

**Vous aidez
un proche adulte,
enfant, en situation
de handicap ?
une personne âgée ?
Nous vous aidons !**



**Gironde
autonomie**



Service public
départemental
de l'autonomie



Vous accompagnez un proche en situation de handicap (enfant ou adulte) ou une personne âgée : aide dans les actes de la vie quotidienne, gestion des intervenants du soin et des rendez-vous médicaux, démarches administratives, surveillance et soutien moral, ...

Vous êtes un proche aidant ou une proche aidante

Les aidants sont confrontés à des défis au quotidien. Jongler entre les responsabilités familiales, les soins aux proches et parfois concilier cela avec une carrière professionnelle peut être épuisant.

Au sein des lieux d'accueil de proximité (CLIC ou Maison du Département des Solidarités), les professionnels du Département vous proposent des informations, du soutien, des conseils et des ressources pratiques pour vous soutenir dans votre rôle d'aidant.

9 lieux d'accueil de proximité, à votre disposition, avec ou sans rendez-vous

Maison du Département des Solidarités du Médoc * et CLIC du Médoc

1B, rue André Audubert

33 480 Castelnau de Médoc

Horaires : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Maison du Département des Solidarités des Graves *

226, cours Gambetta

33 400 Talence

Horaires : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Maison du Département des Solidarités et CLIC de la Haute Gironde *

49, rue Rosa Bonheur

33 240 Saint André de Cubzac

Horaires : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Maison du Département des Solidarités du Bassin *

1, rue Transversale 33 138 Lanton

Horaires : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Maison du Département des Solidarités du Libournais * et CLIC du Libournais

14, rue Jules Védrines 33 500 Libourne

Horaires : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Maison du Département des Solidarités * et CLIC de la Porte du Médoc

419, avenue de Verdun 33 700 Mérignac

Horaires MDS : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Horaires CLIC : 9h - 12h30 et 13h30 - 17h
du lundi au jeudi / vendredi : fermé le matin
et 13h30-16h

Maison du Département des Solidarités * et CLIC des Hauts de Garonne

7 avenue de la libération 33 310 Lormont

Horaires MDS : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h15
du lundi au jeudi / 16h15 le vendredi

Horaires CLIC : 9h - 12h30 et 13h30 - 17h15
le lundi, mercredi, jeudi / 9h - 12h30 et 13h30 -
16h15 le vendredi / Mardi : fermé

Maison du Département des solidarités de Bordeaux *

169 avenue Émile Counord 33 300 Bordeaux

Horaires : 8h30 – 12h30 et 13h30 – 17h15 /
16h15 le vendredi

CLIC de Bordeaux Le comptoir des aidants

Cité Municipale - 4, rue Claude Bonnier
33 045 Bordeaux Cedex

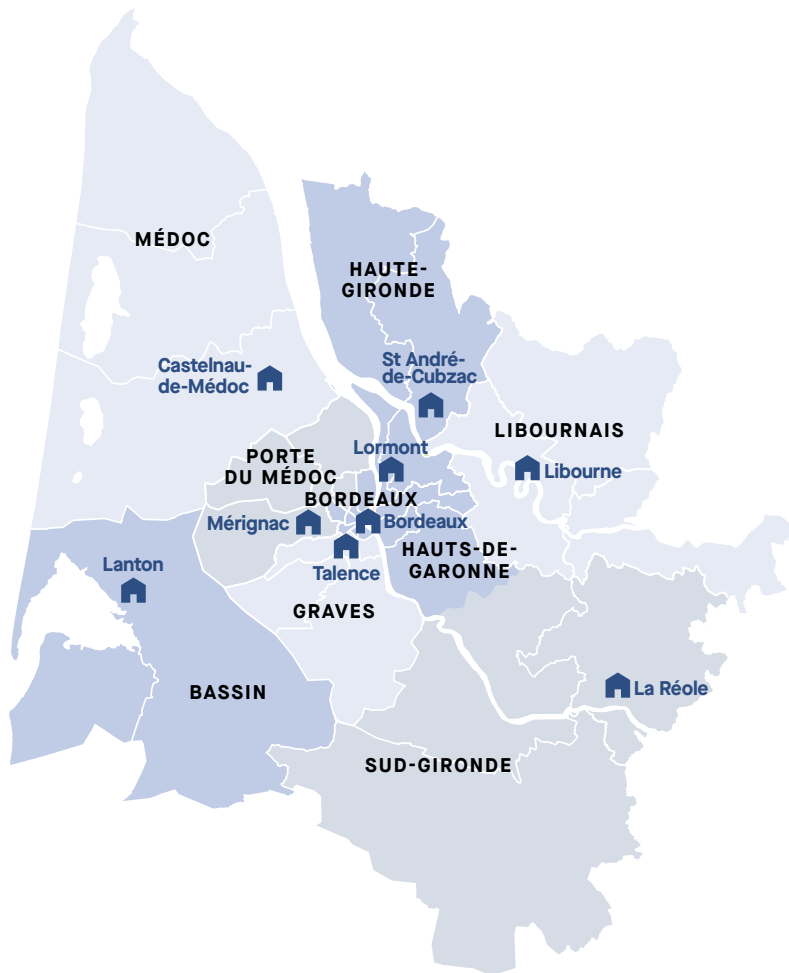
Horaires : 9h00 à 17h00 du lundi au vendredi /
ouverture à 10h le jeudi.
0 800 625 885 (numéro vert gratuit)

CLIC du Sud Gironde

1 Rue Raymond Poincaré 33 210 Langon

Horaires : Sans RDV du lundi au jeudi : 9h–12h30
Sur RDV du mardi au jeudi : 13h30–16h30,
le vendredi 9h–12h30 et 13h30–15h30
Fermé le lundi

* les horaires d'été : Juillet et août : 9h - 12h30 et 13h30 - 17h15
(16h15 le vendredi)



Un numéro de téléphone

05 56 99 66 99

Pour répondre à toutes vos questions administratives sur le handicap, les personnes âgées, la perte d'autonomie, vos droits, vos prestations, vos démarches... les services du Département vous répondent et vous orientent. Du lundi au jeudi de 9h à 17h15 et le vendredi de 9h à 13h30. Prix d'un appel local.

Une plateforme numérique

**gironde.fr/autonomie
mdph33.fr**

Pour accéder à de l'information sur :

- les droits des aidants,
- les actions de prévention de la perte d'autonomie,
- les services d'aide à domicile.
- les cartographies des actions de soutien dédiées aux proches aidants (lieux d'information, soutien psychologique, cafés des aidants, groupes de parole, activités bien-être, solutions pour prendre du temps pour soi...).