



Contacts utiles en période de crise sanitaire – Seniors

SOMMAIRE

Les numéros utiles	2
o Numéro ville de Paris.....	2
o En cas de questions sur le COVID-19 ou de symptômes.....	2
o Centre d'action sociale de la ville de Paris.....	3
o Maisons des aînés et des aidants – coordination gérontologique	4
Pour répondre aux besoins des seniors parisiens.....	5
o Repas sur place ou à emporter et port de repas à domicile	5
o Aides de soutien à domicile	5
o Livraison de courses ou médicaments à domicile	6
o Pour se rendre à un rendez-vous médical ou administratif.....	6
o Soutien psychologique	7
o Pour développer les solidarités de proximité	8
Pour lutter contre l'isolement des seniors parisiens.....	9
o Appels de convivialité.....	9
o Pour se divertir à domicile.....	9
o Pour faire de l'activité physique à domicile	11
o Pour se promener à l'extérieur (dans le respect des consignes sanitaires).....	12
Pour répondre aux besoins des proches aidants	13
o Lignes d'écoute et d'accompagnement à destination des proches aidants	13
o Plateformes d'accompagnement et de répit	13
o Activités culturelles et de loisirs aidants / aidés	14
Ressources associatives sur le territoire	15
o 13ème arrondissement	15
o 18ème arrondissement.....	15
o 19ème arrondissement.....	15
o 20ème arrondissement.....	16



Les numéros utiles

o Numéro ville de Paris

Qui	Pour quoi	Contact
Ville de Paris	<p>Numéro d'information et d'orientation de la ville de Paris pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Signaler une personne isolée ayant besoin d'aide - Signaler, en tant que professionnels de santé, une situation particulière - S'informer de manière générale sur la situation actuelle - Toute autres questions ou démarches sur les services de la ville <p><i>A destination des professionnels et des particuliers.</i></p>	<p>3975 de 8h30 à 18h</p>
Ville de Paris (inscription sur le fichier REFLEX : registre de vigilance)	<p>REFLEX (le registre de vigilance) permet de bénéficier d'un contact et d'éventuelles aides en cas d'évènements exceptionnels</p> <p>Inscription au 39 75 ou sur paris.fr, (rubrique « Service en ligne _ Aides _ Registre de vigilance pour les personnes vulnérables »)</p>	<p>3975 https://teleservices.paris.fr/form-espacepublic/jsp/site/Portal.jsp?page=form&id_form=308</p>

o En cas de questions sur le COVID-19 ou de symptômes

Qui/Quoi	Pour quoi	Contact
Numéro vert national	Répond aux questions sur le COVID-19 (n'est pas habilité à dispenser des conseils médicaux)	0 800 130 000
Numéro du médecin traitant	A contacter par téléphone en cas de symptômes (toux, fièvre). <u>Ne pas se rendre directement au cabinet médical</u> pour éviter toute propagation du virus.	
SAMU	A appeler si les symptômes s'aggravent (difficultés respiratoires, signes d'étouffement)	15
Dépistage du Covid-19	Pour se faire dépister gratuitement, une liste des lieux de dépistage est disponible sur le site de la Ville ou par téléphone	<p>3975 https://www.paris.fr/pages/covid-19-faites-vous-depister-gratuitement-pres-de-chez-vous-8200</p>



o **Centre d'action sociale de la ville de Paris**

Les centres d'action sociale de la Ville de Paris sont ouverts au public de 8h30 à 17h. Les usagers sont cependant fortement encouragés à privilégier les démarches à distance (courrier, messagerie) et à ne se rendre dans les services qu'en cas de réelle nécessité. Par ailleurs, des modalités particulières de réception sont mises en place. Le port du masque est obligatoire. Des mesures de régulation des flux sont prévues, et les temps d'attente sont susceptibles d'être allongés.

