OÙ TROUVER DE L'AIDE POUR SOI-MÊME OU SES PROCHES ?

LES CONSEILS DU CENTRE ABBÉ PIERRE - EMMAÜS D'ESTEVILLE

ASSISTANTES SOCIALES :

Les assistantes sociales de secteur accompagnent les personnes confrontées à des difficultés financières, sociales, sanitaires ou psychologiques. Leurs domaines d'intervention sont multiples : logement, protection de l'enfance, allocations, surendettement, perte d'autonomie…

Selon l'endroit où vous résidez, vous ne dépendez pas du même Centre médico-social (CMS), pour prendre rendez-vous avec votre assistante sociale.

Par exemple, si vous résidez à Cailly, Claville-Motteville ou Esteville :

CMS de Montville, 10 Rue André Fiquet, 76710 Montville, 02 35 33 76 89.

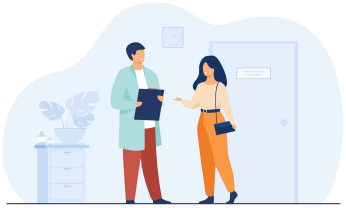
Si vous résidez à Critot :

CMS de Saint-Saëns, 22 Rue Raymond Poincaré, 76680 Saint-Saëns, 02 35 34 55 90.

Si vous résidez à Bosc-le-hard ou Cottévrard :

CMS de Neufchâtel-en-Bray, 6 rue Jean Jaurès, 76270 Neufchâtel, 02 76 51 64 11

AIDES ADMINISTRATIVES :



La « Maison France Services » accueille et accompagne les personnes pour toutes les démarches administratives du quotidien (santé, famille, retraite, droit, logement, impôt, recherche d'emploi, accompagnement au numérique) au sein d'un guichet unique.

« Maison France Services », 171 Grande Rue, 76750 Buchy, 02 32 91 50 94.

« Espace France Services », Centre social Caravelles, 24 rue de l'audience, 76680 Bellencombre, 02 35 93 26 78.

INFORMATIONS SOCIALES EN LIGNE :

www.aide-sociale.fr est un site internet qui accompagne la population dans l'accès aux aides et la protection sociale. Sa vocation est d'orienter et de mieux informer sur tous les dispositifs sociaux existants. L'objectif est à la fois d'expliquer le fonctionnement des aides, les conditions d'accès, les montants et de faciliter les démarches pour les obtenir.

AIDE ALIMENTAIRE :

« L'Association de solidarité du secteur de Clères » assure (sous conditions de ressources) la distribution de colis alimentaires hebdomadaires (à venir chercher à Clères). Pour en bénéficier, il faut d'abord remplir un dossier auprès de la mairie de sa commune de résidence et habiter sur le territoire concerné.

Selon votre commune vous pouvez dépendre d'une autre structure d'aide alimentaire (se renseigner auprès de votre mairie). Par exemple : Antenne de la banque alimentaire de Bosc-le-hard (mairie : 02 35 33 30 53).

Les restos du cœur effectuent des tournées avec un camion et passent dans certaines communes de Seine-Maritime Renseignements auprès du siège de Rouen : 02 35 73 25 78 ; ad76a.siege@restosducoeur.org.

ISOLEMENT :

« SOS amitié » est un service, assuré par des bénévoles formés, qui est ouvert à la parole de toute personne en état de crise. Ils offrent une aide sous la forme d'une écoute attentive et sans idée préconçue à toutes personnes quelle que soit sa situation : 09 72 39 40 50. Possibilité également de discussion en ligne : www.sos-amitie.com.

ALCOOL :

« Ecoute alcool » : 0980 980 930.

« Alcooliques anonymes » : 09 69 39 40 20. www.alcooliques-anonymes.fr

La « Bergerie de Berdine » est une communauté d'accueil pour des personnes fragilisées par leur parcours de vie et/ou par une addiction. Située à la campagne dans le sud de la France (dans le Lubéron), c'est un lieu idéal pour rompre avec l'alcool et se ressourcer. Informations : www.berdine.fr. Adresse : Basses Courennes, 84750 Saint-Martin-de-Castillon, bergeriedeberdine@orange.fr , 04 90 75 13 08.

DROGUES :

« Drogues Info Service » : 0800 231 313

« Ecoute cannabis » : 0980 980 940

« La boussole » (Rouen) est une association de soin et de prévention des addictions. Elle accueille les personnes toxicomanes dans ses locaux situés 30 Rue de la Tour de Beurre, 76000 Rouen, 02 35 89 91 84, https://laboussole.asso.fr/

FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE :

Les femmes victimes de violences peuvent contacter le 3919. Gratuit et anonyme, ce numéro de téléphone est accessible 24h/24 et 7j/7. Le site internet https://arretonslesviolences.gouv.fr/ permet de trouver des informations, d'obtenir de l'aide ou de dénoncer des violences sexistes ou sexuelles.

