

## BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

Venez découvrir notre bibliothèque récemment rénovée, un lieu accueillant où lectures et rencontres vous attendent. Notre équipe est à votre disposition pour vous guider et vous conseiller.

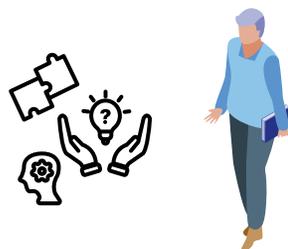
Horaires d'accueil :

En semaine : 15h-18h (lundi, mardi, jeudi, vendredi)

Mercredi : 10h-12h et 14h-18h

Samedi : 10h-12h

Tél : 02 35 54 62 95 Email : [bibliotheque@octevillesurmer.fr](mailto:bibliotheque@octevillesurmer.fr)



## ASSOCIATIONS OCTEVILLAISES

Octeville-sur-Mer bénéficie d'un tissu associatif riche et varié qui contribue au bien-être et à l'épanouissement de tous.

Sports, culture, loisirs créatifs ou activités de bien-être : découvrez l'activité qui vous correspond.

Retrouvez la liste complète de nos associations :

- Sur le site internet de la commune : [octevillesurmer.fr](http://octevillesurmer.fr)
- À l'accueil de la mairie



## NUMÉRIQUE

La Communauté Urbaine propose des ateliers numériques adaptés à tous les niveaux pour vous familiariser avec les outils digitaux. En petit groupe, apprenez à maîtriser votre ordinateur, smartphone ou tablette dans une ambiance conviviale.

Au programme : initiation aux bases, messagerie, navigation internet sécurisée, achats en ligne et protection contre les arnaques numériques.

Sur rendez-vous :  
Salle Saint Henri de Criquebot  
l'Esneval  
Maison du territoire à St  
Romain de Colbosc  
Inscription obligatoire :  
**06 75 84 48 20**

## CONTACTS ET NUMÉROS UTILES

**Christine DONNET**

Adjointe aux aînés, au handicap et à la santé  
Disponible sur rendez-vous :

- En mairie
- Par téléphone
- À votre domicile

Tél : 02 35 54 62 80

[MAIRIE@OCTEVILLESURMER.FR](mailto:MAIRIE@OCTEVILLESURMER.FR)

**Centre Communal  
d'Action Sociale (CCAS)**

d'Octeville-sur-mer  
en cas de difficulté  
financière

Mairie d'Octeville-sur-mer

Tél : 02 35 54 62 80

**EN CAS D'URGENCE**

**SAMU : 15**  
**POMPIERS : 18**  
**POLICE MUNICIPALE :  
07.89.73.21.91**  
**MÉDECINS DE GARDE  
: 116 117**

# LE GUIDE DES SÉNIORS ET DES AIDANTS

ORIENTATION | PRÉVENTION | LOISIRS



Ce guide recense l'ensemble des services et initiatives destinés à nos seniors, avec un objectif clair : permettre à chacun de bien vieillir à Octeville-sur-Mer. Que ce soit pour se déplacer, accéder aux services et commerces, pratiquer des activités ou maintenir le lien social, notre commune s'engage à vos côtés pour faire d'Octeville-sur-Mer une ville où il fait bon vivre à tout âge.

## ACCOMPAGNEMENT ET SERVICES

### LE CLIC : VOTRE PREMIER INTERLOCUTEUR

En partenariat avec la mairie, le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) accompagne les personnes de plus de 60 ans et leur entourage pour toutes les questions liées au vieillissement et à l'autonomie.

Une équipe de professionnels vous accueille pour :

- Évaluer vos besoins
- Vous informer sur vos droits
- Vous orienter vers les services adaptés

Deux lieux d'accueil sur rendez-vous :

- Le Havre : 02 35 19 67 40
- Montivilliers : 02 35 30 96 42

+ Si vous ne pouvez pas vous déplacer, une coordinatrice peut venir à votre domicile pour évaluer vos besoins et mettre en place les services adaptés.

Des guides pratiques sont disponibles en mairie et téléchargeables sur le site internet de la mairie sur tous les aspects de la vie quotidienne. Des réunions d'information sont régulièrement organisées dans notre commune pour les plus de 60 ans.

### PERMANENCES AVEC ET ADEO

Chaque mois, les associations AVEC et ADEO vous accueillent en mairie pour vous informer sur leurs services d'accompagnement personnalisé. Ces permanences gratuites vous permettent de découvrir toutes les solutions pour améliorer votre qualité de vie à domicile : aide à la personne, soutien aux aidants et accompagnement spécialisé.

Permanence mensuelle  
de 10h à 12h  
dans le bureau du rez-de-chaussée de la mairie

Un rappel est publié chaque mois sur l'application **PanneauPocket** et le **panneau lumineux** pour vous informer de la date exacte.

