

# Osagarria eta zerbitzuak - La santé et les services

## ITSASUN, A ITXASSOU

### Medikuak - Médecins généralistes

Dr Denise MACHICOTE-POEYDESSUS - Rés.Irunberri - 05 59 29 28 18  
Dr Alexandre CLAUDE - Ordokiko bidea - 05 59 29 74 80  
Médecin de garde / SAMU : 15

### Etxeko erizainak - Infirmières à domicile

Ordokiko bidea - 06 87 39 76 50

### Dentistak - 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

Thierry LARRONDE : 06 75 67 52 60

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

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

Gibelean ikusi - voir au dos

### Farmazia - Pharmacie

GEREZIAK - Ordokiko bidea - 05 59 29 91 43 - Pharmacie garde : 17

### Ergoterapeutak - Ergothérapeutes

Maider BERROUET - Marie OSTROWIECKI : Ordokiko bidea 07 89 23 25 46

### Eskusendagileak - Masseur-Kinésithérapeutes

Ilona DURAND - Hervé BONETBELCHE - Olivier DUPUY  
Ordokiko bidea - 05 59 29 27 72

### Ortofonistak - Orthophonistes

Claire HEVELINE - Joana ITCAINA - Eztitxu OILLARBURU  
Ordokiko bidea - 05 59 93 86 77

### Dietalari - Diététicienne Nutritionniste

Elsa BORDES : Ordokiko bidea - 05 64 11 54 22

### Oin-Artatzaile - Pédicure-podologue

Julie CAZERES - Ordokiko bidea - 05 59 03 54 78

### Ideki Bidea artagela : Cabinet Ideki Bidea

Ordokiko bidea - 06 30 17 28 39

### Chantal ONDICOL - Erreflexutzaila / Réflexologue

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

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

Carole BARET - Ordokiko bidea - 07 66 88 24 58

### Terapeuta - Thérapeute

Magalie DANNELY - 951 Errobiko errebidea - 07 67 50 55 12

Izpirituzko erregresioaren terapia - Thérapie de la régression  
spirituelle - Bernadeta HODKOVA - Atekgaitzeko errebidea -  
0668898266

## 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  
Informer, 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.

### Ekingtza 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'Itsassou propose à tout Itsasuar un service gratuit de transport solidaire. Des conducteurs bénévoles se rendent à votre domicile pour vous conduire à Itsassou, 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'Itsassou

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

Cotisation annuelle : 8€ par foyer

### Kanicula 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'Itsassou : 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 Arditeya-Vieil Assantza de Cambo-les-Bains (47 av. d'Espagne). Tél : 05 59 29 39 70  
cressources.contact.arditeya@gmail.com

## Interes Orokorreko Egitaraua : « Bien chez soi »

### Programme d'Intérêt Général : « Bien chez soi »

Ce programme du département 64 s'adresse aux propriétaires occupants et bailleurs qui souhaitent améliorer leur logement ou développer une offre locative privée conventionnée au travers d'aides financières très favorables accordées sous conditions de ressources ou de loyer (adaptation du logement à une perte d'autonomie, amélioration de la performance énergétique, traitement de l'habitat dégradé et indigne).

Permanences téléphoniques les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 9h à 12 au 05 59 11 41 50

### « 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 : astelehenetik ostiralera, 8:30etatik 12ak arte eta 13:30etatik 16:30ak arte (16etan ostirala) ; larunbata, 8:30etatik 11:45ak arte

Le C.C.A.S d'ITXASSOU à votre écoute : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30 (16h le vendredi), le 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) les mercredis de 9h à 10h