de santé qui reste à votre charge après intervention de l'Assurance maladie (couverture de base), notamment :

> La part du prix de la consultation, des médicaments et des analyses en laboratoire prescrits par votre médecin. Cette prise en charge vaut également pour les dépenses chez les masseurs-kinésithérapeutes, infirmiers, orthophonistes prescrits par votre médecin traitant, des frais d'hospitalisation et du forfait journalier hospitalier,

> Des dépenses chez votre dentiste. Les tarifs de prothèses dentaires et l'orthodontie sont limités et pris en charge,

> D'une paire de lunettes par an,

> De prothèses auditives,

> De dispositifs médicaux individuels divers (cannes, produits pour diabétiques, déambulateurs, pansements...)

Enfin, grâce à la CMU-c, vous pouvez bénéficier de réduction sur votre carte de transport.

La CMU-c est valable 12 mois, elle doit être renouvelée entre 2 et 4 mois avant son expiration auprès de votre caisse d'Assurance Maladie.

l'Aide à la Complémentaire Santé - L'ACS

Si vous n'avez pas droit à la CMU-c, que vos revenus sont légèrement au-dessus du plafond, vous pouvez bénéficier d'une aide, l'aide à la complémentaire santé (ACS). Elle permet de payer une partie d'une couverture complémentaire privée (« mutuelle »).

L'ACS est valable 12 mois à dater de la souscription de votre contrat, elle doit être renouvelée entre 2 et 4 mois avant son expiration auprès de votre Caisse d'Assurance Maladie.

Contacts

ARS Délégation départementale des Côtes-d'Armor

34 rue de Paris
BP 2152
22021 SAINT-BRIEUC CEDEX 1
08 99 49 24 98

www.ameli.fr

Horaires :

Du lundi au jeudi : 8h30 à 17h00
Vendredi : 8h30 à 16h30

Permanence CPAM

12 rue Lamennais
22220 Tréguier
01 84 90 36 46

Horaires :

Fermé temporairement

Un formulaire de demande de CMU-c ou ACS est disponible sur ce lien :

<https://www.cmu.fr/fichier-utilisateur/fichiers>

[Formulaire_CMUC_s3711_MAJ_2018.pdf](#)

Pour plus d'informations sur ces complémentaires santé, vous pouvez vous rendre sur ces sites internet :

www.cmu.fr

www.info-acs.fr

Tableau d'informations sur la CMU-c et l'ACS

La CMU C : un accès gratuit à une complémentaire santé

Vos ressources

> Vous pouvez bénéficier de la CMUC si les ressources de votre foyer ne dépassent pas un montant maximum. Par exemple 8 951 €/an pour un foyer d'une personne ou 13 427 €/an pour un foyer de deux personnes...

Vos droits

> Vous ne payez plus vos dépenses de santé chez le médecin, dans un laboratoire ou à l'hôpital. En acceptant les médicaments génériques, dans les cas prévus par la loi, vous ne payez plus vos médicaments. Pour éviter toute difficulté, respectez le parcours de soins coordonnés.

> Vous ne payez pas les prothèses, les couronnes, les appareils dentaires, les lunettes... sauf suppléments résultant d'exigences particulières de votre part ou de votre prescription.

> Vous ne payez pas la participation forfaitaire ni la franchise médicale.

Comment choisir votre complémentaire

> Chaque membre du foyer doit choisir l'organisme qui va gérer sa complémentaire à l'aide du formulaire de choix (S 3712 ou S 3713) disponible auprès de votre caisse d'Assurance Maladie.

> Vous trouverez la liste des organismes complémentaires de la CMUC sur le site internet www.cmu.fr ou auprès de votre caisse d'Assurance Maladie ou sur www.ameli.fr

Validité

> La CMUC est valable pour un an. Vous pouvez renouveler votre demande tous les ans.

L'ACS : un accès aidé à une complémentaire santé

> Vous pouvez bénéficier de l'ACS si les ressources de votre foyer ne vous permettent pas d'obtenir la CMUC et ne dépassent pas un montant maximum. Par exemple 9 032 € pour un foyer d'une personne ou 13 547 € /an pour un foyer de deux personnes...

> Vous bénéficiez d'une réduction, sur le montant annuel de votre cotisation à une complémentaire santé. Cette aide concerne chaque personne de votre foyer et varie de 100 à 500 € selon l'âge. Le niveau de prise en charge des dépenses de soins va dépendre entièrement des garanties prévues dans le contrat souscrit.

> Vous n'avez plus à faire l'avance des frais (le tiers payant) sur la part remboursée par l'Assurance Maladie obligatoire, pour les actes des médecins réalisés dans le cadre du parcours de soins coordonnés pendant 18 mois.

> Si votre demande est acceptée, vous recevez une attestation-chèque de votre caisse d'assurance maladie. Vous la présentez à l'organisme de protection complémentaire de votre choix dans les 6 mois pour obtenir une réduction sur le montant annuel de votre cotisation. Cette réduction ne s'applique pas aux contrats collectifs. Si vous vous posez des questions sur l'utilisation de l'attestation-chèque, renseignez-vous auprès de votre organisme complémentaire.

> L'ACS est valable pour un an. Vous pouvez renouveler votre demande tous les ans.

Les Permanences d'Accès aux Soins de Santé (PASS)

Il existe 17 PASS en Bretagne :
14 généralistes et 3 psychiatriques.
Les permanences les plus proches sont citées ci-dessous :

A quoi servent les PASS ?

Elles accueillent dans certains grands hôpitaux les personnes en situation de précarité qui ont besoin de voir un médecin mais qui n'ont pas de protection maladie (ou une couverture maladie incomplète) ni de ressources financières, ou qui ont besoin d'être accompagnées dans leur parcours de soins.

Grâce aux PASS vous pourrez, en fonction de votre état de santé, bénéficier :

- > D'une consultation avec un médecin,
- > De soins particuliers (pansement...),
- > D'examen complémentaires (radio, prise de sang...),
- > De médicaments si nécessaires,
- > De soins dentaires dans une PASS bucco-dentaire.

Un(e) assistant(e) social(e) fera le point avec vous sur votre situation administrative et sociale et vous accompagnera dans vos démarches.

Contacts Généralistes

Centre Hospitalier du Pays de Morlaix
15 Rue de Kersaint Gilly
29600 Morlaix
02 98 62 60 20
Horaires :
du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Centre Hospitalier de Saint-Brieuc
10 Rue Marcel Proust
22000 Saint-Brieuc
02 96 01 78 63
Horaires :
du lundi au vendredi de 9h à 16h30h

Contact Psychiatrique

Centre de Soins Saint Benoît Menni
8 rue Charles Pradal
22000 Saint-Brieuc
02 96 77 27 17
Horaires : tous les jours de 9h à 18h

Les dépistages

Les dépistages permettent de découvrir une maladie même si l'on n'a aucun signe ou symptôme apparent et permettent donc de mieux la soigner.

La Caisse primaire d'Assurance Santé de Saint-Brieuc propose de bénéficier gratuitement d'un examen médical complet. Si vous êtes titulaire de la CMU-c ou de l'ACS, vous pouvez bénéficier du remboursement des frais de déplacement.

Le dépistage de certaines maladies, ou de facteurs de risques pouvant entraîner une maladie, est recommandé au cours d'un bilan de santé. En France, on peut réaliser des tests pour dépister :

- > Le VIH et certaines IST (en particulier Chlamydia chez les femmes de moins de 25 ans et chez les hommes de moins de 30 ans),
- > Les virus de l'hépatite B et C,
- > La tuberculose chez les personnes exposées ou venant de pays où la maladie est fréquente,
- > Le cancer du côlon à partir de 50 ans,
- > Le cancer du col de l'utérus chez la femme entre 25 et 65 ans,
- > Le cancer du sein chez la femme à partir de 50 ans,
- > Le diabète,
- > Une hypertension artérielle.

Contact

Centre d'Examens de santé

2 rue Notre Dame

22 042 Saint-Brieuc - Cedex 2

02 90 03 31 30

Mail :

ces.ameli@cpam-st-brieuc.cnamts.fr

Santé mentale

Différents points d'accueil, d'écoute, de soins existent sur le territoire pour accompagner les personnes ayant besoin d'un soutien psychologique.

Centre Médico-Psychologique (CMP -> CMPEA)

C'est un lieu d'écoute et d'accompagnement soignant, de consultation médico-psychologique et d'accueil infirmier ainsi que de soins à proximité de son domicile.

Le CMP réalise des actions de prévention, de diagnostic, de soins ambulatoires et d'intervention à domicile.

Toute personne souffrant de difficultés psychologiques ou souhaitant venir en aide à une personne en détresse psychologique peut s'adresser au CMP.

Centre de Loisirs, d'accompagnement et de prévention en addictologie

Lannion 02 96 46 58 20
Paimpol 02 96 55 64 17
Guingamp 02 96 44 58 52

Les associations d'aide et d'écoute

Suicide Ecoute 01 45 39 40 00
SOS Dépression 0 890 50 22 07
Ecoute Famille 01 42 63 03 03
Fil Santé Jeunes 0 800 235 236

Familles endeuillées

JALMAV 02 96 60 89 59
Jonathan Pierres vivantes 06 81 31 09 88

Contact

Pour les adultes - CMP

CMP Lannion 02 96 37 47 08
CMP Paimpol 02 96 55 37 40
CMP Guingamp 02 96 44 10 12

Pour les enfants et les adolescents - CMPEA

CMPEA Guingamp 02 96 12 12 25
CMPEA Lannion 02 96 14 19 14
CMPEA Paimpol 02 96 55 37 47

Le Pass'âge Lannion

02 96 23 24 17

Le Lieu Paimpol

02 96 55 37 41

Cap Jeunes Guingamp

02 96 40 07 27

La crise suicidaire, qui contacter ?

Les signes avant-coureurs

- Les évocations plus ou moins directes de l'acte suicidaire :

Je vais me foutre en l'air

J'ai envie de faire une bêtise

Ceux qui se suicident sont courageux

Ce sera beaucoup mieux pour tout le monde

- Les auto-dépréciations :

Je déçois tout le monde

Je ne compte pour personne

Je n'ai pas ma place ici, je ne sers à rien

Il n'y a plus d'espoir, plus d'issue ; je suis dans l'impasse,

je ne peux pas m'en sortir, je suis un raté

J'échoue en tout

Ma vie n'a plus de sens

- Les problèmes psychologiques :

Anxiété, angoisse,

Tristesse, mélancolie,

Troubles de la mémoire, de la concentration,

Incapacité à faire des projets,

Fatigue inhabituelle

Troubles alimentaires

Troubles du sommeil

Laisser-aller de l'hygiène et du vêtement

Difficultés à travailler ; gestion quotidienne difficile

- Les changements de comportement :

Abandon d'activités socio-culturelles ou sportives

Exubérance, sorties excessives,

Consommation abusive d'alcool, de tabac, de drogues, de médicaments

Consultations répétées chez le médecin

Prises de risques excessives

Intérêt pour les armes à feu

Agressivité inhabituelle

- Et particulièrement chez les jeunes :

Dégradation des résultats scolaires ou, au contraire, surinvestissement accompagné de stress, d'angoisse

Absentéisme scolaire, fugue

Don d'objets de valeur, très personnels comme guitare, scooter, portable, MP3...

Plus il y a d'indicateurs, plus le risque est majeur !

Qui contacter ?

Le 15 ou le 17

Les médecins généralistes,
les infirmiers, infirmières ...

Les CMP, voir page ci-avant.

Le réseau des Vigilants Veilleurs de
La Roche-Jaudy dont le référent est
Loïc Corlouer 06 12 33 74 22.

L'addictologie, où s'informer ?

Établissements de santé - 3 types de soins

- > Des entretiens avec un infirmier spécialisé,
- > Des consultations avec un médecin addictologue. Il peut informer, orienter et proposer un projet de soin avec accompagnement,
- > Des hospitalisations spécifiques pour un sevrage, des soins de suite (postcure), ou la prise en charge des pathologies associées.

Centre d'addictologie

Un centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) est une structure pluridisciplinaire qui a pour mission d'assurer les actions de prévention et de soins aux personnes atteintes d'addiction.

Les centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie regroupent depuis 2011, les Centres Spécialisés de Soins aux Toxicomanes

(CSST) et les Centres de Cure Ambulatoire en Alcoolologie (CCA).

Le CSAPA a aujourd'hui la vocation d'apporter une prise en charge pluridisciplinaire et conceptuelle sur toutes conduites addictives, quel qu'en soit l'objet.

Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues CAARUD

Un CAARUD (Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues) s'adresse à des personnes qui ne sont pas forcément engagées dans une démarche de soin, ou qui sont exposées à des risques majeurs (accidents, infections - notamment hépatite C et VIH, etc.) du fait de leurs modes de consommation ou des produits consommés.

Une attention particulière est portée aux usagers les plus marginalisés.