Qui	Territoires d'intervention	Numéro standard
CASVP Centre	Compétent pour les 1 ^{er} , 2 ^e , 3 ^e , 4 ^e arrondissements	01 44 54 76 50
CASVP du 5^{ème} arrondissement	Compétent pour le 5 ^{ème} arrondissement	01 56 81 73 56
CASVP du 6^{ème} arrondissement	Compétent pour le 6 ^{ème} arrondissement	01 40 46 75 55
CASVP du 7^{ème} arrondissement	Compétent pour le 7 ^{ème} arrondissement	01 53 58 77 16
CASVP du 8^{ème} arrondissement	Compétent pour le 8 ^{ème} arrondissement	01 44 90 76 00
CASVP du 9^{ème} arrondissement	Compétent pour le 9 ^{ème} arrondissement	01 71 37 73 00
CASVP du 10^{ème} arrondissement	Compétent pour le 10 ^{ème} arrondissement	01 53 19 26 26
CASVP du 11^{ème} arrondissement	Compétent pour le 11 ^{ème} arrondissement	01 53 36 51 00
CASVP du 12^{ème} arrondissement	Compétent pour le 12 ^{ème} arrondissement	01 44 68 62 00
CASVP du 13^{ème} arrondissement	Compétent pour le 13 ^{ème} arrondissement	01 44 08 12 70
CASVP du 14^{ème} arrondissement	Compétent pour le 14 ^{ème} arrondissement	01 53 90 32 00
CASVP du 15^{ème} arrondissement	Compétent pour le 15 ^{ème} arrondissement	01 56 56 23 15
CASVP du 16^{ème} arrondissement	Compétent pour le 16 ^{ème} arrondissement	01 40 72 19 06
CASVP du 17^{ème} arrondissement	Compétent pour le 17 ^{ème} arrondissement	01 44 69 19 50
CASVP du 18^{ème} arrondissement	Compétent pour le 18 ^{ème} arrondissement	01 53 09 10 10
CASVP du 19^{ème} arrondissement	Compétent pour le 19 ^{ème} arrondissement	01 40 40 82 00
CASVP du 20^{ème} arrondissement	Compétent pour le 20 ^{ème} arrondissement	01 40 31 35 00



o **Maisons des aînés et des aidants – coordination gérontologique**

Les Maisons des aînés et des aidants vous proposent un accompagnement et des conseils dans tous les domaines de la vie quotidienne (prestations, droits, maintien à domicile, accès aux soins, soutien aux aidants) : accueil téléphonique de 9h à 17h30.

Qui	Territoires d'intervention	Numéro standard
M2A Centre	1 ^{er} , 2 ^{ème} , 3 ^{ème} , 4 ^{ème} , 5 ^{ème} et 6 ^{ème} arrondissements	01 44 07 13 35 contact.centre@m2a.paris
M2A Est	11 ^{ème} , 12 ^{ème} et 20 ^{ème} arrondissements	01 58 70 09 10 contact.est@m2a.paris
M2A Sud	13 ^{ème} et 14 ^{ème} arrondissements	01 45 88 21 09 contact.sud@m2a.paris
M2A Ouest	7 ^{ème} , 15 ^{ème} et 16 ^{ème} arrondissements	01 44 19 61 60 contact.ouest@m2a.paris
M2A Nord-Ouest	8 ^{ème} , 17 ^{ème} et 18 ^{ème} arrondissements	01 53 11 18 18 contact.nordouest@m2a.paris
M2A Nord-Est	9 ^{ème} , 10 ^{ème} et 19 ^{ème} arrondissements	01 40 40 27 80 contact.nordest@m2a.paris



Pour répondre aux besoins des seniors parisiens

o Repas sur place ou à emporter et port de repas à domicile

Dispositif	Modalités	Contact
Restaurants Emeraude du CASVP	Les restaurants Emeraude sont ouverts de 11h15 à 13h15. La liste des restaurants est accessible sur le site de la Ville	https://www.paris.fr/equipements/restaurants-emeraude/tous-les-horaires
Portage des repas CASVP	Se rendre sur le site internet de la Ville ou contacter le CASVP d'arrondissement	Auprès des CASVP d'arrondissements https://www.paris.fr/pages/aides-financieres-et-prestations-140#port-de-repas-a-domicile-pour-les-personnes-agees