AIDE À LA VIE QUOTIDIENNE :

« Aide à domicile en milieu rural » (ADMR) : aide à la vie quotidienne (ménage, repassage, bricolage etc.), soutien à la vie familiale (crèches, soutien scolaire à domicile etc.) et santé (services de soins à domicile). La fédération de Seine-Maritime vous renseigne sur votre ADMR locale, 1 rue Ernest Delaporte, 76710 Montville, info@fede76.admr.org, 02 32 93 90 90. https://www.fede76.admr.org/.

A Bosc-le-hard existe un Comité d'aide à domicile intercommunal (CADI) qui assure au quotidien un accompagnements des personnes fragilisées. CADI, 2 résidence Saint-Jean, 76850 Bosc-le-hard.

PERSONNES ÂGÉES :

Portail national des personnes âgées et leurs proches : https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/

Le « CLIC » (Centre local d'information et de coordination) est un guichet d'accueil, d'information et de coordination ouvert aux personnes âgées et à leur entourage, ainsi qu'aux professionnels.

Selon votre commune de résidence, vous ne dépendez pas du même CLIC.

Par exemple, pour Cailly, Claville-Motteville et Esteville :

CLIC de Buchy, 129 rue Ernest Noury, 76750 Buchy, 02 35 23 63 17, clicbuchycleresdarnetal@fede76.admr.org.

Pour Critot :

CLIC du Pays de Bray, 4 route d'Aumale, 76270 Neufchâtel-en-Bray, 02 35 93 02 13.

Pour Bosc-le-hard et Cottévrard :

CLIC situé au CMS de Dieppe, 5 boulevard Clémenceau, 76200 Dieppe, 02 32 14 58 94.

AIDANT FAMILIAL :

Un(e) aidant(e) familial(e) est une personne venant en aide à une personne dépendante, âgée et/ou handicapée de son entourage. Pour ne pas rester isolé et trouver du soutien : https://www.aidants.fr/

DIFFICULTÉS INFORMATIQUES ET TÉLÉPHONES :

Le site www.lesbonsclics.fr permet d'apprendre les bases du numérique et fournit des outils pour accompagner les personnes en difficultés avec les téléphones et les ordinateurs.

Au CMS de Montville, les « Espaces numériques mobiles » viennent une fois par mois et une « conseillère numérique » du département vient une fois par semaine pour accompagner les personnes dans leurs démarches et leur autonomie sur internet. Centre Médico-social, 10 Rue André Fiquet, 76710 Montville, 02 35 33 76 89.

Le Centre social Caravelles assure un accompagnement dans les démarches numériques (y compris de loisirs). On peut en profiter quelque soit sa commune de résidence. Centre social Caravelles, 24 rue de l'audience, 76680 Bellencombre, 02 35 93 26 78.

CONFLITS DE COUPLE :

La médiation familiale est un temps d'écoute, d'échanges et de négociation qui permet de prendre en compte les besoins de chaque conjoint ou ex-conjoint et d'apaiser les tensions. Exemple d'association : Trialogue, 65 rue des bons enfants, 76000 Rouen, www.trialogue76.org, 02 32 08 07 12, trialogue@gmail.com.

TRANSPORT À LA DEMANDE EN MILIEU RURAL :

« Minibus 76 » : 0820 20 40 76 (Numéro Indigo) est un service de transport à la demande du Département de la Seine-Maritime qui assure des liaisons entre certains villages et des bourgs ou villes du département. Il convient de téléphoner au préalable pour connaître les destinations desservies et les conditions.

AIDE À LA GESTION BUDGÉTAIRE :

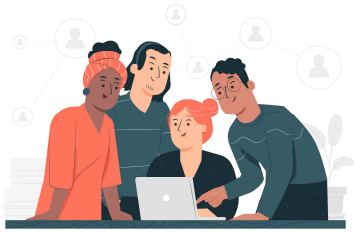
Les applications « Pilote Dépenses » et « Pilote Budget » que l'on peut télécharger sur son téléphone offrent une aide à la gestion budgétaire personnelle, afin d'avoir les idées claires sur ses moyens financiers. Pour les télécharger, il faut se rendre sur *Google play* ou l'*App store* (comme pour n'importe quelle autre application).

ENDETTEMENT, RISQUE D'IMPAYÉS, PRÊT SOCIAL POUR L'ACHAT D'UN VÉHICULE :

« SOS familles Emmaüs de Rouen » accompagne des personnes à la gestion budgétaire et peut accorder un prêt sans intérêts jusqu'à 3 000 €. Il faut d'abord passer par une assistante sociale avant de prendre rendez-vous avec « SOS familles Emmaüs », 33 Rue du Mail, 76100 Rouen, 02 35 73 03 55.

SURENDETTEMENT :

Dans certains cas, il est possible de déposer un dossier de faillite personnelle auprès de la Banque de France. Cette démarche s'effectue avec une assistante sociale.