Contacts

Centre Hospitalier Fondation Bon Sauveur

Clinique addictologique

rue Bon Sauveur
22140 Bégard BP01
02 96 45 37 75

www.fondationbonsauveur.fr

CSAPA du Trégor

rue Bon Sauveur
22140 Bégard BP01
02 96 45 37 75

www.fondationbonsauveur.fr

dans les locaux de l'AMISEP

4 Rue de Viarmes
22300 Lannion
2 jeudis par mois de 14h30 à 16h00
02 96 13 43 12

Cahier du Citoyen

Livret
Accompagnement
Budgétaire



Qu'est-ce que «le reste à vivre» ?

Le reste à vivre représente les ressources dont dispose votre foyer après s'être acquitté de toutes ses charges (loyer, mensualité du prêt immobilier, électricité, gaz, pensions alimentaires, autres mensualités...).

Il s'agit donc du revenu résiduel disponible dont vous bénéficiez pour faire face aux dépenses courantes.

Qu'est-ce que «le taux d'endettement» ?

Le taux d'endettement correspond à la part du revenu d'un ménage uniquement consacré au remboursement de prêt(s) immobiliers ou de crédits à la consommation.

Logiquement, si à la fin de chaque mois vous avez plus de dépenses que de recettes : vous êtes endettés.

On considère que le taux d'endettement ne doit pas dépasser 33 %.

La Commission de surendettement

La commission de surendettement peut être saisie par un particulier qui se trouve dans l'impossibilité de faire face à ses dettes non professionnelles (échéance de prêts, impayés de loyer, impôts...), faites vous aider par un service social.

Contact

Secrétariat de la commission de surendettement

11 rue de la Gare
CS 20310

22003 Saint-Brieuc Cedex
02 96 62 68 00

Horaires d'ouverture :
9h00-12h00 et 13h30-17h00

Quelles démarches faire ?

Il faut remplir le formulaire Cerfa n°13594*01 et fournir les pièces justificatives suivantes :

> Une lettre signée demandant à bénéficier de la procédure de surendettement expliquant votre situation actuelle et les raisons du surendettement.

> Le dossier doit être transmis au secrétariat de la commission de surendettement.

Pour vous accompagner dans vos démarches ?

La Chambre Régionale de Surendettement en Bretagne (CRESUS) est une association soutenue par le Conseil Départemental.

Elle vous accompagne dans vos démarches auprès de vos créanciers et du service de surendettement de la Banque de France. Elle vous oriente si besoin, vers les services sociaux et les associations partenaires comme l'ACAB (Association d'Aide Contre les Abus Bancaires).

Frais et incidents bancaires Plafonds 2019

Article R312-4-1 du Code Monétaire et Financier

En cas de dépassement du découvert autorisé

Le montant des frais ne peut pas dépasser **8 € par opération**. Si vous êtes dans une situation financière fragile, en cas de surendettement par exemple, ces plafonds sont réduits à **4€ par opération, soit 20 € mensuels**.

En cas de chèques rejetés

Les frais de rejet des chèques inférieurs à 50€ ne peuvent dépasser 30€.

Au-delà de 50€, les frais de rejet sont plafonnés à 50€.

La pénalité ne pourra donc jamais dépasser 50€ quel que soit le montant du chèque.

Rejet de virement ou de prélèvement

Pour les autres incidents de paiement, tels que les virements et les prélèvements, les frais bancaires sont plafonnés au montant de l'insuffisance de provision dans la limite de 20€.

The image shows a document titled 'COMMISSION DE SURENDETTEMENT' and 'DECLARATION DE SURENDETTEMENT'. It is a form with various fields for personal and financial information, including name, address, and details about the debt situation. The form is partially filled out with handwritten text.

Contact

La Chambre Régionale de Surendettement en Bretagne (CRESUS)
06 15 86 66 94

Demande d'autorisation de découvert

Nom Prénom
Adresse
Code Postal / Ville
Numéro de Tél.

Raison sociale de l'organisme bancaire
Nom de votre conseiller
Adresse
Code Postal / Ville

Lettre simple ou recommandée avec accusé de réception

Objet : Demande d'autorisation de découvert

(Madame, Monsieur),

Depuis le (date de création du compte), je suis titulaire d'un compte auprès de votre organisme bancaire dont le numéro est : (précisez le n° de compte).

Je souhaite bénéficier d'une autorisation de découvert continue d'un montant de (précisez-le) euros, à compter du (date souhaitée).

(Bien que l'autorisation de découvert soit continue, le compte ne peut toutefois rester à découvert plus de 1 à 3 mois consécutifs selon l'organisme et votre niveau d'épargne. Au-delà de ce délai, la banque est tenue de proposer une offre de crédit à la consommation. En outre, elle peut résilier cette autorisation après un préavis en cas de comportement fautif de votre part.)

OU

Je souhaite bénéficier d'une autorisation de découvert temporaire d'un montant de (précisez-le) euros sur ce compte du (date de début du découvert) au (date de fin de découvert), afin de faire face à une dépense exceptionnelle. Je précise que ce compte sera crédité d'une somme de (indiquez-la) euros au plus tard le (indiquez la date) suite au (versement de mon salaire ou règlement d'une facture).

Je désire par ailleurs être informé(e) par écrit sur les modalités de cette autorisation si elle devait être accordée, notamment en ce qui concerne les taux d'intérêt débiteurs applicables par la banque, ainsi que les frais prévus en cas de dépassement.

Je vous remercie par avance de votre réponse.

(Formule de politesse de votre choix)

Fait à (ville), le (date)

Signature

Livret

Décès



Quelles démarches dans les 7 jours qui suivent le décès ?

Afin d'éviter que des biens de la succession ne puissent disparaître, il est possible de demander la pose de scellés sur le domicile du défunt ou un coffre-fort à la banque. Cette demande est à adresser rapidement et par écrit au greffier en chef du tribunal d'instance.

A qui envoyer les courriers (accompagné de l'avis de décès)

- > A la **banque**, la caisse d'épargne ou les Comptes Chèques Postaux.
- > Au **tribunal d'instance**, si existence d'un Pacs (dans les 36 heures).
- > A l'**employeur** (dans les 48 heures) .
Interruption du contrat de travail, bulletin de salaire, solde de salaire, indemnités... Eventuel contrat groupe décès, capital frais d'obsèques ou rente.
- > Aux **ASSEDIC** (Pôle emploi) (dans les 48 heures) Si cette personne était au chômage et recevait des allocations.
- > A la **société d'assurance**. Contrat «décès-obsèques» ou contrat d'assurance vie.
- > A la **mutuelle complémentaire**. Allocation, remboursement, « tiers payant obsèques ».
- > La **Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail** (CARSAT, ex CRAM) ou la Mutualité Sociale Agricole (MSA)
Allocation veuvage.
- > La **caisse de retraite** (CNAV ou CRAV), assurance vieillesse de la Sécurité Sociale (CNAVTS), caisses complémentaires.
Pension de réversion.
- > **L'aide sociale aux personnes âgées de votre département**.
L'Aide Personnalisée d'Autonomie (APA) est versée mensuellement avant le 10 du mois et s'arrête au jour du décès du bénéficiaire. Ceci peut éviter un indu et ses conséquences.
- > Le **baillieur**. Annuler ou transférer la location. L'Association départementale d'information sur le logement (Adil) peut aussi vous renseigner utilement.
- > Le ou les **locataires**. Pour préciser les coordonnées de la personne qui bénéficiera de l'encaissement du loyer (exemple : le notaire).
- > Le **syndic de copropriété**.
- > Le **juge des tutelles du tribunal d'instance**. Si enfant(s) mineur(s) ou personne protégée.
- > Si le **décès se produit à l'étranger**, effectuer une déclaration auprès des services consulaires français en plus des autorités locales.

Contacts

AFIF

Association Française d'Information Funéraire

A qui envoyer les courriers (accompagné de l'avis de décès)

<https://www.afif.asso.fr/francais/conseils/conseil01.html>

**Service des Français à l'étranger du
ministère des affaires étrangères**
01 43 17 66 99

Quelles démarches dans les 30 jours qui suivent le décès ?

Informé du décès le centre des impôts.

Si un notaire est mandaté, l'étude notariale effectue cette déclaration administrative.

Un notaire pour organiser la succession.

Un notaire est nécessaire si le défunt était propriétaire d'un bien immobilier, s'il avait fait une donation au dernier vivant, en cas de testament. Un testament, s'il existe, doit se faire enregistrer dans les trois mois sous peine de pénalité fiscale. Interrogation du Fichier Central des Dispositions des Dernières Volontés (FCDDV).

Contrôlez régulièrement le travail de l'étude notariale auprès des services financiers (solde de compte courant, livret d'épargne, compte titres, actions...), des administrations (déclarations aux impôts...), des sociétés d'assurances, etc.

La Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) ou d'autres régimes.

Pension de veuf ou de veuve invalide

Obtention du « **capital décès** » de la Sécurité Sociale si la personne était :

> Soit en activité professionnelle et salariée (ou depuis moins de 3 mois avant le décès

> Soit bénéficiait de l'allocation chômage, l'allocation au titre d'un congé de conversion, d'une pension d'invalidité, d'une rente accident du travail (équivalente à taux d'incapacité d'au moins 2/3), etc

Important : téléphoner rapidement à cet organisme pour obtenir l'intégralité des conditions de versement du capital décès.

Il existe un montant minimum et un montant maximum de prise en charge.

Délai de déclaration pour le bénéficiaire à la charge permanente de l'assuré 1 mois à compter de la date du décès, au plus tard dans les 2 ans.

Le capital décès n'est pas soumis à un plafond de ressources, ni à l'impôt sur le revenu. Il n'entre pas dans la succession.

En cas de décès consécutif à un accident mortel ou à maladie professionnelle, les frais funéraires occasionnés sont pris en charge par la CPAM sans excéder un maximum fixé au 1/24^e du plafond de la Sécurité Sociale.

La Caisse d'Allocations Familiales (CAF)

Allocation de parent isolé (API), allocation de soutien familial.

Complément de ressources et revenu minimum garanti durant une année pour un parent seul ou une femme enceinte.

Prévenir les organismes « payeurs » dont :

> **Les sociétés d'assurances** Habitat, voiture

> **Les sociétés de crédit** Faire jouer les assurances décès des contrats de crédit

> **Les fournisseurs d'eau, de gaz, d'électricité, du téléphone dont le portable** Après la résiliation, ne surtout pas oublier de prévenir très rapidement la banque afin que celle-ci s'oppose à toute tentative de prélèvements ultérieurs.

> **Interrompre la redevance audiovisuelle et les contrats d'abonnements (télévision, presse, internet...)**

> **Engagement et reversement à des associations ou des fondations.**

Contact

(FCDDV)

www.adsn.notaires.fr

(15 €)

Quelles démarches dans les 6 mois qui suivent le décès ?

Succession

Pour déclencher le règlement de la succession, vous pouvez contacter un notaire (celui de votre choix).

Le notaire peut vérifier s'il existe ou non un testament déposé chez lui ou chez un autre notaire.

Il pourra procéder aux partages.

Cependant, si des personnes mineures (enfants ou petits enfants du défunt par exemple) sont impliquées dans la succession, il faut avant toute chose s'adresser au juge des tutelles, chargé de prendre les dispositions utiles pour protéger le patrimoine qui doit leur revenir.

Une fois la succession réglée, il est nécessaire :

> d'établir une déclaration de succession,

> de payer les droits de succession.

Véhicule

Modifier le certificat d'immatriculation, si le défunt possédait un véhicule.

Déduction fiscale des frais d'obsèques :

«Les frais funéraires sont déduits de l'actif de la succession pour un montant de 1500€, et pour la totalité de l'actif si celui-ci est inférieur à ce montant»

Article 14 de la loi n° 2002-1575 du 30/12/2002.

Bulletin officiel des impôts D.G.I. 7 G-2-03 n°82 du 6 mai 2003.

Ces dispositions s'appliquent aux successions ouvertes à compter du 01/01/2003.

Attention !

Toute dépense réglée au-delà de la somme limite de 1.500€ en représentation des frais funéraires pour déduction de l'assiette des droits successoraux, devra être réintégrée dans le solde des comptes de fonds particuliers à déclarer aux services fiscaux en vertu de l'article 806-1 du Code Général des Impôts (Instruction n° 92-67-K1-A3 du 9/06/1992 et loi de finance 2003).

En l'absence d'actif successoral : les enfants peuvent déduire les frais d'obsèques de leurs revenus, assimilés au titre de pension alimentaire (Article 156-II- 2ème alinéa du Code Général des Impôts).

Transformer un compte joint en compte personnel.

Demander une immatriculation personnelle auprès de la Sécurité Sociale, le cas échéant. La couverture sociale, sous l'immatriculation du conjoint décédé, est valable un an.

Courriers types

Il vous sera probablement nécessaire d'envoyer de nombreux courriers. Nous avons rassemblé et classé une trentaine de courriers types pouvant vous être utiles.

Ces courriers sont disponibles en mairie.

