

# Osagarria eta zerbitzuak - La santé et les services

## ITSASUN, A ITXASSOU

### Medikua - Médecin généraliste

Dr Denise MACHICOTE-POEYDESSUS - Rés.Irunberri - 05 59 29 28 18  
Médecin de garde / SAMU : 15

### Dentista - Dentistes

Dr Gilles et Patxi AROT CARENA - Rés. Ekimendi - 05 59 29 82 87

### Anbulantzia - Ambulance

Pays Basque Ambulance - Panekauko bidea - 05 59 630 630

### Taxi nekazariak - Taxis agréés

M. LARRONDE : 06 75 67 52 60

Mme COUETTE (Co and Co) : 06 19 86 54 65

### GEUZko Elkartasun garraioa - Transport solidaire du CCAS :

Gibelean ikusi - voir au dos

### Terapeuta - Thérapeute

Mme DANNELY - 951 Errobiko errebeidea - 07 67 50 55 12

### Izpirituzko erregresioaren terapia - Thérapie de la régression

spirituelle - Mme HODKOVA - Atekgaitzeko errebeidea -  
0668898266

### ORDOKIA EREMUAN / AU POLE ORDOKIA

### Farmazia GEREZIAK Pharmacie

05 59 29 91 43 - Pharmacie garde : 17

### Etzeko erizainak - Infirmières à domicile

06 87 39 76 50

### Ergoterapeuta - Ergothérapeute

Mme BERROUET - Mme OSTROWIECKI - 07 89 23 25 46

### Eskusendagilea - Masseur-Kinésithérapeute

Mme DURAND - M. BONETBELCHE - M. DUPUY - 05 59 29 27 72

### Ortofonista - Orthophoniste

Mme HEVELINE - Mme ITCAINA - Mme OILLARBURU - 0559938677

Mme MEDARD-BERAUD - 07 45 07 26 46

### Osteopata - Ostéopathe

M. PARIENTE - 06 44 00 15 70 / Mme ANDRE - 06 98 12 26 62

### Dietalari - Diététicienne Nutritionniste

Mme BORDES - 05 64 11 54 22

### Oin-Artatzaile - Pédiacre-podologue

Mme CAZERES - 05 59 03 54 78

### Ideki Bidea artagela : Cabinet Ideki Bidea - 06 30 17 28 39

Mme ONDICOL - Erreflexutzaila / Réflexologue

Mme ORHATEGARAY - Hezur-Zuzentzaile-Magnetizatzaile-  
Naturopatia / Rebouthérapeute/Magnétiseuse/Naturopathe

### Naturopatia-Sofrologia-Erreflexologia / Naturopathie-Sophrologie- Reflexologie

Mme BARET - 07 66 88 24 58

## KANBOKO ZERBITZUEN ZENTROAN

### AU CENTRE MULTI-SERVICES DE CAMBO-LES-BAINS

#### Gizarte laguntzaileak - Assistantes sociales

#### Maison de la Solidarité (SDSEI Nive Nivelle)

Sur RDV au 05 59 93 50 50 - 1er étage - bureau 1

#### CARSAT (service social)

Les 1er et 3ème lundis du mois de 9h à 12h sur RDV au 3646

1er étage - bureau 2

#### MSA (service social)

Appeler le 05 59 80 98 99 du lundi au vendredi de 9h à 12h

#### CARSAT Permanenziak - Permanences CARSAT

les 1er et 3ème mercredis du mois sur RDV au 39 60

de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 - 1er étage - bureau 2

#### CAF Permanenziak - Permanences CAF

le mardi de 13h30 à 16h30 - 1er étage - bureau 2

RDV au 0810 25 64 10 ou sur la ligne directe de votre conseiller si vous êtes déjà inscrit - www.caf.fr

#### Justiziaren bateratzailea - Conciliateur de justice

le mercredi de 9h30 à 11h sur RDV au 05 59 93 50 60 ou à l'adresse :  
accueil.cms@mairie-cambolesbains.fr

#### Frantziako Elbarrituen elkarteak - Assoc. des Paralysés de France (A.P.F)

le jeudi de 14h à 17h - Infos : 06 03 85 43 20

Accueil et soutien des adhérents, organisation d'activités diverses.