RISQUE D'EXPULSION ET COUPURE D'ÉNERGIE :

L'Agence départementale pour l'information sur le logement (ADIL) apporte des réponses à toutes les questions de logement. ADIL, 144 boulevard de l'Europe, 76100 Rouen, 02 35 72 58 50, www.adil76.org.

« Allô prévention expulsion » : 0810 001 505. Plateforme téléphonique de prévention des expulsions assurée par des bénévoles de la Fondation Abbé Pierre et des juristes de l'Association Droits et habitat.

Association « Droit au logement » de Rouen : 22 rue Dumont d'Urville, 76000 ROUEN, 02 35 62 18 56.

PERSONNE SANS DOMICILE OU EN ERRANCE :

Composer le 115 (numéro qui centralise les demandes et les solutions d'hébergements d'urgence). Le 115 est souvent saturé. Les hébergements d'urgence sont situés dans les grandes villes (Rouen, Le Havre et Dieppe).

Loger en « Auberge de jeunesse » est une solution alternative (même pour les moins jeunes). Auberge de jeunesse de Rouen : 3 Rue du Tour, route de Darnétal, 76000 Rouen, 02 35 08 18 50. Environ 30€ la nuit (avec l'adhésion).

Le « Centre abbé Pierre – Emmaüs d'Esteville » ne dispose pas de locaux adaptés, ni de personnel pour héberger des personnes en urgence.

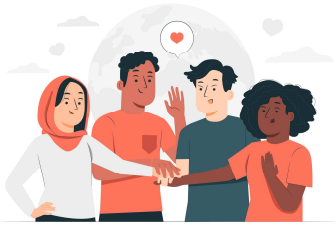
DEVENIR COMPAGNON D'EMMAÜS :

« La communauté Emmaüs de Rouen » accueille (hébergement, nourriture et allocation) des personnes sans domicile qui souhaitent devenir travailleur solidaire en participant à plein temps aux activités de la communauté (récupération, tri, vente, travaux liés à la vie communautaire…). Se présenter sur place directement, du mardi au vendredi vers 10h, et demander à rencontrer un responsable. 8 Rue de l'Abbé Pierre, 76960 Notre-Dame-de-Bondeville.

ACCUEIL DE PERSONNES MIGRANTES :

Le réseau « *Welcome* » propose des hébergements temporaires et gratuits, chez l'habitant, pour les personnes migrantes dans l'attente d'une solution institutionnelle durable :

https://www.welcomerouen.org/.



« L'Association Saint Vincent de Paul-Ozanam » (Rouen rive gauche) propose des hébergements provisoires chez l'habitant pour les personnes migrantes. Saint Vincent de Paul, 6 Rue du Four, 76100 Rouen, 06 10 53 75 69.

ENFANTS ET ADOLESCENTS EN DANGER :

Par téléphone : 119 (appel gratuit et confidentiel, 24h/24 et 7j/7). Le 119 n'apparaît pas sur les relevés de téléphone. Sur le site www.allo119.gouv.fr : discussions en ligne en temps réel destinées aux moins de 21 ans. Formulaire de recueil en ligne pour déposer une situation.

JEUNES ADULTES (ORIENTATION ET EMPLOI) :

La « Mission locale » intervient dans l'insertion sociale et professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans dans tous les domaines : orientation, formation, emploi, logement, santé, mobilité, citoyenneté, sports, loisirs, culture… 125 route d'Argueil, 76750 Buchy, 02 32 13 10 29, www.missionlocalerouen.fr.

« 1 jeune 1 solution » est un site national qui propose des offres d'emploi, de stages et d'alternance, des aides à la création d'entreprise, accompagnement, formations et bénévolat. www.1jeune1solution.gouv.fr.

CHÔMEURS DE LONGUE DURÉE :

Les ateliers et chantiers d'insertion permettent de se remettre progressivement en activité, tout en bénéficiant d'un accompagnement social. Se renseigner auprès de Pôle emploi ou d'une assistante sociale.

CHANTIERS D'INSERTION DE LA RÉGION ROUENNAISE :

« Education et formation » propose des chantiers d'insertion, 13 boulevard de Verdun, 76 000 Rouen, 02 76 51 76 76 ; https ://www.educationetformation.fr/.

Chantier d'insertion en maraîchage à Fontaine-le-bourg : « Les Jardins du Petit Moulin », N°1386 RD44, 76690 Fontaine-le-Bourg, lepetitmoulin@educationetformation.fr, 07 83 61 35 57.

Conception : Centre abbé Pierre - Emmaüs, route d'Emmaüs, 76690 Esteville, 02 35 23 87 76.
www.centre-abbe-pierre-emmaus.org
Crédits illustrations : www.freepik.com.
Brochure imprimée grâce au soutien financier de La Maison Dupuis,
785 Rue du Noyer des Bouttières, 76800 Saint-Étienne-du-Rouvray

CENTRE ABBÉ PIERRE-EMMAÜS
LIEU DE MÉMOIRE, LIEU DE VIE