Ils sont aussi disponibles sur ce lien :
<https://www.afif.asso.fr/francais/conseils/conseil01.html>

Documents à conserver

Documents bancaires

Relevés de compte, justificatifs de prêts, liste des virements et des prélèvements, bordereaux des remises en banque (chèque ou espèces), talons des chéquiers.

Documents d'assurance

Quittances, contrat d'assurance habitation et automobile, assurance-vie, assurance décès, avis d'échéance, attestation de règlement, courriers de résiliation.

Documents fiscaux

Déclarations de revenus, avis d'imposition, impôts locaux (taxe foncière et taxe d'habitation).

Automobile

Carte grise, justificatifs de règlement des contraventions.

Documents pour l'habitat

Titre de propriété, factures (électricité, gaz, téléphone, travaux divers et d'entretien), justificatifs du règlement des charges, procès verbal des assemblées générales de copropriété, contrat de location et quittances des loyers.

Justificatifs d'activité professionnelle

Contrats et certificats de travail, bulletins de salaire, allocations de chômage, justificatifs de paiement de la retraite.

Dossiers personnels et familiaux

Actes d'état civil, livret de famille, contrat notarial de mariage, jugement de divorce, jugement d'adoption, acte de reconnaissance d'un enfant, testament.

Quelles aides financières ?

20 aides potentielles

1. Le capital décès de la sécurité sociale (entre 370 et 9258 €),
2. L'aide de la protection sociale,
3. La pension d'invalidité,
4. La prise en charge des obsèques est complète s'il s'agit d'un accident du travail,
5. L'allocation veuvage de la caisse de retraite (moins de 600€ par mois pendant 4 ans),
6. L'aide financière de la caisse nationale de l'assurance vieillesse (CNAV) (plafonnée à 2286 €),
7. L'aide d'urgence de la CAF,
8. Le contrat de prévoyance souscrit par l'employeur,
9. L'assurance-vie,
10. L'assurance habitation,
11. L'aide de la banque,
12. Le capital décès de la MSA (forfait de 3400 €),
13. CARSAT (Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail),
14. Le capital décès de la Sécurité Sociale des Indépendants (ex-RSI),
15. La garantie de PRO BTP (le groupe de protection sociale du bâtiment et des travaux publics),
16. La Mutuelle MGEN (765€),
17. La prise en charge des frais par le Conseil Général,
18. Les anciens combattants,
19. L'aide de la commune,
20. IRCANTEC (la retraite complémentaire) : l'aide aux frais d'obsèques.

70% des français y ont droit, pourquoi pas vous ?

Détails sur le site

<https://aide-financiere.net/aide-obseques-enterrement/>

Cahier du Citoyen

***Livret
Enfance
Jeunesse***



Les écoles primaires

Il y a 3 établissements scolaires sur la commune de La Roche Jaudy. Les inscriptions à l'école se font auprès de la Mairie - Place du Pouliet ou auprès des directeurs de chaque commune.

L'école publique de La Roche-Jaudy est en RPI (Regroupement Pédagogique Intercommunal), l'une à La Roche-Derrien et l'autre à Pommerit-Jaudy. Un bus fait la navette entre les deux écoles gratuitement.

4 classes à La Roche-Derrien : de la petite à la grande section et CP (cours préparatoire)

Les cours ont lieu de 8h45 à 11h45 et de 13h15 à 16h15. La garderie municipale est ouverte de 7h30 à 8h35 et de 16h15 à 18h30.

3 classes à Pommerit-Jaudy : du cours élémentaire au cours moyen.

Les cours ont lieu de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30. La garderie est ouverte de 7h30 à 8h50 et de 16h30 à 18h30

Une aide aux devoirs est proposée pour les élèves du CE1 au CM2 pour les enfants du RPI. Elle est gratuite, encadrée par du personnel de mairie. L'inscription se fait en début d'année.

L'école publique de Pouldouran est en RPI avec l'école de Trédarzec :

2 classes du CE au CM.

Les cours ont lieu de 8h45 à 11h30 et de 13h30 à 16h.

Les élèves peuvent bénéficier de la garderie municipale et du restaurant scolaire. Une plaquette sur les écoles publiques est disponible dans les mairies et dans les écoles.

L'école privée Sainte-Catherine est composée de 3 classes de la petite section au cours moyen. Des bénévoles proposent les mardis et jeudis l'aide individualisée aux devoirs de 16h45 à 17h30. Les élèves peuvent bénéficier de la garderie municipale et du restaurant scolaire.

Pour plus de renseignements

rendez-vous sur le site

www.larochejaudy.bzh

Rubrique Enfance, famille et solidarité

02 96 91 39 86

02 96 91 37 26

09 67 28 33 94

02 96 91 35 30

Restauration scolaire

Tarifs au 1er janvier 2020

Quotient familial CAF jusqu'à 1200 1€/repas

Quotient familial CAF de 1201 à 1500 2€/repas

Au-delà 2,60€/repas

(Tarifs donnés à titre indicatif)

La garderie scolaire

Les deux garderies sont agréées par la Caisse d'Allocation Familiale. Elles sont animées par des personnels titulaires du BAFA et accueillent les enfants des deux écoles. Un goûter est servi le soir. Des activités diverses sont proposées aux enfants selon le site : peinture, lecture, jeux de sociétés, de construction...

Tarifs en fonction du quotient familial :

Goûter : 0,16 € – Garderie : 0,57 € la 1/2 heure ou 0,29 €

(Tarifs donnés à titre indicatif)

Les enfants scolarisés sur la commune, ont accès à diverses activités, culturelles et sportives

La bibliothèque

L'ensemble des élèves du RPI ont accès aux bibliothèques municipales.

Place du Martray à La Roche-Derrien

Le mercredi de 10h à 12h et le samedi de 14h à 16h.

Rue de l'École à Pommerit-Jaudy

Le mercredi de 14h à 16h et le samedi de 10h à 12h.

L'Amicale Laïque

L'Amicale Laïque regroupe une équipe de parents d'élèves dévoués qui organisent, avec l'aide de parents, diverses manifestations au profit des enfants du RPI : vente d'objets, d'huîtres, de bulbes, de brioches, kermesse, carnaval...

Le city & le gymnase

Les élèves du RPI utilisent les installations sportives des communes. Le city sur le site de La Roche-Derrien équipé d'un terrain multisports et d'une piste d'athlétisme.

Le terrain et la salle des sports du site Pommerit-Jaudy équipée d'une salle de danse chauffée et d'une salle multi-sports.

Accueil de loisirs sans hébergement

Ces sites spécialement conçus pour les enfants, leur permettront de s'épanouir en toute sécurité dans des espaces chaleureux et confortables.

Nos centres de loisirs peuvent accueillir jusqu'à 48 enfants durant les petites vacances scolaires avec toujours une garderie dans les communes de La Roche-Derrien, de Penvénan et à la Maison de l'Enfance à Minihy Tréguier.

Les activités manuelles et de plein air, les jeux sportifs et d'expression, les sorties à thème et les spectacles sont organisés par les équipes d'animation, diplômées (BAFD, BAFA).

Multiples formes d'accueil

A la journée de 9h à 17h.

A la ½ journée de 9h à 12h ou de 13h30 à 17h avec ou sans repas.

Contacts

Uniquement pendant la période d'ouverture de l'ALSH

Maison Enfance Jeunesse

Zone de Kerfolic
Minihy Tréguier
02 96 11 03 42

Ecole publique de La Roche Derrien

Yvon Le Men
Rue Pouliet
02 96 92 39 86

Hors période d'ouverture de l'ALSH

MSAP

Maison de services publics
12 Rue de Lamennais
22220 Tréguier
02 96 92 33 46

Les établissements scolaires 11/25 ans

Des aides peuvent être accordées sous conditions de ressources (ex : bourse)

Ecole

Collèges

(s'adresser au secrétariat)

Lycées

(s'adresser au secrétariat)

**Institut Médico-Educatif IME «Ker an Heol»
accueil et scolarise les enfants et
adolescents en situation de handicap**

Contacts

Maison du département

Lannion
02 96 04 01 04
Plus de renseignements sur le site du
CROUS de votre académie.

Ecole publique de La Roche Derrien

Yvon Le Men
Rue Pouliet
02 96 92 39 86

Collège public Ernest Renan

chemin de la Corderie
22220 Tréguier
02 96 92 31 89

Collège public Charles Brochen

13 Rue de Pen Fantan
22260 Pontrieux
02 96 95 61 31

Collège privé Saint-Yves

avenue des États de Bretagne
22220 Tréguier
02 96 92 32 75

Collège privé Notre Dame des Fontaines

26 Rue de Kerpontou
22260 Pontrieux
02 96 95 61 19

Lycée public Joseph Savina

6 place de la République
22220 Tréguier
02 96 92 32 63
www.lycee-savina.fr

Lycée Pommerit

02 96 91 35 63
www.lycee.pommerit.fr

Institut Médico-Educatif IME «Ker an Heol»

Lieu-dit Kernevec
22220 Minihy-Tréguier
02 96 92 33 26

Service enfance et jeunesse

Une multitude d'associations fait battre le coeur de La Roche-Jaudy. Les élus s'impliquent auprès de celles-ci. Plusieurs associations proposent aux enfants de découvrir de multiples activités sportives, culturelles, musicales...

Voici la liste des activités proposées aux enfants de 7 à 17 ans.

Cap sport vacances est organisé par la Communauté de Communes en partenariat avec le Conseil Départemental des Côtes d'Armor.

Club de Canoë-Kayak
La Roche-Derrien

L'Union Sportive du Pays Rochois et Langoatais (USPRL)
Le club propose la pratique régulière du football. L'objectif du club est d'assimiler les notions du jeu dans le respect des valeurs du club.

L'association des jeunes organise des sorties et participe à la vie de la commune sur différents événements. Tous les jeunes de La Roche-Jaudy entre 7 et 17 ans sont les bienvenus dans l'association. L'adhésion est gratuite.

Bon à savoir :

La CAF peut accorder une aide pour l'inscription de vos enfants à des activités sportives et culturelles.

Vous avez entre 16 & 19 ans, bénéficiez du chèque sport.

La liste des associations est disponible
Mairie La Roche-Jaudy
www.larochejaudy.bzh
communication@larochejaudy.fr
02 96 91 36 31

Contacts

Cap sport vacances
02 96 92 33 46
www.haut-tregor.com
Rubrique Enfance Jeunesse Cap Sports

Club de Canoë-Kayak
02 96 91 51 48
<https://larochederriencanoekayak.com>

USPRL
22 Lotissement Clatin
22450 Langoat
Président Yoann Le Calvez
uspri22450@gmail.com
06 80 13 48 90

La CAF
0 810 25 22 10
www.caf.fr

renseignez-vous sur le site de la **Région Bretagne**
www.jeunes.bretagne.bzh

Les Points d'Accueil et d'Écoute Jeunes

Le Département finance les six Points d'Accueil et d'écoute Jeunes (PAEJ) du territoire. Ce sont des lieux de prévention et d'écoute, qui s'adressent aux adolescents, aux jeunes adultes et à leurs parents, rencontrant diverses difficultés : conflits familiaux, mal être, échec scolaire ou professionnel, conduites à risques...
Ils proposent un accueil gratuit, anonyme et confidentiel.

Permanences à la Maison de Services au Public, à Tréguier un vendredi sur deux sur les périodes scolaires de 11h à 13h30

Le centre de planification et d'éducation familiale

Si vous avez des questions sur la relation affective, la sexualité, l'amour, la contraception, la grossesse, les infections sexuellement transmissibles, la famille, l'interruption volontaire de grossesse...

Le centre de planification et d'éducation familiale offre une écoute gratuite et confidentielle pour vous accompagner. L'équipe est à votre disposition pour : des informations, des entretiens, des consultations, des dépistages.

Les consultations et entretiens sont gratuits pour les mineurs, les personnes sans ressources et les majeurs souhaitant garder le secret.

Contacts

Cap Jeunes

2 Boulevard Mendès France
22070 Guingamp
02 96 40 07 27

Le Pass'age

17 Rue Joseph Morand
22300 Lannion
02 96 23 24 71
06 73 14 22 39

Le lieu

4 Rue Saint Vincent
22500 Paimpol
02 96 55 37 41

Maison de Services au Public, à Tréguier

02 96 92 33 46

Centre de planification et d'éducation familiale

Centre hospitalier Lannion-Trestel
02 96 05 71 55

Le numéro national anonyme et gratuit d'information sur l'IVG
0 800 08 11 11

La Mission Locale pour l'insertion des jeunes de 16 à 26 ans

Des informations sur tous les domaines pour vous aider à devenir autonome.

Des permanences dans chaque Communauté de Communes, renseignez-vous à la mairie de votre commune.

Emploi

Un conseil individualisé dans votre recherche d'emploi.

Une aide à l'élaboration de CV, lettre de motivation.

Une préparation aux entretiens d'embauche.

Un accompagnement dans vos démarches auprès des entreprises.

Un espace emploi multimédia en libre accès.

Vie Quotidienne

Des dispositifs d'aides financières pour le logement par exemple.