#### France Alzheimer elkarteak - Association France Alzheimer :

le 3ème vendredi du mois de 9h à 12h30 - 1er étage - bureau 2

RDV au 05 47 92 19 05 ou fapa@fapa.64.com

Informers, unir et soutenir les familles accompagnant des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.

#### Saint Vincent de Paul lagunartea - Société Saint Vincent de Paul :

les 2ème et 4ème lundis du mois de 10h à 12h

#### Emazte eta Familien Eskubideei buruzko Informazio Zentroa

#### Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (CDIFF)

1er vendredi du mois de 9h30 à 12h sur RDV au 06 37 95 78 22

1er étage - bureau 2

## EZPELETAKO HERRIKO ETXEAN

### A LA MAIRIE D'ESPELETTE

#### A.D.M.R Elkarteak - Aide à Domicile en Milieu Rural (A.D.M.R)

Gibelean ikusi - voir au dos

#### Justiziaren bateratzailea - Conciliateur de justice

Le lundi de 9h à 12h - sur RDV au 05 59 93 91 44

#### Abokatua (kontseilu librea) - Avocat (conseil gratuit)

le 3ème vendredi du mois de 14h à 16h - RDV au 05 59 93 91 44

# ADINEKOAREN GIDA GUIDE DU SÉNIOR



Itsasuko Gizarte Ekintzako  
Udal Zentroa (GEUZ)  
Centre Communal d'Action  
Sociale d'Ixassou (CCAS)



## Laguntza sozialeko txostenak

### Dossiers d'aide sociale légale

Le C.C.A.S participe à l'instruction de différents dossiers :

- Carte Mobilité Inclusion
- Allocation Adulte Handicapé
- Prestation de Compensation du Handicap
- Aide sociale à l'hébergement
- Aide sociale à domicile
- Allocation Personnalisée à l'Autonomie

## Etxe laguntza, apairua etxerat

### Aide-ménagère, portage de repas à domicile

L'antenne de l'association A.D.M.R (Aide à Domicile en Milieu Rural) basée à Espelette propose un service d'aide ménagère ainsi qu'un service de portage de repas à domicile.

Permanences tous les matins de 8h45 à 12h45 (Mairie d'ESPELETTE) - Tél : 05 59 15 73 10 - Portage de repas : 06 79 11 46 29  
mondarrain@admr64.org

### Adinetakoen bazkaria - Repas des aînés

Depuis de nombreuses années, le C.C.A.S offre un banquet à toutes les personnes âgées de 65 ans et plus. Les inscriptions sont reçues au secrétariat de la Mairie ou auprès de l'association « Idekia » (la date est définie chaque année).

### Eguberriko saskiak - Colis de Noël

Chaque année à l'occasion des fêtes de Noël, les élu.e.s de la commune et les membres du CCAS rendent visite aux administrés âgés de plus de 80 ans ainsi qu'aux personnes hospitalisées ou placées en établissements pour leur remettre un colis gourmand et passer un moment convivial.

### Ekingta desberdinak - Manifestations diverses

Ateliers de prévention des chutes, stages de sensibilisation à la sécurité routière, soirées-débats, conférences... Les personnes intéressées peuvent se faire connaître auprès du C.C.A.S. Toutes les suggestions seront étudiées.

## GEUZko elkartasun garraioa

### Transport solidaire du CCAS

Le CCAS d'Ixassou propose à tout Itsasuar un service gratuit de transport solidaire. Des conducteurs bénévoles se rendent à votre domicile pour vous conduire à Ixassou, Espelette ou Cambo-les-Bains.

Conditions : remplir une fiche d'inscription et réserver son transport par téléphone au 05 59 29 75 36 (mairie) la veille du déplacement.

## Herriko osagarri asurantz Mutuelle communale

Accès à une complémentaire santé à des tarifs négociés.

Service conseil et souscription au 05 64 10 00 48

## Itsasuko Herriko liburutegia

### Bibliothèque municipale d'Ixassou

Ouverture le mardi de 14h30 à 18h00 et le mercredi de 9h à 11h45 et de 14h à 16h30.

Cotisation annuelle : 8€ par foyer

### Kanacula plana - Plan canicule

Le CCAS tient à jour un registre nominatif destiné à inscrire les personnes âgées et les personnes en situation de handicap qui en font la demande. En cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence, le CCAS assurera une veille et apportera conseils et assistance aux personnes inscrites. Renseignements au CCAS 05 59 29 75 36.