UN AGENT D'ACCUEIL EN MAIRIE  
EST À VOTRE DISPOSITION POUR  
VOUS AIDER À INSTALLER  
GRATUITEMENT L'APPLICATION.

## MAISON FRANCE SERVICES À MONTIVILLIERS

La Maison France Services simplifie vos démarches administratives et vous propose un accompagnement personnalisé : des permanences régulières de spécialistes, un accompagnement pour tous vos dossiers, des rendez-vous avec un conciliateur de justice, une aide pour remplir vos documents des finances publiques, un soutien dans toutes vos démarches administratives et numériques, ainsi qu'une assistance pour l'utilisation des outils numériques.

**Cours Saint Philibert à Montivilliers**  
**Uniquement Sur RDV au 02 35 30 96 42**



➕ Retrouvez en un même lieu tous les partenaires essentiels : aide à domicile, France Alzheimer, droits des femmes, aide aux victimes, services de tutelle, logement et insertion professionnelle.

## LE DISPOSITIF SHERPA : VOTRE HABITAT ADAPTÉ

Le dispositif SHERPA vous **accompagne gratuitement dans l'aménagement de votre logement** pour plus de confort et de sécurité, que vous soyez locataire ou propriétaire. Une équipe d'experts, dont un ergothérapeute, se déplace à votre domicile pour un diagnostic complet gratuit et une étude financière personnalisée de vos besoins.

La Maison DAHLIA, véritable lieu de démonstration, vous ouvre ses portes pour découvrir un habitat adapté et sécurisé. Vous y trouverez des solutions concrètes et facilement transposables chez vous : cuisine ergonomique, salle de bain sécurisée, monte-escalier et éclairages adaptés

**Maison DAHLIA**  
70, avenue Paul Verlaine - Le Havre  
**Sur rendez-vous, du lundi au vendredi**  
☎ 02 35 44 97 28



## CENTRE MEDICO SOCIAL DE MONTIVILLIERS



Il est situé **26, avenue Victor Hugo à Montivilliers** et dispose de différents services sociaux dont un pôle dédié spécifiquement aux personnes âgées et aux personnes handicapées.

En cas de besoin, vous pouvez les contacter par téléphone au **02 32 72 50 60** pour obtenir des renseignements ou un rendez-vous personnalisé avec une assistante sociale.

## PRÉVENTION

### PLAN CANICULE ET GRAND FROID



La mairie d'Octeville-sur-Mer a mis en place un dispositif de prévention pour protéger les personnes vulnérables lors des épisodes climatiques extrêmes. Un registre communal confidentiel permet d'assurer un **suivi personnalisé en cas d'alerte météorologique**.

#### Qui est concerné ?

Ce dispositif gratuit s'adresse aux personnes isolées vivant à domicile : **Seniors de 65 ans et plus, personnes de plus de 60 ans inaptes au travail, et adultes en situation de handicap.**

#### Comment s'inscrire ?

Un formulaire est disponible en mairie et sur notre site internet et doit être retourné par mail ou courrier à la mairie.

En cas d'alerte météorologique déclenchée par la préfecture, les personnes inscrites seront **contactées par nos services** ou les autorités sanitaires pour s'assurer de leur bien-être et leur apporter l'aide nécessaire.

Vos données restent confidentielles et vous disposez d'un droit d'accès et de modification des informations fournies.

## ACTIVITÉS

### UNIS-CITÉ : DES JEUNES À VOTRE SERVICE

L'association Unis-Cité met à votre disposition deux **jeunes volontaires en service civique** pour vous accompagner dans votre quotidien et créer des moments de partage intergénérationnels.

Contactez la coordinatrice au  
**07.62.50.67.62**

Un premier entretien permettra de définir ensemble vos attentes en présence de Mme DONNET

Ces accompagnements gratuits s'adaptent à vos besoins : Aide au numérique, sorties culturelles, promenades, courses, lecture, jeux ou transport en commun. Nos jeunes volontaires sont là pour faciliter votre quotidien et partager des moments conviviaux

### CLUB DES AÎNÉS

Rejoignez-nous à la **salle André de Saint-Nicolas** pour des après-midis de détente et de convivialité. Nos joueurs vous accueillent chaleureusement pour partager leur passion du jeu.

Aucune inscription préalable n'est nécessaire, venez simplement vous joindre à nous pour découvrir ces activités dans une ambiance amicale et détendue.



**TAROT :**  
**LUNDI ET**  
**VENDREDI**  
**14H-18H**

**SCRABBLE :**  
**JEUDI**  
**14H-17H**

**N'HÉSITEZ PAS À CONTACTER**  
**CHRISTINE DONNET AU 02 35 54 62 80**