Des aides à la mobilité et au transport.

Des services de santé (suivi médical et psychologique).

Des conseils sur l'orientation et la formation professionnelle.

Une assistance pour vos démarches administratives.

Contacts

Maison de l'emploi et de la formation

Professionnelle

1 Rue du Mugue

22300 Lannion

02 96 46 40 09

lannion@mloca.fr

Emergence Emploi

10 Rue du 45ème RI

22070 Guingamp

02 96 21 17 75

guingamp@mloca.fr

MSAP de Tréguier

Sur rendez-vous

02 96 46 40 09

Permanence tous les jeudis après-midi

Centre Henri Durant - Paimpol

02 96 20 43 79

paimpol@mloca.fr

Le service civique, qu'est-ce que c'est ?

C'est un engagement volontaire au service de l'intérêt général, ouvert à tous les jeunes de 16 à 25 ans, sans condition de diplôme, étendu jusqu'à 30 ans pour les jeunes en situation de handicap ; seuls comptent les savoirs-être et la motivation.

Le Service Civique, est indemnisé 580 euros net par mois. Il peut être effectué auprès d'associations, de collectivités territoriales (mairies, départements ou régions) ou d'établissements publics (musées, collèges, lycées...), sur une période de 6 à 12 mois en France ou à l'étranger, pour une mission d'au moins 24h par semaine. Un engagement de Service Civique n'est pas incompatible avec une poursuite d'études ou un emploi à temps partiel.

Il peut être effectué dans 9 grands domaines : culture et loisirs, développement international et action humanitaire, éducation pour tous, environnement, intervention d'urgence en cas de crise, mémoire et citoyenneté, santé, solidarité, sport.

**Pour plus de renseignements
rendez-vous sur le site**

www.service-civique.gouv.fr

Les aides pour le permis de conduire

Le pass Engagement

Qu'est-ce que c'est ?

Le Pass Engagement propose aux jeunes de s'engager bénévolement dans une association intervenant autour des services rendus à la personne (solidarité, jeunesse, personnes âgées, aide aux devoirs...). En échange de cet engagement (2 heures minimum par semaine). Le Département soutient le projet personnel ou professionnel du jeune en lui octroyant une bourse pouvant aller jusqu'à 1 200 €.

Quelles sont les démarches ?

Un dossier est à compléter. Vous pouvez le télécharger sur le site des Côtes d'Armor.

Une fois le dossier dûment renseigné, accompagné des pièces demandées, le jeune doit l'adresser au Conseiller Sport et Jeunesse de la Maison du Département (MDD) de son territoire. Suite au dépôt de dossier, un entretien est proposé à tout postulant éligible au dispositif.

Contacts

Conseil Départemental des Côtes d'Armor
02 96 62 62 62

Maison du Département
13 Boulevard Louis Guilloux
22300 Lannion
02 96 04 01 04

Rendez-vous sur le site
www.cotesdarmor.fr

Cahier du Citoyen

Livret Handicap



Quelles allocations et aides pour les enfants ou adultes en situation de handicap ?

Si vous ou votre enfant, êtes touché par un handicap, vous pouvez prétendre à différentes allocations pour vous aider. Ce livret rassemble les types d'aides en rapport avec le handicap.

L'allocation Adulte Handicapés (AAH)

C'est une aide financière qui permet d'assurer un minimum de ressources. Cette aide est attribuée sous réserve de respecter des critères d'incapacité, d'âge, de résidence et de ressources. Elle est accordée sur décision de la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH). Son montant vient compléter les éventuelles autres ressources de la personne en situation de handicap.

L'allocation d'éducation de l'Enfant Handicapé

C'est une prestation destinée à compenser les frais d'éducation et de soins apportés à un enfant en situation de handicap. Cette aide est versée à la personne qui en assume la charge. Elle peut être complétée, dans certains cas, d'un complément d'allocation.

La Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)

C'est un lieu unique visant à accueillir, informer, orienter et accompagner les personnes handicapées et leurs familles. Toutes les démarches concernant le handicap quel qu'il soit sont à réaliser auprès de la MDPH.

Contact

MDPH

3 rue Villiers de l'Isle Adam
22180 Plérin
02 96 01 01 80

Les contacts utiles si vous ou un proche êtes en situation de handicap

Le Service d'Éducation et de Soins à Domicile (SESSAD)

Le service intervient auprès d'enfants et d'adolescents de 0 à 20 ans présentant un handicap d'origine moteur ou neurologique.

Il s'agit de les accompagner dans l'intégration familiale, sociale, scolaire et professionnelle, par le maintien en milieu ordinaire par l'aménagement du quotidien et la prise en charge des soins et de la rééducation.

Le Centre d'Action Médico-Sociale Précoce (CAMSP)

Assure le dépistage précoce, le diagnostic et la prise en charge des enfants de 0 à 6 ans présentant des troubles d'origine neurologiques, des troubles sévères du langage, des troubles du développement psychomoteur ou des troubles complexes du développement.

L'Institut Médico-Educatif (IME)

Le centre accueille des enfants polyhandicapés et déficients mentaux. L'objectif est de leur dispenser une éducation et un enseignement spécialisé prenant en compte les aspects psychologiques et psychopathologiques ainsi que le recours à des techniques de rééducation.

Contacts

Maison du Département (MDD)

22500 Paimpol
02 96 55 33 00

CLIC

Paimpol/Tréguier
02 96 20 87 20

Caisse d'Assurance Maladie (CPAM)

Equipe du Service Social
3646

Caisse d'Allocations Familiales (CAF)

Equipe du Service Social
0 810 25 22 10

SESSAD de Minihy Tréguier

02 96 92 23 29

SESSAD de Trestel

02 96 05 64 20

Centre Hospitalier de Lannion

02 96 05 71 78

IME de Minihy-Tréguier Ker an Heol

02 96 92 33 26

Livret Internet et Télécom



Comment trouver les meilleures offres ?

Les offres de forfaits mobiles et internet changent en permanence, parfois sur une courte période. Ce livret a donc pour objectif de vous aider à savoir où se renseigner pour obtenir la meilleure offre disponible au moment où vous la désirez.

Si vous préférez être renseigné directement par téléphone, il est possible d'obtenir un conseiller de Sélectra du lundi au vendredi de 9h à 21h et le samedi de 10h à 19h.

Pour faire au plus simple, réfléchissez aux services dont vous avez besoin :

- > Un accès Internet à la maison ?
- > La télévision par Internet ?
- > Une ligne de téléphone fixe ?
- > Appelez-vous souvent à l'étranger ?
- > Un accès à Internet par le mobile (Data) ?

Il est bon aussi de tenir compte de l'aspect «engagement». Certaines offres sont moins chères, mais peuvent vous engager sur 1 ou 2 années.

Enfin, il est bon de réfléchir à votre dépense globale (Box à la maison + Téléphones mobiles) par mois. Certains opérateurs appliquent des tarifs réduits pour les téléphones mobiles, si l'on est déjà abonné à leur offre Internet. Il est possible également de rattacher tous les mobiles du foyer ...

Comment savoir où le réseau et un opérateur passent le mieux ?

Tous les opérateurs ne sont pas disponibles partout sur le territoire. La qualité du réseau n'est pas non plus la même selon le lieu où l'on est.

Les sites suivants permettent de savoir comment marchent les différents réseaux en France ou dans votre commune.

Les réseaux mobiles

Contacts

Des comparateurs d'offres régulièrement mis à jour existent :

<https://www.echosdunet.net/>
<https://www.monpetitforfait.com/>

Conseiller de Sélectra

09 75 18 80 51

<https://www.arcep.fr>

<https://www.monreseau mobile.fr>

<https://www.monpetitforfait.com/comparateur-box-internet/test-eligibiliteinternet>

Pour suivre l'installation de la fibre

https://www.arcep.fr/fileadmin/cru-1554122251/user_upload/carte_et_donnees/outils/iframe-carte-fibre-embed-page.html

La carte est accessible à ce lien

<https://www.monreseau mobile.fr>

Tester son éligibilité pour une box internet

Vous trouverez sur le site mon petit forfait des tests d'éligibilité, vous indiquant si votre logement, peut recevoir une connexion internet du fournisseur choisi.

Bon à savoir

Si vous ne souhaitez plus être dérangé par le démarchage commercial par téléphone, vous pouvez vous inscrire sur les listes de Bloctel, qui bloquera ces appels.

Les frais de résiliation

Si vous aviez souscrit une offre box sans engagement, il n'y a pas de problème, la résiliation par lettre recommandée peut se faire à tout moment. Mais la majorité des fournisseurs vous factureront des **frais de résiliation** (environ 50€ par exemple si vous désirez résilier une offre internet Livebox zen). Sachez qu'il y a de grandes chances pour que votre nouvel opérateur vous rembourse les frais que vous verserez à celui que vous résiliez.

Il existe des motifs dits « légitimes » grâce auxquels on peut rompre son contrat internet sans déboursier 1€.

Vous êtes encore engagés par contrat mais :

- > Votre fournisseur d'accès internet ne vous fournit pas les services pour lesquels vous avez signé.
- > Votre situation a changé et fait partie de la liste inscrite dans les conditions générales de vente ou des cas de force majeure reconnus par la jurisprudence et la Cour de Cassation : hospitalisation longue durée, chômage, surendettement, déménagement à l'étranger...
- > Votre opérateur a modifié votre contrat initial (contenu, services, tarif).

Dans ces cas, **aucun frais de fermeture de la ligne ne vous sera demandé**. Si votre motif est différent de ceux listés ci-dessus, il faudra vous acquitter des frais liés à la résiliation.

Vous n'êtes pas ou plus engagé, et donc votre fournisseur internet peut vous demander une somme forfaitaire au titre des « frais de résiliation » sauf, si :

- > L'opérateur ne peut pas ou plus vous proposer un accès à internet conforme au contrat.
- > Les services que l'on doit vous fournir rencontrent des défaillances.
- > Les nouvelles CGV (Conditions Générales de Vente) de votre contrat ne vous conviennent pas.
- > Pour quelque raison que ce soit, l'accès à internet depuis votre lieu d'habitation n'est plus possible.

Dans ces cas-là, **vous n'aurez pas à régler de frais de résiliation**. Il faut, pour bénéficier de cette exemption de frais de résiliation, joindre un justificatif à votre demande

Chaque fournisseur propose son test d'éligibilité, tests recensés sur ce lien

<https://www.monpetitforfait.com/comparateur-box-internet/test-eligibilite-internet>

L'inscription gratuite se fait sur ce site

<http://www.bloctel.gouv.fr/>

Lettre type de résiliation Internet

Vos Prénom et Nom
Adresse
Code Postal Ville

Votre destinataire
Adresse
Code Postal Ville

Objet: demande de résiliation d'un abonnement internet

Messieurs

Conformément à vos conditions générales de souscription, je souhaiterais demander la résiliation immédiate de mon abonnement internet souscrit chez vous.

Voici les informations concernant cette demande :

Numéro de client :
Numéro de contrat :
Date de souscription :

Ainsi, mon engagement sur la durée étant dépassé, mon abonnement internet devra prendre fin dès réception de cette lettre par vos services.

En espérant que ma demande soit prise en compte rapidement, veuillez croire, Messieurs, en l'assurance de ma considération.

Nom, Prénom.
Fait à , le ../../..

Coordonnées des opérateurs principaux pour effectuer une résiliation

Bouygues Telecom

Service résiliation
60436 Noailles Cedex 9

Freebox Résiliation

C/O PUBLIDISPATCH
6 rue Désir Prévost
91075 Bondoufle

Orange Service Clients Internet

TSA 90008
59878 Lille Cedex 9

Sfr

Service résiliation
TSA 30103
69147 Lyon Cedex 20

Cahier du Citoyen

Livret Logement

Réalisé par le CCAS de La Roche Jaudy



Quelles sont les aides financières existantes sur le thème du logement ?

Ce livret liste tous types d'aides en rapport avec le logement. Vous trouverez ci-dessous les contacts qui vous permettront d'en savoir plus sur ces aides.

Pour plus d'informations

Des conseillers pourront toujours vous renseigner plus en détail au Point Info Habitat, à Lannion ou pendant leur permanence à la MSAP de Tréguier.

Quelles sont les aides pour les travaux de rénovation ou d'adaptation du logement ?

Que vous soyez propriétaire bailleur ou propriétaire occupant d'un logement, des aides existent pour adapter ou rénover votre logement.

Attention, les lois sont actualisées sans cesse et peuvent venir modifier les aides qui vous seront présentées ici. Il est important de prendre conseil avant toutes démarches.