### Idekia elkarte - Association Idekia

Club des aînés ruraux d'Ixassou : gym, danse, marche, jeux de cartes, pétanque, voyage annuel, sorties, lotos, repas - 06 79 48 11 68

### Téléassistance - Zaintza erabilgailua

Accessible à tous, la téléassistance est un geste simple pour un secours immédiat. En cas de chute, malaise ou tout autre accident, une personne à l'écoute pourra faire intervenir un proche ou les services de secours, rapidement et efficacement, de jour comme de nuit.

#### 2 prestataires au choix :

- **Présence Verte** : 05 24 89 13 95 - Partenaire de l'organisme, le CCAS d'ITXASSOU finance les frais d'installation et, en fonction des ressources du foyer, participe aux coûts de l'abonnement mensuel (renseignements auprès du CCAS).
- **Le64Téléassistance** (Département 64) - Tel : 05 54 12 06 64.

### Departamenduko « Ogénie » plataforma

#### Plateforme « Ogénie » du département 64

Parce que le lien social est important à chaque étape de la vie, retrouvez sur un seul site internet les initiatives destinées aux seniors à proximité de chez vous. Rendez-vous sur Ogenie.fr

### Interneten autonomo izaitea

#### Devenir autonome sur internet

Une conseillère numérique vous accompagne pour devenir autonome sur internet (découvrir et prendre en main les outils numériques, réaliser vos démarches en ligne, communiquer avec vos proches).

SDSEI de Cambo-les-Bains (Centre multiservices) : 05 59 93 50 50

### Kanboko baliabide zentroa gerontologia arloan

#### Centre de Ressources en matière de gérontologie de Cambo-les-Bains

Différents ateliers pour les personnes âgées résidant à domicile et leurs aidants dans les locaux de l'EHPAD Arditaya-Vieil Assantza de Cambo-les-Bains (47 av. d'Espagne). Tél : 05 59 29 39 70  
cressources.contact.arditeya@gmail.com

## Interes Orokorreko Egitaraia : « Habiter mieux »

### Programme d'Intérêt Général : « Habiter mieux »

Un guichet unique énergétique a été mis en place par la Communauté d'Agglomération Pays Basque pour conseiller et accompagner les habitants sur leurs projets de rénovation ou leurs factures d'énergie. Plateforme Info Energie Pays Basque (SOLIHA Bayonne)  
05 59 46 31 60 / www.habitatpaysbasque.com  
www.france-renov.gouv.fr (estimer mes aides)

### « Maillages » elkarte -

#### Association « Maillages »

Cohabitation intergénérationnelle et solidaire, dispositifs de répit aux aidants familiaux.

07 69 15 33 81 - associationmaillages@gmail.com

### Allô Tratu txarrak ALMA 64

#### Allô Maltraitance ALMA 64

Maltraitance des personnes âgées et des adultes handicapés. Centre d'écoute : 05 59 02 47 84 (le mardi de 9h à 12h). En dehors de ces horaires, composer le 3977 (du lundi au vendredi 9h / 19h).  
« Le courage de voir, le choix d'en parler ».

### Alliance Elkarte - Association Alliance

Accompagnement des personnes en fin de vie ou en deuil.

Bayonne : 05 59 46 15 15 (1er samedi et 3ème jeudi du mois de 14h à 16h) - Saint-Jean-de-Luz : 06 44 79 20 13 (1er jeudi du mois de 14h30 à 16h30).

ITSASUKO L.S.H.Z zuen zerbitzuko : asteleh, asteart, asteazk, ostirala, 8:30etatik 12ak arte eta 13:30etatik 16:30ak arte (16etan ostirala), osteguna, 8:30etatik 12ak arte, larunbata, 8:30etatik 11:45ak arte

Le C.C.A.S d'ITXASSOU à votre écoute : lundi, mardi, mercredi, de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30, jeudi de 8h30 à 12h, vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h, samedi de 8h30 à 11h45

Herriko Etxea / Mairie

409 Karrika nagusia - 409 Rue Principale  
64250 ITSASU - ITXASSOU

Tél : 05 59 29 75 36 - population@itxassou.fr  
www.itxassou.fr

Maialen Ospital permanenzia (GEUZko lehendakariordea) asteazkenetan 9etatik 10ak arte  
Permanence de Maialen Ospital (Vice-Pdte du CCAS)