o Aides de soutien à domicile

Dispositif	Quoi	Contact
APA - Allocation personnalisée d'autonomie	Demande d'allocation personnalisée d'autonomie pour les personnes en perte d'autonomie sur paris.fr ou via le CASVP ou les M2A.	https://apa.paris.fr/portailAPA/
Comparateur de service d'aide à domicile	Comparateur officiel des offres proposées par les services d'aide à domicile	https://monaideadomicile.paris.fr/monaideadomicile/
CASVP - « Paris Domicile»	Soins et aides dans les gestions de la vie quotidienne	Auprès des CASVP d'arrondissements https://www.paris.fr/pages/aides-financieres-et-prestations-140#paris-domicile-le-service-d-aide-a-domicile-du-casvp
CASVP	Pédicurie à domicile pour les personnes âgées	Auprès des CASVP d'arrondissements https://www.paris.fr/pages/aides-financieres-et-prestations-140#pedicurie-a-domicile-pour-les-personnes-agees
CASVP	Téléalarme pour les personnes âgées	Auprès des CASVP d'arrondissements https://www.paris.fr/pages/aides-financieres-et-prestations-140#telealarme-pour-les-personnes-agees
CASVP	Allocation Familiale pour le Maintien à Domicile d'un Parent Agé (pour les aidants)	Auprès des CASVP d'arrondissements https://www.paris.fr/pages/aides-financieres-et-prestations-140#allocation-familiale-pour-le-maintien-a-domicile-d-un-parent-age



o **Livraison de courses ou médicaments à domicile**

A noter : Des moyennes surfaces parisiennes proposent des livraisons à domicile. La ville de Paris met à disposition une carte interactive des magasins mobilisés pour livrer à domicile (produits de première nécessité, médicaments ...): <https://www.paris.fr/pages/livraison-alimentaire-a-domicile-les-commerçants-parisiens-mobilises-7685>

Qui	Modalités	Contact
Croix rouge	Commande et Livraison de produits de première nécessité (denrées alimentaires, produit d'hygiène et médicaments sur ordonnance)	09.70.28.30.00
Mamie-Boom	Portage de courses (alimentaires ou médicaments). S'inscrire sur le site internet	https://mamie-boom.com/
La Poste	Service payant Livraison de médicaments à domicile	0 800 000 011 https://www.laposte.fr/veiller-sur-mes-parents/services-seniors
Allo Louis	Service payant Mise en relation avec un étudiant de confiance pour la réalisation de petites tâches : livraison de courses, aller chercher des médicaments, ...	01 88 24 80 00 Du lundi au samedi – 9h à 19h https://allolouis.com/
Lulu dans ma rue	Service payant Mise en relation pour de petites tâches quotidiennes, dont livraison de courses	https://www.luludansmarue.org/ ou l'application mobile

o **Pour se rendre à un rendez-vous médical ou administratif**

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Paris en compagnie	Accompagnement pour rendez-vous médicaux ou administratifs	Inscription par téléphone du lundi au samedi de 14h à 19h.	01.85.74.75.76
Allo Louis	Service payant Mise en relation avec un étudiant de confiance pour la réalisation de petites tâches : accompagnement chez le médecin, dépôts de courriers, ...	Du lundi au samedi – 9h à 19h	01 88 24 80 00 https://allolouis.com/