Vous êtes propriétaire bailleur

RÉNOVATION DU LOGEMENT :

LE CONVENTIONNEMENT
ANAH AVEC TRAVAUX

L'ECO-PRÊT À TAUX ZÉRO
(ECO-PTZ)

LA TVA RÉDUITE

AIDES FINANCIÈRES POUR
LA VALORISATION DU DU
PATRIMOINE BÂTI

LES CERTIFICATS
D'ECONOMIE D'ENERGIE
(CEE)

ADAPTATION DU LOGEMENT :

LE CONVENTIONNEMENT
ANAH AVEC TRAVAUX

Contacts

Point Info Habitat - Lannion

21 rue Jean Savidan

02 96 05 93 50

info.habitat@lannion-tregor.com

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi :

9h - 12h / 13h30 – 17h30

Samedi : 10h – 12h

Fermé les mardis et vendredis après-midi

Point Info Habitat Tréguier

12 Rue Lamennais

02 96 92 33 46

Horaires d'ouverture :

Les jeudis des semaines paires
de 14h à 17h

Vous êtes propriétaire occupant

RÉNOVATION DU LOGEMENT :

LES AIDES FINANCIÈRES
DE L'AGENCE NATIONALE DE
L'HABITAT (ANAH)

LE CRÉDIT D'IMPÔT POUR
LA TRANSITION
ÉNERGÉTIQUE (CITE)

L'ECO-PRÊT À TAUX ZÉRO
(ECO-PTZ)

L'AIDE FINANCIÈRE DE
LTC POUR LA RÉNOVATION
THERMIQUE
DES LOGEMENTS

LA TVA RÉDUITE

LES CERTIFICATS
D'ÉCONOMIE
D'ÉNERGIE (CEE)

LE CHÈQUE ÉNERGIE

LES AIDES AU PAIEMENT DES
FACTURES : EAU, TÉLÉ-
PHONE, ÉLECTRICITÉ, GAZ

L'AIDE FINANCIÈRE DE
LTC POUR LA RÉNOVATION
DE FACADES

AIDES FINANCIÈRES POUR
LA VALORISATION DU
PATRIMOINE BÂTI

ADAPTATION DU LOGEMENT :

LES AIDES FINANCIÈRES
DE L'AGENCE NATIONALE DE
L'HABITAT (ANAH)

LES CAISSES DE RETRAITES

LE CRÉDIT D'IMPÔT POUR
L'ADAPTATION DU
LOGEMENT

Contacts

Point Info Habitat - Lannion

21 rue Jean Savidan

02 96 05 93 50

info.habitat@lannion-tregor.com

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi :

9h - 12h / 13h30 - 17h30

Samedi : 10h - 12h

Fermé les mardis et vendredis après-midi

Point Info Habitat MSAP Tréguier

12 Rue Lamennais

02 96 92 33 46

Horaires d'ouverture :

Les jeudis des semaines paires

de 14h à 17h

Quelles aides pour l'acquisition ou la construction d'un logement ?

Il existe des aides pour l'achat d'un bien existant mais aussi pour l'achat d'un terrain.

ACHETER UN BIEN EXISTANT :

L'AIDE FINANCIÈRE DE LTC
POUR L'ACCESSION SOCIALE
À LA PROPRIÉTÉ

LE PRÊT À TAUX ZÉRO (PTZ)

LES ALLOCATIONS
LOGEMENT

ACHETER UN TERRAIN :

UNE LISTE DES TERRAINS À
VENDRE SUR
LANNION-TRÉGOR
COMMUNAUTÉ EST
DISPONIBLE

SUR LE SITE DE POINT INFO
HABITAT

Quelles aides pour la location d'un logement ?

Louer un logement coûte cher. Il existe sur le territoire des bailleurs sociaux proposant des logements sociaux. Les logements sociaux sont attribués sous conditions de ressources et de séjour régulier en France. Le plafond de ressources à respecter dépend notamment du type de logement et de sa localisation. Certaines personnes, compte tenu de leur situation personnelle, sont définies comme prioritaires.

Où trouver un logement social public ?

Côtes d'Armor Habitat - Agence du Trégor
du Lundi au Vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

BSB-Les foyers - Bâtiments et Styles de Bretagne
Lundi, Mardi et Jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Mercredi de 8h30 à 12h00
Vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h00

Armorique Habitat
du Lundi au Vendredi de 9h00 à 12h30

La Rance - Groupe action logement

Logements Communaux
L'inscription pour les logements communaux se fait en mairie

Contacts

Point Info Habitat

www.pih-lanniontregor.com

21 boulevard d'Armor
22300 Lannion
02 96 48 87 60

4 rue des Lycéens Martyrs
22000 Saint-Brieuc
02 96 62 00 22

2 rue Bouestard de la Touche
29600 Morlaix
02 98 62 02 43

31 boulevard des Talards BP1
3540 0 Saint-Malo Cedex
02 99 40 02 20

Où trouver un logement social privé dit conventionné ?

- > Dans les annonces de particulier à particulier,
- > Dans les agences immobilières classiques,
- > SOLIHA AIS, agence immobilière à vocation sociale

Comment faire sa demande de logement social ?

Un formulaire peut être téléchargé sur le site de Point Info Habitat dans la rubrique location.

Un dossier de demande de logement social est également disponible en mairie.

Le Fonds de Solidarité pour le Logement (FSL)

Le FSL propose différentes aides financières liées au logement. Ces aides peuvent être liées à l'entrée dans un logement, au maintien dans un logement ou aux factures d'énergies.

Cela concerne :

- > Les locataires et sous locataires,
- > Les propriétaires occupants,
- > Les personnes hébergées à titre gracieux,
- > Les résidents de logement foyer.

Contact

SOLIHA AIS

agence immobilière à vocation sociale
4 avenue du Chalutier Sans Pitié
22190 PLERIN
02 96 61 14 41

Un formulaire peut être rempli en ligne sur :

<https://www.demandelogement22.fr/imhowebGP22/>

Trois types de FSL

Le **FSL accès** est lié à l'entrée dans le logement. Les éventuelles aides financières concernées sont : le **dépôt de garantie**, les **frais d'agence**, un **premier loyer**, l'**achat de mobilier de première nécessité**.

Le **FSL maintien**, est lié au maintien dans le logement. Les éventuelles aides financières concernées sont : les **assurances locatives**, les **impayés de loyer** (pour une dette inférieure à 2500€), les **frais d'huissier**.

Le **FSL énergie** peut permettre de bénéficier d'aide financière pour des impayés de facture d'énergie (eau, électricité, gaz).

Où faire une demande ?

Auprès de votre **Caisse d'Allocations Familiales** (CAF)

Horaires :

Mercredi de 13h30 à 16h30

Dans votre **Maison du Département** (MDD)

Horaires du Lundi au Samedi de 8h30 à 17h30

Contacts

Permanence

CAF à la MSAP de Tréguier

12 rue Lamennais

02 96 92 33 46 (MSAP)

08 10 25 22 10 (CAF)

MDD de Lannion

13 Boulevard Louis Guilloux

22300 Lannion

02 96 04 01 04

Sur Internet

<https://cotesdarmor.fr/vos-services/acceder-ou-se-maintenir-dans-son-logement>

Quelles conditions de ressources ?

Les barèmes Aides « assurance locative » et « énergie »

Composition du ménage	Barème
1 personne	900€
2 personnes	1050€
3 personnes	1200€
4 personnes	1500€
5 personnes	1800€
Personne supplémentaire	200€

Aides FSL Accès et Maintien « impayés de loyer »

Composition du ménage	Barème
1 personne	1015€
2 personnes	1525€
3 personnes	2030€
4 personnes	2540€
5 personnes	3050€
Personne supplémentaire	500€

Les ressources du ménage

Les ressources prises en compte pour fixer les conditions d'attribution des aides comprennent l'ensemble des ressources, de quelque nature qu'elles soient, du ménage, à l'exception de l'aide personnelle au logement, de l'allocation de logement, de l'allocation de rentrée scolaire, de l'Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé et de ses compléments et des aides, allocations et prestations à caractère gracieux. Dans le calcul, sont pris en compte les droits calculés par les organismes chargés de verser les aides à caractère familial. Lorsque le ménage compte un jeune en apprentissage, 50 % de ses ressources sont prises en compte pour évaluer les droits du ménage. Pour le calcul du droit, le FSL prend en compte la moyenne des ressources de l'ensemble des personnes composant le ménage, des 3 mois précédant la demande d'aide.

La demande d'exonération

Une exonération de taxe foncière peut être accordée aux personnes suivantes pour leur résidence principale (pour leur résidence secondaire pour les personnes de plus de 75 ans) :

- > Les titulaires de l'Allocation Supplémentaire d'Invalidité (ASI)
- > Les titulaires de l'Allocation de Solidarité aux Personnes Agées (ASPA)
- > Les titulaires de l'allocation aux adultes handicapés (AAH)
- > Les plus de 75 ans

Le revenu fiscal de référence du foyer fiscal ne doit pas excéder un certain montant . Ce plafond ne concerne pas les titulaires de l'ASPA ou de l'ASI. Si l'exonération peut être accordée automatiquement à partir de l'avis d'imposition, il peut être nécessaire, dans le cas contraire, d'en faire la demande.

Cahier du Citoyen

Livret

Petite Enfance



Quelles sont les aides financières existantes sur le thème de la petite enfance ?

Plusieurs aides financières existent pour vous accompagner vers la naissance de votre enfant. La Caisse d'Allocations Familiales (CAF) peut vous accorder diverses aides comme la prestation d'accueil du jeune enfant (Paje) ou encore les allocations familiales (Af).

La Prestation d'accueil du jeune enfant (Paje) et les allocations familiales

La Paje est une aide financière qui permet aux parents de subvenir en partie aux besoins de leurs jeunes enfants. Divisée en plusieurs prestations, elle ne concerne que les jeunes parents avec un enfant (ou plusieurs) de moins de 3 ans. D'autres allocations familiales sont aussi versées à partir du 2e enfant.

La prime à la naissance

La prime à la naissance est versée dans les trois premiers mois après la naissance de votre bébé. Cette prestation, d'un montant de 944.51 €, vous est versée afin que vous puissiez faire face aux premières dépenses liées à l'arrivée de votre enfant. Cette aide est versée une fois pour chaque enfant.

Des conditions de ressources existent pour pouvoir percevoir cette aide, qui correspondent aux ressources du ménage deux ans avant la naissance. Le tableau ci-dessous indique les ressources maximum du foyer en 2017, pour une naissance en 2019.

Contact

MSAP

Agence CAF et MSA
12 Rue Lamennais 22200 Tréguier
02 96 92 33 46 (MSAP)
08 10 25 22 10 (CAF)
02 96 78 87 00 (MSA)

Horaires

mercredi de 13h30 à 16h30

Plus d'informations sur

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2550>

L'allocation de base

Vient ensuite une seconde prestation, l'allocation de base d'un montant de 171,23 € si elle est perçue à taux plein ou de 85,61 € à taux partiel. Celle-ci vous aidera à assurer l'éducation et l'entretien de votre enfant puisqu'elle vous sera versée chaque mois dès la naissance du bébé et ce jusqu'à ses 3 ans. Mais attention, tout le monde ne peut prétendre à l'allocation de base. En effet, pour que cette aide vous soit accordée, il faut que vos revenus annuels de deux ans avant la demande ne dépassent pas un certain plafond.

NOMBRE D'ENFANT(S) À CHARGE	COUPLE AVEC 2 REVENUS	COUPLE AVEC 1 SEUL REVENU OU PARENT ISOLÉ
1 ENFANT	41 840 €	31 659 €
2 ENFANTS	48 172 €	37 991 €
3 ENFANTS	55 770 €	45 589 €
PAR ENFANT SUPPLÉMENTAIRE	7 598 €	7 598 €

Le complément familial

Le complément familial concerne les familles composées d'au moins 3 enfants ayant entre 3 et 21 ans. Son montant varie selon les revenus du parent ou du couple et le nombre d'enfants à charge.

ENFANTS À CHARGE	NIVEAU DE REVENUS		MONTANT
	COUPLE AVEC 2 REVENUS OU PARENT ISOLÉ	COUPLE AVEC 1 REVENU	
3 ENFANTS	23 341 € ou moins	19 081 € ou moins	256,86 €
	entre 23 341 € et 46 680 €	entre 19 081 € et 38 159 €	171,23 €
4 ENFANTS	26 522 € ou moins	22 262 € ou moins	256,86 €
	entre 26 522 € et 53 039 €	entre 22 262 € et 44 518 €	171,23 €

Contact

Les P'tits Pieds

lesptitspieds@lannion-tregor.com

Multi-accueil Ty Mouss

nathalie.dantonicol@lannion-tregor.com

MAM 1.2.3 Soleil

06777892622

La prestation partagée d'éducation de l'enfant (PreParE)

La prestation partagée d'éducation de l'enfant (PreParE) est une aide financière versée par la CAF ou la MSA aux parents cessant ou réduisant leur activité professionnelle pour s'occuper de leur(s) enfant(s) de moins de 3 ans.

Vous avez droit à la PreParE si vous remplissez les 3 conditions suivantes :

- > Vous avez au moins un enfant de moins de 3 ans,
- > Vous avez validé au moins 8 trimestres de cotisations vieillesse (sur une période de référence qui varie selon le nombre d'enfants),
- > Vous avez totalement ou partiellement interrompu votre activité professionnelle

La PreParE peut être attribuée à un seul parent ou aux deux. Ils peuvent la percevoir en même temps ou successivement.

