



AIDE À LA
PERSONNE



TRANSPORT
SUR DEMANDE



TRAVAUX
MÉNAGERS



PETIT
BRICOLAGE



PORTAGE
REPAS



PETIT
JARDINAGE

BESOIN D'AIDE

pour bien vivre

À DOMICILE ?



SERVICE D'AIDE *à la personne*

Entretien courant des pièces à vivre /
réfection du lit / aide aux courses /
préparation des repas et aide à la
prise de repas / vérification des
dates de péremption / entretien du
linge et repassage / surveillance de
l'état général de santé / assistance
administrative / maintien du lien social
et accompagnement à l'extérieur /
aide aux transferts / aide à la toilette
partielle / surveillance de la prise du
traitement.

Public : Personnes âgées,
handicapées et/ou fragiles
dans les gestes de la vie quotidienne.



travaux MÉNAGERS

Sols / appareils ménagers / meubles
(dépoussiérage) / vitres accessibles /
rangement des espaces à vivre (chambre,
séjour, salle à manger) ou utilitaires
(cuisine, salle de bain, toilettes, couloirs,
escaliers) / vaisselle / entretien des
poubelles / entretien du linge : lavage en
machine / étendage / repassage.

Sur demande : Nettoyage terrasses
et balcons / arrosage des plantes
d'intérieur et de balcon.

Services ponctuels : Shampoingage
des moquettes et parquets / cirage de
meubles.

Tout public



Groupement pour une Entraide
Sociale Territoriale En Savès

GESTES GCSMS

15, place des Cordeliers 32130 Samatan



05 62 07 82 73 - 06 77 97 41 51

gestes.accueil@orange.fr



PORTAGE REPAS à domicile

Ce service est assuré par le centre hospitalier intercommunal Lombez-Samatan.

Tous les jours sauf dimanche et jours fériés.

Service permanent ou occasionnel (exemple : suite à une hospitalisation)

Orientation de la demande assurée par GESTES.

Public : Personnes de plus de 60 ans, handicapées. Personnes présentant un état de santé ou une perte d'autonomie nécessitant le portage de repas.



TRANSPORT à la demande

Arrivée sur le marché vers 9h30 et départ vers 12h / local et service de consigne disponibles gratuitement pour les usagers.

Tout public



petits travaux de **JARDINAGE**

Nettoyer une terrasse (haute pression), une véranda / rentrer et ranger du bois de chauffage / Rentrer les pots et jardinières de fleurs à l'arrivée de l'hiver, les sortir au printemps / Ramasser les feuilles mortes / Tondre la pelouse / Tailler de petites haies (maximum 1m50) / Effectuer de petits travaux de jardinage / Déneiger, déverglacer les abords du domicile (allée, trottoir).

Tout public



petits travaux de **BRICOLAGE**

Changer des joints de robinet, déboucher un évier / changer les tuyaux d'alimentation d'une gazinière / changer une bouteille de gaz ordinaire / changer un flexible de douche / déboucher un lavabo, une baignoire / nettoyer un syphon / changer un abattant de WC / Fixer une barre de maintien dans une douche, un WC / monter ou démonter un meuble (petit meuble) / Déposer, reposer des rideaux.

Tout public



ATELIERS

Lundi & Mercredi : «Pause lez'art» atelier d'expression artistique...

Vendredi : Atelier «Beth temps A» d'échange de savoir, d'expérience / Travail de la mémoire.

Tout public

Communes desservies par les services de Gestes : SAINT-ANDRÉ, BÉZÉRIL, POLASTRON, SAINT-SOULAN, MONTAMAT, SAMATAN, NOILHAN, CAZAUX-SAVÈS, POMPIAC, SEYSSÈS-SAVÈS, NIZAS, MONBLANC, PÉBÈES, SAVIGNAC-MONA

Du Premier **CONTACT** au Premier **SERVICE**



QUI DEMANDE ?

USAGER _____ →
FAMILLE _____ →
MÉDECIN _____ →
STRUCTURE MÉDICO-SOCIALE _____ →



Premier **CONTACT**

GESTES est un groupement pour une entraide solidaire souhaitée par des Communes du Savès. Cet établissement de droit public propose, grâce à un personnel qualifié, les services utiles au bien-vivre à domicile.

Les tarifs et les modalités de prise en charge vous seront communiqués sur simple demande.