o **Soutien psychologique**

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Croix-Rouge	Ecoute, soutien psychologique, informations sur la situation pour les personnes en situation d'isolement social	Disponible 7 jours sur 7 de 8H à 20H	09.70.28.30.00
Numéro vert national	Demandes de soutien psychologique pour le grand public		0.800.130.000
L'EPOC	Rendez-vous par téléphone avec un psychologue	Appeler le secrétariat pour tout renseignement	06.84.23.52.89
Centre régional psychotraumatisme Paris Nord (AP-HP)	Évaluation des demandes et orientation, consultations présentes ou en visioconférence réalisées par des psychologues et psychiatres pour toute situation de traumatisme, liée ou non à la Covid	Lundi au vendredi de 10h00 à 17h00	01 48 95 59 40 psychotrauma.avicenne@aphp.fr
Centre régional psychotraumatisme Paris Centre et Sud (AP-HP)	Évaluation des demandes et orientation, consultations présentes ou en visioconférence réalisées par des psychologues et psychiatres pour toute situation de traumatisme, liée ou non à la Covid	Lundi au vendredi de 9h30 à 18h00	01 42 34 78 78 crp.htd@aphp.fr Psycho.centreappel.htd@aphp.fr
SOS amitié Paris IDF	Ligne d'écoute pour les personnes ressentant de la solitude ou de l'angoisse	24h/24 et 7j/7	01 42 96 26 26 www.sosamitieidf.asso.fr
SOS Crise	Dispositif mis en place dans le Samu Social International de soutien psychologique	7jours/7 de 9h à 21h	0 800 19 00 00
CPS PARIS - Centre Prévention du Suicide Paris	Soutien pour les personnes en souffrance psychologique par téléphone ou en présentiel sur rendez-vous	Lundi au vendredi de 10h à 18h et le samedi de 10h à 15h	01 42 78 19 87
Fédération Vivre son deuil	Accueil, écoute, accompagnement et orientation des personnes endeuillées	Tous les jours	06 15 14 28 31 fede.vivresondeuil@gmail.com
Association Empreintes	Ecoute, soutien et accompagnement des personnes endeuillées	lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30, le mardi de 21h à 22h30	01 42 38 08 08 accompagnement@empreintesasso.com



o **Pour développer les solidarités de proximité**

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Voisins solidaires	L'association a développé un kit à télécharger sur leur site pour communiquer entre voisins sur les services qu'ils peuvent se rendre et les besoins dans l'immeuble	A imprimer et à accrocher dans le hall d'immeuble, l'ascenseur...	https://voisinsolidaires.fr/
Fabrique de la solidarité	Appels à volontaire pour prêter main forte aux associations mobilisées auprès des personnes vulnérables.	Inscription en ligne	https://framaforms.org/covid-19-vous-souhaitez-vous-mobiliser-aupres-des-acteurs-de-la-solidarite-1603978906
Réserve civique	Appel à mobilisation. Certaines missions se font depuis chez soi.	Accès via le site internet.	https://covid19.reserve-civique.gouv.fr/



Pour lutter contre l'isolement des seniors parisiens

o Appels de convivialité

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Paris en compagnie	Appels de convivialité aux seniors parisiens isolés	Inscription par téléphone du lundi au samedi de 14h à 19h.	01.85.74.75.76
Petits frères des pauvres	Solitud'écoute : Appel de convivialité pour les seniors isolés.	Accessible 7j/7 de 15h à 20h	0.800.47.47.88
Astrée	Accompagnement régulier par téléphone pour apporter un soutien moral dans la durée	Inscription sur le formulaire en ligne de l'association. Choisir l'antenne « Paris ». Par téléphone, laissez un message et vous serez recontacté.	01 45 83 95 00 http://www.astree.asso.fr/fr/nous-contacter-1
Les discussions solidaires	Appels téléphoniques réguliers à des personnes isolées par des bénévoles pour discuter.	Inscription par téléphone	06.62.82.82.03
Mamie-Boom	Appels de convivialité effectués gratuitement	S'inscrire sur le site internet	https://mamie-boom.com/

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Delta 7	Trame de stimulation cognitive par téléphone à destination des professionnels (psychologues, orthophonistes, assistants de soins en gérontologie...) pour les appels des seniors atteints de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées.	site internet de delta 7.	https://www.delta7.org/stimulation-telephone

o Pour se divertir à domicile

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Happy Visio	Conférences ludiques et conviviales en ligne (quizz ...) gratuites à destination des seniors	S'inscrire gratuitement en ligne avec le code d'accès « CF7500 »	happyvisio.com
Paris Musées	Dossiers et expositions en ligne autour des œuvres des musées parisiens	Accessible sur le site gratuitement	http://parismuseescollections.paris.fr/fr