La prestation peut être touchée pendant 24 mois maximum pour chaque parent jusqu'au 3e anniversaire du plus jeune des enfants. Les parents peuvent se partager la prestation. Par exemple, la mère perçoit la prestation pendant 2 ans et le père pendant 1 an jusqu'aux 3 ans de l'enfant.

SITUATION DU PARENT	MONTANT MENSUEL VERSÉ
ACTIVITÉ TOTALEMENT INTERROMPUE	397,20 €
TEMPS PARTIEL (50% MAXIMUM)	256,78 €
TEMPS PARTIEL (50% MAXIMUM)	148,12 €

Il est possible de faire le choix de demander une PreParE majorée si :

- > Vous avez au moins 3 enfants à charge,
- > Vous avez cessé de travailler,
- > Vous avez validé au moins 8 trimestres de cotisations vieillesse (sur une période de référence qui varie selon le nombre d'enfants).

Vous pouvez toucher une aide majorée à 649.26€ par mois, et ce, pendant 8 mois maximum pour chaque parent dans la limite du 1er anniversaire de l'enfant le plus jeune pour un couple.

Jusqu'au 1er anniversaire du plus jeune enfant pour un parent isolé.

Paje : Le complément de libre choix

Le complément de libre choix du mode de garde (Cmg) est une aide financière versée pour compenser le coût de la garde d'un enfant.

Le complément de libre choix du mode de garde est attribué aux parents faisant garder leurs enfants de moins de 6 ans par une assistante maternelle agréée, par une garde à domicile, une association, une entreprise ou une crèche.

Cette prestation prend en charge en partie ou entièrement la rémunération de votre salarié ou les frais de la structure accueillant votre enfant. Sa rémunération brute ne doit pas dépasser 50,15€ par jour et par enfant pris en charge.

Le complément de libre choix peut prendre en charge jusqu'à 85% de la rémunération. Le montant de la prise en charge varie en fonction de vos revenus, du nombre d'enfants que vous avez et de leur âge. Quel que soit votre choix du mode de garde, 15% des dépenses, minimum, resteront à votre charge. Votre versement peut être majoré de 10% si votre enfant est gardé la nuit, le dimanche ou les jours fériés.

Paje : Enfants adoptés

La prime à la naissance se transforme alors en prime à l'adoption d'un montant de 1 889,02€ par enfant adopté, elle est elle aussi versée en fonction des revenus du foyer.

L'allocation de base est entre 92,31€ et 184,62€ par mois est versée pendant 36 mois consécutifs dans la limite du 20e anniversaire de l'enfant et ce en fonction de vos revenus.

Quant aux compléments de libre choix d'activité (ou PreparE) et libre choix de mode de garde, les règles restent les mêmes mais uniquement pour les enfants de moins de 6 ans.

Les allocations familiales

Les allocations familiales sont automatiquement versées à partir du deuxième enfant. Elles sont calculées selon votre niveau de ressources

Votre situation

Nombre d'enfants à charge	Ressources	Montant de base	Majoration (enfant de + de 14 ans)
2 enfants	68 217 € ou moins	131,55 €	+ 65,78 € si le second enfant a plus de 14 ans
	entre 68 217 € et 90 926 € inclus	65,78 €	+ 32,89 € si le second enfant a plus de 14 ans
	plus de 90 926 €	32,89 €	+ 16,45 € si le second enfant a plus de 14 ans
3 enfants	73 901 € ou moins	300,10 €	+ 65,78 € par enfant de plus de 14 ans
	entre 73 901 € et 96 610 € inclus	150,05 €	+ 32,89 € par enfant de plus de 14 ans
	plus de 96 610 €	75,03 €	+ 16,45 € par enfant de plus de 14 ans
4 enfants	79 585 € ou moins	468,66 €	+ 65,78 € par enfant de plus de 14 ans
	entre 79 585 € et 102 294 € inclus	234,33 €	+ 32,89€ par enfant de plus de 14 ans
	plus de 102 294 €	117,16 €	+ 16,45€ par enfant de plus de 14 ans

Plus d'informations sur

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13220>

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F31430>

L'Allocation de Rentrée Scolaire (ARS)

L'Allocation de Rentrée Scolaire (ARS) est versée, sous conditions de ressources, aux familles ayant au moins un enfant scolarisé et âgé de 6 à 18 ans. Elle permet d'aider les familles à financer les dépenses de la rentrée scolaire.

Condition de ressources :

<i>Nombre d'enfants à charge</i>	Ressources 2017
<i>pour 1 enfant</i>	24 697 €
<i>pour 2 enfants</i>	30 397 €
<i>pour 3 enfants</i>	36 096 €
<i>Par enfant supplémentaire</i>	+ 5 699 €

Des listes recensant les assistantes maternelles du territoire sont disponibles dans vos mairies. On peut aussi les retrouver sur le site internet monenfant.fr. Ce site est très complet pour aider à l'accompagnement de vos enfants.

La Protection Maternelle Infantile (PMI)

Service permettant d'assurer la protection sanitaire de la famille et de l'enfant de moins de 6 ans.

Plus d'informations sur

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F13214>

Lien vers la liste d'assistantes maternelles sur le territoire :

<https://monenfant.fr/web/guest/trouver-un-mode-d-accueil>

Lieux d'accueil

Coordonnées des lieux d'accueil.

La Protection Maternelle et Infantile

La Protection Maternelle et Infantile (PMI) est un service du Conseil Général chargé d'assurer la protection sanitaire de la famille et de l'enfant de moins de 6 ans.

Accompagnement de la future mère

Le service de la PMI organise des consultations prénatales pour les femmes enceintes et assure un suivi postnatal des jeunes mamans.

Suivi des jeunes mamans et des nourrissons

Une puéricultrice de la PMI conseille, rassure et oriente les parents en fonction de leurs besoins (soins de puériculture, allaitement, diversification alimentaire, sommeil, suivi médical, pesée des nourrissons...)

Consultations des nourrissons

Dans le suivi de santé des enfants, des visites médicales sont obligatoires. Les parents choisissent de consulter un pédiatre ou le médecin de leur choix. Cependant, des consultations gratuites sont proposées par le Conseil Général pour les enfants de 0 à 6 ans. Ces visites de prévention et de vaccination sont ouvertes à tous.

Intervention dans les écoles

Des bilans de santé sont organisés pour tous les enfants scolarisés entre 3 ans et 4 ans. Ces bilans sont centrés sur les dépistages sensoriels, l'adaptation à l'école et la socialisation.

Agrément des assistants maternels

La PMI délivre l'agrément des assistants maternels et étudie les modifications de capacité d'accueil, assure un suivi des assistants maternels et donne des conseils pour le bien-être des enfants. Elle travaille avec les Etablissements d'Accueil du Jeune Enfant (EAJE), le Relais Parents Assistants Maternels (RPAM), les services jeunesse, les services de soins et l'éducation nationale.

Crèches

Multi-accueil Ty Mouss

Kérantour 22740 Pleudaniel
02 96 22 10 06
petiteenfance.pleudaniel@
lannion-tregor.com

EAJE Multi Accueil Les P'tits Pieds

2 impasse de Kestellic
22220 Tréguier
02 96 92 47 38
catherine.hamon@lannion-tregor.com

EAJE Micro Crèche Ti Choutig

12 rue Kerbrido
22450 Quemperven
02 96 35 34 26

Maison d'assistances maternelles

MAM Bizibul

37 Bis rue des écoles
22220 Plouguiel
02 96 92 69 75
mam.bizibul@orange.fr

MAM 1.2.3 Soleil

18 rue Général de Gaulle
22140 Cavan
0296
mam123soleilcavan@gmail.com

Consultations Protection Maternelle et Infantile à la Maison de Services au Public

12 rue Lamennais
22220 TREGUIER
02 96 92 33 46
msap@haut-tregor.com

Quelles démarches à faire, de la grossesse à la naissance ?

Où se renseigner ?

Contacts

MSA

<https://www.msa.fr/lfy/j-attends-un-enfant>

CAF

<http://www.caf.fr/allocataires/droits-et-prestations/connaître-vos-droits-selon-votre-situation/j-ai-ou-j-attends-un-ou-des-enfants/j-attends-un-enfant>

Service-public

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16225>

Agence CAF et MSA

MSAP

12 Rue Lamennais

22220 Tréguier

02 96 92 33 46 (MSAP)

08 10 25 22 10 (CAF)

02 96 78 87 00 (MSA)

Pendant la grossesse

Santé

- > S'inscrire à la maternité,
- > Faire sa déclaration de grossesse,
- > Se renseigner sur les remboursements des dépenses de santé et les examens médicaux obligatoires.

Droits et état civil

- > Se renseigner sur la reconnaissance de l'enfant par le père,
- > Penser au nom de famille de l'enfant,
- > Se renseigner sur vos droits auprès de la CAF et de la MSA à la MSAP de Tréguier

Emploi

- > Déclarer sa grossesse auprès de son employeur,
- > S'informer sur le congé paternité et maternité,
- > Commencer les démarches pour trouver un mode de garde.

La naissance

Le nouveau-né est déclaré à la mairie du lieu de naissance dans les 5 jours qui suivent la naissance

Pièces à fournir

- > Un certificat établi par le médecin ou la sagefemme.
- > Un acte de reconnaissance si celui-ci a été fait avant la naissance.
- > La carte d'identité des parents.
- > Le livret de famille pour y inscrire l'enfant si le(s) parent(s) en possède(nt) déjà un.

Plus d'informations sur

<https://monenfant.fr/web/guest/les-demarches-administratives-au-cours-de-la-grossesse>

Livret Prime d'Activité - RSA



Qui bénéficie de la prime d'activité ?

Vous pourrez bénéficier de la Prime d'activité si :

- > Vous avez plus de 18 ans,
- > Vous habitez en France de façon stable,
- > Vous exercez une activité professionnelle,
- > Vous êtes français ou ressortissant de l'espace économique européen ou Suisse ou vous êtes ressortissant d'un autre pays et vous séjournez en France de façon régulière depuis au moins 5 ans (sauf cas particuliers).
- > Vous exercez une activité professionnelle,
- > Vous êtes français ou ressortissant de l'espace économique européen ou Suisse ou vous êtes ressortissant d'un autre pays et vous séjournez en France de façon régulière depuis au moins 5 ans (sauf cas particuliers).

Vous ne pourrez pas bénéficier de la Prime d'activité si vous êtes :

- > Travailleur détaché exerçant temporairement votre activité en France,
- > En congé parental d'éducation, sabbatique, sans solde ou en disponibilité, sauf si vous percevez des revenus d'activité,
- > Étudiant ou apprenti et que vous percevez par mois un revenu inférieur à 78% du Smic net soit 932€ au 1er janvier 2019.

Quels sont les plafonds de ressources ?

Pour 2019, les limites, correspondant au montant moyen mensuel de revenus sur les 3 derniers mois, sont les suivantes (pour des personnes sans autres ressources que leurs revenus d'activité, sans forfait logement, ni aide au logement, source MSA) :

> 1.787,18 € par mois pour un travailleur salarié célibataire sans allocation logement, soit 1,5 Smic.

> 2.794,27 € pour un couple sans enfant dont un seul membre travaille ou pour une personne isolée avec un enfant, soit 1,9 Smic.

> 3.754,24 € pour un couple biactif à salaires égaux avec deux enfants (les deux parents travaillent).

> 3.342,71 € pour un couple avec un seul salaire et deux enfants à charge (seul un parent travaille).

> Pour un non-salarié agricole, les revenus professionnels doivent être inférieurs au seuil de 21.446 € par an.

A noter

Ces limites sont valables uniquement pour les situations les plus simples de personnes ayant des charges de logement (loyer, remboursement de prêt immobilier...).

En présence d'aides au logement, les limites varient.

Quelles démarches pour réclamer sa prime d'activité ?

Vous pouvez faire une démarche auprès :

> de votre CAF ou MSA,

> des services du département,

> ou d'une association habilitée par les services du département.


Dans tous les cas, vérifiez préalablement auprès de ces organismes, s'ils sont compétents pour traiter votre demande.

Il est aussi possible de réaliser cette démarche en ligne sur caf.fr


Un exemple, dont vous trouverez le lien ci-dessous, est donné à la page suivante

https://www.caf.fr/sites/default/files/cnaf/Documents/DCom/Partenaires_Bailleurs/Partenariats_accueil/FaireDemandePPA.pdf


Démarches auprès de la CAF

**FAIRE UNE DEMANDE DE PRIME D'ACTIVITE**

Vous avez plus de 18 ans et vos revenus d'activité professionnelle ne dépassent pas environ 1500 € net par mois ? Vous avez certainement droit à la prime d'activité. Il suffit d'en faire la demande sur caf.fr !



Où trouver la rubrique « Faire une demande de prestation » ?



1 Sur la page d'accueil du site www.caf.fr, cliquez sur le menu gauche puis sur « Mes services en ligne ».

2 Choisissez la rubrique « [Faire une demande de prestation](#) ». Choisissez en fonction de votre situation « Vous êtes allocataire » ou « Vous n'êtes pas allocataire » :

- si vous êtes allocataire, vous serez redirigé(e) vers Mon Compte,
- si vous n'êtes pas allocataire, vous devez cliquer sur « Prime d'activité » dans la liste des prestations proposées.

Comment faire une demande de prime d'activité ?

Avant de commencer, préparez les éléments suivants :

- votre numéro de sécurité sociale et votre relevé d'identité bancaire BIC-IBAN
- votre dernier avis d'imposition
- les ressources des 3 derniers mois des personnes composant votre foyer.

- 1 Pour commencer, vous devez indiquer votre état-civil, votre lieu d'habitation, votre situation familiale, le nombre d'enfants et de personnes vivant avec vous.
- 2 Vous devez également renseigner votre situation professionnelle du trimestre qui précède votre demande : en activité, sans activité, au chômage, étudiant, en arrêt de travail en congé maternité... Pour chacune de ces situations, des renseignements complémentaires pourront être demandés.
- 3 Ensuite, vous devez fournir des informations sur :
 - votre logement (locataire ou propriétaire),
 - le montant de vos revenus de placement,
 - le montant de vos salaires, de votre chiffre d'affaires, des pensions alimentaires perçues, de vos pensions, de vos rentes, de votre retraite, de vos indemnités de chômage, de maladie ou de maternité...
- 4 Après avoir saisi toutes ces informations, le montant de votre prime d'activité est calculé et un récapitulatif de votre demande vous est proposé. Vérifiez attentivement ce récapitulatif, corrigez-le si nécessaire puis cliquez sur « Valider ». Votre demande est automatiquement transmise à votre Caf.
- 5 Un accusé de réception de votre demande vous est envoyé par courriel. Si vous êtes allocataire, vous pouvez retrouver votre déclaration dans Mon Compte, rubrique « Suivre mes démarches ».

Le Revenu de Solidarité Active (RSA)

Si vous êtes démuni(e) ou que vos ressources sont faibles, le RSA complétera vos ressources afin de vous garantir un revenu minimal.

CONDITIONS D'ATTRIBUTION :

> Vous avez plus de 25 ans. Il n'y a pas de condition d'âge si vous êtes enceinte et si vous avez déjà au moins un enfant à charge.

> Si vous avez entre 18 et 25 ans, sans enfant, vous devez avoir exercé, en plus des conditions énoncées ci-après, une activité à temps plein (ou l'équivalent) durant au moins 2 ans sur les 3 dernières années.

> Vous habitez en France de façon stable

> Les ressources mensuelles moyennes de votre foyer pendant les 3 mois précédant votre demande ne doivent pas dépasser un certain montant maximal de RSA (voir tableau suivant). Certaines ressources ne sont pas prises en compte, renseignez-vous auprès de votre Caf.

> Vous devez prioritairement faire valoir vos droits à l'ensemble des autres prestations sociales (allocation chômage, retraite...) auxquelles vous pouvez prétendre.

Vous ne pourrez pas bénéficier du RSA (sauf si vous êtes parent isolé) si vous êtes :

> En congé parental ou sabbatique, en congé sans solde ou en disponibilité,

> Étudiant et que vous ne percevez pas un revenu d'activité au moins égal à 500€ par mois (au titre des revenus déclarés chaque trimestre).

Quelles démarches pour réclamer le RSA ?

Vous pouvez faire une démarche auprès :

- > de votre Caf ou MSA
- > des services du département,
- > d'une association habilitée par les services du département.

Dans tous les cas, vérifiez préalablement auprès de ces organismes, s'ils sont compétents pour traiter votre demande.

Comment est calculé le RSA ?

Rsa = (montant forfaitaire) – (autres ressources du foyer + forfait logement)

Montant forfaitaire

Il est déterminé en fonction de la composition de votre foyer. Ce montant peut être majoré durant une période limitée si vous êtes isolé(e) avec au moins un enfant à charge ou enceinte.

Combien de temps dure le versement du RSA ?

La somme versée au titre du RSA est attribuée tant que vos revenus sont inférieurs au montant maximal de RSA.

Vous devez déclarer chaque trimestre vos ressources, vos droits en dépendent.

Vous pouvez effectuer cette démarche auprès de votre caf, ou sur votre compte en ligne sur le site

caf.fr

https://www.formulaires.modernisation.gouv.fr/gf/cerfa_15481.do

Livret Seniors



Le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC)

Qu'est-ce que c'est ?

C'est un lieu d'écoute au service des personnes âgées de plus de 60 ans, de leurs familles et des professionnels. Service gratuit.

C'est un **Centre Local d'Information et de Coordination**.

Vous pouvez y rencontrer gratuitement un interlocuteur pour

> vous conseiller et vous aider à trouver des solutions,

> vous présenter l'offre de service existante,

> vous informer sur :

- les aides financières
- les structures d'hébergement
- les services à domicile
- l'adaptation du logement...

> vous accompagner dans vos démarches administratives, la prise de contact avec les professionnels, la mise en place de services...

Lutte contre l'isolement et la solitude

Si vous vous sentez seul ou connaissez une personne qui souffre de solitude, n'hésitez pas à contacter le CLIC.

Depuis septembre 2018, la vingtaine de bénévoles du réseau Bavard'âge vient rendre visite, tenir compagnie, se balader, lire et rompre l'isolement de personnes âgées.

Ces «visites de courtoisie» permettent de maintenir des liens sociaux, d'échanger autour de centres d'intérêts communs et de partager des moments agréables (marche, discussion, jeux de société...).

Ces visites ont lieu, en moyenne, une fois par semaine. La coordination du réseau est confiée à une psychologue libérale, afin d'accompagner les bénévoles, les conseiller et faire le lien avec les personnes visitées.

Contact

CLIC de Lannion
Maison du Département
13 boulevard Louis Guilloux
CS 40728
22304 Lannion CEDEX
02 96 04 01 61
clic-lannion@cotesdarmor.fr

Lannion-Trégor Communauté Tro'Glaz

Le transport à la demande

Le Tro'Glaz est une des solutions pour les habitants du Haut-Trégor ayant des problèmes de mobilité. Déplacements possibles pour tous motifs et sans justificatif sur le territoire de la Communauté de Communes. Vers Lannion, sur justificatif pour raison médicale (spécialiste ou Centre hospitalier, y compris Trestel), administrative ou pour se rendre à la gare.

Les services d'aides et de soins à domicile

Ti Jikour est une association ayant pour unique mission de favoriser le maintien à domicile des personnes âgées ou atteintes de handicap. Cette mission est dispensée sur les deux anciens cantons de Plouaret et La Roche-Jaudy et se concentre autour de trois pôles qui sont :

- Le service d'aide à domicile,
- Le service de soins à domicile,
- Le portage de repas (pour un coût modique, les véhicules du service du portage de repas sillonnent le territoire pour livrer des repas à plusieurs dizaines de foyer).

Contacts

Votre mairie

02 96 91 36 31

La Maison des Services Aux Publics

02 96 92 33 46

Ti Jikour

5 Hent Becheneg
22420 Le Vieux Marché
02 96 38 85 38
tjikour@wanadoo.fr

Lannion-Trégor Solidarité

02 96 22 15 20
du lundi au vendredi de 9h à 17h
aide-soinsdomicile@lannion-tregor.com

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

Le transport à la demande

Vous pouvez, sous conditions d'âge et de perte d'autonomie, bénéficier de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA). Cette allocation peut vous aider à payer les dépenses nécessaires pour que vous puissiez vivre à votre domicile dans les meilleures conditions. Ces dépenses sont inscrites dans un plan d'aide. Elles peuvent concerner : aide ménagère, livraison des courses, service de repas, installation d'une téléalarme, financement d'un hébergement temporaire.

Les aides après une hospitalisation

Après une hospitalisation, vous pouvez vous sentir fragilisé et avoir besoin d'être entouré lorsque vous rentrez chez vous, particulièrement si vous vivez seul ou isolé. Ainsi, l'Assurance retraite peut vous proposer une aide temporaire pour faciliter votre retour à domicile.

Ce dispositif vous propose les services d'aides à domicile pris en charge dans la limite d'un plafond de dépenses de 1 800€ Pour en bénéficier, la demande doit être faite avant votre sortie d'hospitalisation auprès du service social de l'établissement ou du cadre infirmier.

Selon votre contrat de mutuelle, vous pouvez aussi bénéficier d'aides ménagères gratuites en sortie d'hospitalisation.

N'hésitez pas à contacter votre mutuelle pour vérifier votre contrat

Plus d'informations

www.lassuranceretraite.fr

www.service-public.fr

CLIC de Lannion

Maison du Département
13 boulevard Louis Guilloux
CS 40728
22304 Lannion CEDEX
02 96 04 01 61
clic-lannion@cotesdarmor.fr

Les aides à l'aménagement de votre logement

Pour continuer à vivre chez vous, vous devez réaliser des travaux d'aménagement ou d'adaptation de votre logement. L'Assurance Retraite a créé l'aide à l'habitat pour vous accompagner et vous soutenir financièrement dans cette démarche. L'assurance Retraite missionne un professionnel spécialiste de l'habitat qui se rend à votre domicile. La visite de votre logement lui permet de déterminer les travaux nécessaires et leur coût. Il vous accompagne dans la recherche de devis, dans leur analyse, vous aide au montage de dossier de demande de financement. Le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) peut vous accompagner des vos démarches auprès de l'assurance maladie.

Les lieux de vie

Il existe des structures qui peuvent accueillir des personnes âgées pour une durée plus ou moins longue.

Plus d'informations

CLIC de Lannion

Maison du Département
13 boulevard Louis Guilloux
CS 40728
22304 Lannion CEDEX
02 96 04 01 61
clic-lannion@cotesdarmor.fr

Les Établissements pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD)

Les Établissements d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD) constituent aujourd'hui la majorité des établissements d'accueil pour personnes âgées, et remplace « la maison de retraite ». Ils s'occupent de l'accueil des personnes âgées de plus de 60 ans qui ne peuvent plus être maintenues à domicile. Les résidents peuvent être en chambre individuelle ou collective. En plus de l'aide à la vie quotidienne (lever, coucher, toilette, repas), la structure dispose 24h/24 d'une équipe soignante chargée d'assurer les soins nécessaires à chaque résident. L'établissement offre d'autres services tels que la restauration, la blanchisserie, les animations...

L'accueil de jour

L'objectif est de prendre en charge à la journée des personnes vivant à domicile, au rythme d'une ou de plusieurs journées par semaine. Un minibus assure les trajets aller-retour des personnes âgées de la commune qui le souhaitent pour les repas du midi.

L'hébergement temporaire

L'hébergement temporaire permet aux personnes âgées qui vivent à domicile de trouver des solutions d'hébergement pour une courte durée.

On peut y avoir recours :

Ponctuellement : quelques jours par exemple si son proche part en week-end.

Régulièrement par exemple, une semaine tous les 2 mois.

Sur une longue période : par exemple 3 mois d'affilée

Contact

EHPAD Kerambellec
7, rue Alain Le Diuzet
La Roche-Derrien
22 450 LA ROCHE-JAUDY
02 96 91 54 68

Livret Solidarité



La Maison du Département (MDD)

Ses missions

Elle accueille, écoute et informe les personnes, grâce à des permanences et des visites à domicile.

Elle oriente vers les services adaptés et recherche des solutions pour la personne.

Elle informe et accompagne les familles (préparation à la naissance, conseil et suivi petite enfance, point d'accueil écoute jeunes et parents) et participe aux actions de prévention des risques de maltraitance.

Ce service peut vous aider dans les démarches auprès de la CAF ou de la MSA (Aide à l'enfance aide Personnalisée au Logement (APL), Revenu de Solidarité Active (RSA, prime de retour à l'emploi, Aide aux Vacances Familiales (AVF).

Le Centre Communal d'Action Social (CCAS)

Ses missions

La mission du CCAS est d'accompagner les personnes en situation de précarité, pour qu'elles retrouvent leur place au sein de la société. Le CCAS peut accompagner les personnes dans leurs démarches auprès de la CAF ou de la MSA par exemple. Des aides exceptionnelles peuvent être accordées par le CCAS pour faire face à une période difficile. Elles peuvent être demandées lorsque toutes les aides auprès d'autres organismes ont été sollicitées. Un dossier doit préalablement être établi par une assistante sociale.

Les associations

Solidarité alimentaire

Les bénévoles de La Roche-Jaudy participent chaque année à la collecte de la banque alimentaire des Côtes d'Armor. Tous les jeudis les membres du CCAS distribuent aux plus démunis des denrées alimentaires provenant de la banque alimentaire de Lannion.