Musée d'Orsay	13 podcasts à écouter autour d'œuvres du musée pour voyager en peinture	Accessible sur le site gratuitement	https://www.petitsmo.fr/pr-omenades-imaginaires
Musée du Louvre	Visites virtuelles des collections du Louvre	Accessible sur le site gratuitement	https://www.louvre.fr/visites-en-ligne
Château de Versailles	Visites virtuelles des collections du château	Accessible gratuitement	https://artsandculture.google.com/partner/palace-of-versailles
Ville de Paris	Idées d'activité à la maison		https://quefaire.paris.fr/
BnF	Gallica : Bibliothèque numérique gratuite de la bibliothèque nationale de France.	Accessible sur le site gratuitement	https://gallica.bnf.fr/accueil/fr/content/accueil-fr?mode=desktop
FNAC	500 livres à télécharger gratuitement	Accessible sur le site gratuitement	https://livre.fnac.com/n286016/Petit-prix-et-bons-plans-ebooks/Tous-les-Ebooks-gratuits
Delta 7	Programme « restez en forme » : ateliers audiovisuels à visée préventive dédiés aux personnes âgées notamment pour l'entretien de la mémoire, la motricité, la nutrition et la méditation	Accès libre sur le site de Delta 7. Choisir l'onglet « restez en forme »	www.canaldelta7.org
Delta 7	Campus des seniors connectés : tutoriels pour faciliter la pratique du numérique, des conseils de santé, un réseau social simplifié, et un espace dédié aux aidants qui soutiennent un proche fragilisé.	Accès libre. Cliquer sur le bouton « accès campus »	www.delta7.org
Ville de Saint Gervais	Ascension virtuelle du Mont-Blanc	Accessible gratuitement sur internet	https://www.saintgervais.com/activites-et-evenements/visites-virtuelles-360
Collège de France	Accessibilité à des enseignements dispensés au Collège de France	Accessible gratuitement sur internet	https://www.college-de-france.fr/site/savoirs/index.htm
Centre Pompidou	Dossiers, podcasts et expositions en ligne	Accessible gratuitement sur internet	https://www.centrepompidou.fr/
La Cinémathèque Française	Accès à une centaine de films gratuitement avec une programmation hebdomadaire	Accessible gratuitement sur internet	https://www.cinematheque.fr/



Philharmonie de Paris	Concert live proposé à certaines dates	Accessible gratuitement sur le site internet	https://live.philharmoniede.paris.fr/
Philharmonie de Paris	Concerts proposés à la demande	Accessible gratuitement après identification pour les abonnés aux Bibliothèques de la ville de Paris	https://pad.philharmoniedeparis.fr/home.aspx
Comédie-Française	Diffusion d'un spectacle tous les samedis soirs à 20h30	Sur le site de la Comédie-Française ou accessible sur Youtube	https://www.comedie-francaise.fr/
Fondation Monet	Visite virtuelle de la maison de Monet à Giverny	Accessible gratuitement sur internet	https://fondation-monet.com/visite-virtuelle/
La maison de la Poésie	La maison de la poésie met en ligne les spectacles et lectures autour de la poésie. A voir et à écouter	Voir : sur la chaine youtube Ecouter : sur le soundcloud	https://www.youtube.com/user/MaisondelaPoesie/videos https://soundcloud.com/maison-de-la-poesie
L'Histoire de Paris	Conférences sur l'histoire de Paris (ouvrage, exposition, colloque, conférence)	Accessible sur le site internet gratuitement	https://quefaire.paris.fr/104533/des-conferences-captivantes-sur-l-histoire-de-paris
Centre socioculturel Etincelles	Mise à disposition de cahiers de détente	Accessible gratuitement sur le site internet	http://www.etincelles20eme.org/
Paris Bibliothèques – Service Port'âge	Livres réservables en ligne (portage de livres ou à retirer à certaines heures spécifiques en bibliothèque) et accès aux ressources numériques.	Sur le site des bibliothèques de Paris	39 75 https://bibliotheques.paris.fr/accueil.aspx
CASVP	Activités à distance proposées par les animateurs des clubs séniors : gym, relaxation, dictées, chansons, ...	Accessible sur le site internet	https://padlet.com/clubseniorscasvp/restonsconnectes

o **Pour faire de l'activité physique à domicile**

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Happy Visio	Ateliers d'activités physiques en ligne gratuites à destination des seniors (voir la programmation)	S'inscrire gratuitement en ligne avec le code d'accès « CF7500 ».	happyvisio.com