Dénicher des bonnes affaires

Tous les ans, courant octobre, les membres du CCAS organisent une bourse aux vêtements. L'association solidaire à but social « SOS débarras » aide les familles en grande difficulté, contribue à sortir les personnes S.D.F. de la rue et apporte une écoute attentive aux personnes en détresse. L'association propose également de débarrasser les objets ou meubles qui ne vous intéressent plus. Les objets et meubles récupérés sont donnés à des familles dans le besoin ou vendus à bas prix.

Contacts

Centre médico-social

11 bis rue Nicolas Armez
22500 Paimpol
02 96 55 33 00

Maison des services aux publics

12 rue de Lannennais
22220 Tréguier
02 96 92 33 46

CCAS

Mairie de La Roche-Jaudy
Place du Pouliet
22450 La Roche-Jaudy

SOS débarras

11 rue de l'Argoat
22450 Pommerit-Jaudy

Troc aux vêtements

Le principe du Troc est simple. Chaque personne amène des articles (vêtements, chaussures, accessoires) qu'elle ne porte plus mais en excellent état (10 pièces maximum par personne) et repart avec le même nombre d'articles sans rien payer.

Les inscriptions se font directement au bar et le dépôt des articles devra se faire dans la semaine juste avant l'événement. Deux trocs par an sont mis en place.

L'association Vacances et Familles

Cette association rend possible l'accès aux vacances à plus de 1000 familles par an.

Depuis plus de 50 ans, l'association Vacances & Familles favorise l'accès aux vacances pour tous et en particulier aux familles.

Elle leur propose des solutions de vacances solidaires : non seulement l'hébergement et les animations sur place mais aussi et surtout un accompagnement avant, pendant et après leur séjour.

Elle permet aux familles bénéficiaires de partir et de vivre leur séjour dans les meilleures conditions.

La diversité de l'offre de séjour propose à chaque famille la formule la plus proche de ses aspirations.

A qui s'adresser?

Pour les familles qui reçoivent :
le courrier des Aides aux Vacances Familiales de la CAF,
ou les bons-vacances de la MSA.

Vous ne partez pas habituellement ou pas régulièrement en vacances ?

L'association Vacances et Familles vous accompagne dans votre projet.

Contacts

Bar Le Bizien à Pouldouran

02 96 35 78 31

Plus de renseignements sur la page Facebook du bar.

Comment partir en vacances avec Vacances et Familles ?

Il faut prendre contact avec le référent Vacances et Familles proche de chez vous. A l'écoute de vos besoins, celui-ci vous propose une date pour un premier rendez-vous. Ce premier rendez-vous, permet d'élaborer votre projet de vacances. Ensemble vous remplissez le dossier d'inscription. Vous pouvez bénéficier d'un accompagnement individuel ou collectif avant et pendant votre séjour

Votre dossier est étudié dans les plus brefs délais et vous êtes informé de sa validation. Une fois la demande validée, vous recevez toutes les informations nécessaires au bon déroulement de votre séjour, ainsi que les coordonnées du bénévole qui vous accueillera.

Les achats groupés c'est quoi ?

Depuis le 1er janvier 2019, La Roche-Jaudy a mis en place des achats groupés.

Le but principal de cette action est d'améliorer le pouvoir d'achat des habitants sur différents types d'achats tels que les assurances, les mutuelles, les énergies...

Cela consiste à mobiliser un maximum de personnes d'une même commune, puis à négocier pour elles des tarifs avantageux. Ce genre d'achat possède de nombreux avantages :

- donne une position de force face au marché,
 - c'est une offre gratuite et sans engagement,
 - permet de réaliser de fortes économies sur vos factures,
- Cela demande peu ou pas de démarche.

Aujourd'hui, en partenariat avec Wikipower, il est possible de s'inscrire pour profiter de la meilleure offre d'achats groupés de gaz et/ou d'électricité. Vous pouvez accepter ou refuser l'offre qui vous est proposée.

Contacts

Vacances et Familles Bretagne

Antenne des Côtes d'Armor
30 rue Brizeux
22000 Saint-Brieuc
02 96 61 73 62
antenne22@vacancesetfamilles.org

Mairie de La Roche-Jaudy

02 96 91 36 31
larochejaudy.achatgroupe@gmail.com
agents de Wikipower
mail.info@larochejaudy-energie.fr
02 57 63 04 00

L'Aide Juridictionnelle, qu'est-ce que c'est ?

L'Aide Juridictionnelle concerne les personnes disposant de ressources modestes qui souhaitent obtenir l'assistance d'un avocat.

Elle leur permet de faire valoir leurs droits en justice pour engager un procès ou se défendre, trouver un accord, faire exécuter une décision de justice.

En fonction des revenus, l'Etat prend alors en charge, en partie ou en totalité les frais du procès et notamment les honoraires de l'avocat, les frais de l'expertise, la rémunération de l'huissier de justice. L'aide juridictionnelle peut être accordée totalement ou partiellement.

Cette aide peut être demandée avant ou pendant l'affaire concernée. La demande se fait au moyen d'un formulaire, pouvant être retiré en mairie ou au tribunal (cerfa n°12647*02).

La médiation familiale

Qu'est-ce que c'est ?

Le médiateur est là pour trouver des accords mutuellement acceptables. Il cherche à rétablir une communication directe entre les personnes. Tiers impartial, indépendant, qualifié, sans pouvoir de décision, il n'intervient pas forcément au cœur d'une crise. Il peut aussi intervenir en amont d'une crise éventuelle.

Quels sont les champs d'intervention d'un médiateur ?

- Médiation entre des parents séparés,
- Médiation grands-parents / parents (rupture avec les petits-enfants),
- Médiation parents / enfant majeur,
- Médiation quel qu'en soit le motif (problème de communication, difficultés psychosociales, stress au travail, addictions, suicide, perte des repères familiaux ou des liens, troubles réactionnels : situation traumatique, deuils, séparations et bouleversements de vie).

Comment est organisée la médiation ?

Des séances de médiations peuvent être mises en place :
- sur demande spontanée, avec l'accord des deux parties,
- sur décision de justice (l'ordonnance ne vaut que pour l'entretien d'information).

Après un entretien d'information préalable, des séances de médiation, dans un espace et un temps défini (1h30 tous les mois) sont mises en place. Le premier entretien est gratuit, il est subventionné par la Caisse d'Allocations Familiales. Le prix de la médiation familiale est réglementé de 2 à 131 € par personne et par séance selon les ressources.

Contacts

La médiation familiale Le Gué

2 rue Henri Durant
22500 Paimpol
02 96 33 53 68

La Fondation Saint Sauveur

CMPEA de Lannion
Centre Françoise Dolto
3 rue Charles Garhardt
22300 LANNION
02 96 14 19 14

Livret

Transport



Se déplacer à La Roche-Jaudy

Horaires, trajets, réseaux

La ligne numéro 27, assure le transport de Lannion à Paimpol.

Des aires de covoiturages sont à votre disposition.

Contacts

Tibus

0 820 22 22 22

du lundi au vendredi de 7h à 20h

et le samedi de 8h à 12h et de 14h à 17h.

Pour connaître la liste des arrêts

www.tibus.fr

rubrique éco transport

Aires de covoiturage en France

<https://public.opendatasoft.com/explore/dataset/aires-covoiturage/table/?flg=fr>

Services de transport à la demande

Mobili Tilt

Pour permettre au plus grand nombre de se déplacer en toute liberté, différents services de transports à la demande existent sur le territoire, proposés par Lannion Trégor Communauté

Service à destination des personnes à mobilité réduite titulaires d'une carte d'invalidité à plus de 80% ou ayant plus de 80 ans. Les utilisateurs de fauteuils roulants peuvent être pris en charge par nos véhicules adaptés

L'inscription, se fait directement auprès de LTC en remplissant un dossier. Une fois inscrit, la réservation se fait auprès de la plateforme de relations usagers de LTC, au plus tard la veille avant 17h00 et au plus tôt 2 semaines avant le trajet.

Il est recommandé de s'y prendre tôt ! Le jour du déplacement, un chauffeur Tilt vient vous chercher avec un véhicule adapté. Compte-tenu de la nature du service, l'horaire est indicatif et peut légèrement varier. Soyez prévoyant et flexible.

Allô Tilt

Navette Express qui vous emmène d'un point d'arrêt identifié vers un autre point d'arrêt identifié.

Ouvert à tous et sans inscription, la réservation se fait auprès de la plateforme de relations usagers de LTC, au plus tard la veille avant 17h et au plus tôt 2 semaines avant le trajet. Il est recommandé de s'y prendre tôt.

Taxi Tilt

Service à destination des personnes de plus de 18 ans et justifiant d'un quotient familial inférieur à 1 600 €.

Ce service permet de se déplacer au sein d'un des 6 pôles du territoire communautaire (Plestin-les-Grèves – Plouaret – Cavan – Tréguier – Lézardrieux – Perros-Guirec) et vers l'EHPAD de Louannec.

Un déplacement sur Lannion est également possible, par dérogation, soit pour consulter un médecin spécialiste absent sur le pôle d'origine, soit pour une administration non présente sur le pôle d'origine (Sous-préfecture, centre hospitalier, Pôle Emploi, gare SNCF).

L'inscription, se fait directement auprès de LTC en remplissant un dossier d'inscription. Une fois inscrit, la réservation se fait directement auprès d'un des taxis partenaires de ce service.

Contacts

02 96 05 55 55

Du lundi au samedi sur tout le territoire communautaire, de 9h30 à 18h30 sauf samedi 9h-12h / 14h-17h30 (modifications possibles pendant les vacances scolaires)

Conditions, tarifs, contacts et fiche d'inscription sur

www.lannion-tregor.com

ou

www.larochejaudy.bzh

02 96 05 55 55

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h45 à 16h (modifications possibles pendant les vacances scolaires)

Le pôle de Tréguier

0 810 22 22 22.

Du lundi au samedi de 8h à 18h30 sauf le samedi, de 9h à 12h et de 14h à 17h30.

Conditions, Tarifs, Contacts et Fiche d'inscription sur

www.lannion-tregor.com

ou

www.larochejaudy.bzh

Vie quotidienne, Rubrique Transport

Le Service d'accompagnement

Il permet de véhiculer les personnes dans les déplacements de la vie quotidienne : rendez-vous médicaux, visites à la famille, démarches administratives, ateliers d'insertion, etc.

L'objectif est de lutter contre l'exclusion et l'isolement des habitants des Côtes d'Armor fragilisés par les difficultés sociales, économiques, relationnelles, éducatives, l'âge, le handicap et ne possédant pas de moyen de locomotion.

Les travailleurs sociaux du Conseil Départemental peuvent établir un bon de transport. Le service ne peut intervenir qu'après avoir épuisé toutes les autres possibilités d'accès à des prises en charge au titre de la maladie, du handicap, de l'Aide Sociale à l'Enfance...

Les demandes sont à envoyer à la coordonnatrice qui vérifie la validité des critères et des justificatifs et délivre ensuite la prise en charge.

Coût des déplacements :

8 € dans le département et 20 € hors département

Se déplacer en train

Liste des gares

Contacts

Domicile action Trégor

02 96 94 01 49

Coordonnatrice du service

02 96 94 01 49

Gare de Paimpol

Du lundi au jeudi de 7h45 à 18h40

Le vendredi de 7h45 à 19h40

Les samedis, dimanches et fêtes de 9h00 à 12h00 et 13h15 à 17h00

Gare de Lannion

Du lundi au jeudi de 9h20 à 18h00

Le vendredi de 9h20 à 13h00

et de 14h00 à 18h00

Le samedi de 9h20 à 18h00

Les dimanches et fêtes de 9h20 à 19h40

Gare de Guingamp

Lundi de 6h25 à 19h50

Du mardi au jeudi de 6h25 à 19h00

Le vendredi de 6h25 à 19h45

Le samedi de 7h25 à 18h30

Le dimanche de 12h15 à 20h00

Vélek'tro « Essayez, roulez, adhérez »

Louez à petit prix un vélo à assistance électrique. L'assistance électrique sera d'une aide précieuse pour découvrir les magnifiques paysages du territoire tout en relief ou pour vos déplacements. Sans trop d'efforts, vous pourrez parcourir pleins de kilomètres.

Plus besoin de pousser son vélo dans les côtes ! Pédalez en toute liberté !

Pour les touristes, les habitants et les étudiants du territoire de Lannion-Trégor Communauté qui souhaitent utiliser le vélo comme mode de déplacement. Location possible pour toute personne en capacité d'utiliser un vélo de 25 kg dans le cadre du service de location (environ 14 ans).

Quels sont les tarifs ?

Saison (avril / oct) :

12 € / journée - 60 € / semaine

Hors-saison (nov / mars) :

12 € / journée - 20 € / semaine - 30 € / mois

Où louer un Vélek'tro ?

Dans les Bureaux d'Information Touristique de l'Office de Tourisme Communautaire de Lannion-Trégor Communauté

Contacts

Pour en bénéficier,
contactez le service
velek-tro@lannion-tregor.com

Lannion

02 96 05 60 70

Tréguier

02 96 92 22 33

Bar le Bizien à Pouldouran

02 96 35 78 31