Delta 7	Programme « restez en forme » : ateliers audiovisuels à visée préventive dédiés aux personnes âgées notamment pour l'entretien de la mémoire, la motricité, la nutrition et la méditation	Accès libre sur le site de Delta 7. Choisir l'onglet « restez en forme »	www.canaldelta7.org
Association Amunanti	Séances de Zumba en ligne adaptées aux seniors	Accessible sur internet	https://amunanti.com/

o **Pour se promener à l'extérieur (dans le respect des consignes sanitaires)**

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Paris en compagnie	Accompagnement pour des balades extérieures dans la limite de 1 km à proximité du domicile pendant 1H maximum et dans le respect des consignes sanitaires.	Inscription par téléphone du lundi au samedi de 14h à 19h.	01.85.74.75.76



Pour répondre aux besoins des proches aidants

o Lignes d'écoute et d'accompagnement à destination des proches aidants

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
Avec nos proches	Ligne d'écoute téléphonique pour les aidants	Tous les jours de 8H à 22H	01 84 72 94 72 https://www.avecnosproches.com/information-covid-19/
France Parkinson	écoute et soutien pour les aidants dont le proche est atteint d'une maladie de Parkinson		01 84 60 69 50
UNAFAM	soutien individuel aux aidants de proche atteint de troubles psychiques		Service écoute famille : 01 45 20 63 13 Assistante sociale pour l'Île-de-France : 01 53 06 11 43
Plateforme « psy Ile-De-France » Paris psychiatrie & neuroscience et l'APHP	Information, conseil et soutien aux personnes et familles touchées par des troubles psychiques en vue de faciliter leur accès aux soins.	Numéro vert disponible 7J/7 de 11H à 19H	01 4800 4800
Avec nos proches	Groupes d'échange par téléphone entre aidants	Gratuit, anonyme et accessible sur un simple coup de fil. Inscription et infos par téléphone ou email.	ateliers@avecnosproches.com 09.72.17.62.00

o Plateformes d'accompagnement et de répit

Qui	Territoires d'intervention	Contact
Plateforme d'accompagnement et de répit Paris Centre	1 ^{er} , 2 ^{ème} , 3 ^{ème} , 4 ^{ème} , 5 ^{ème} , 6 ^{ème} arrondissements	06 77 94 51 50 pfr@accueilsaintgermain.com Site: www.accueilsaintgermain.com
Plateforme d'accompagnement et de répit Notre Dame de Bon Secours	13 ^{ème} , 14 ^{ème} arrondissements	06 35 38 43 43 plateformederepit@ndbs.org Site: www.ndbs.org
Plateforme d'accompagnement et de répit Jeanne Garnier	7 ^{ème} , 15 ^{ème} , 16 ^{ème} arrondissements	01 43 92 21 76 plateformerepit@adc.asso.fr Site: www.jeanne-garnier.org
Plateforme d'accompagnement et de répit DELTA 7	8 ^{ème} , 9 ^{ème} , 10 ^{ème} , 17 ^{ème} , 18 ^{ème} , 19 ^{ème} arrondissements	01 42 29 29 94 par75@delta7.org Site: www.delta7.org/fr/node/9



<p>Plateforme d'accompagnement et de répit Club des Aidants</p>	<p>11^{ème}, 12^{ème} et 20^{ème} arrondissements</p>	<p>01 43 47 30 01 clubdesaidants@ose-france.org Site: www.ose-france.org</p>
--	---	---

o **Activités culturelles et de loisirs aidants / aidés**

Qui	Pour quoi	Modalités	Contact
<p>Delta 7</p>	<p>Campus des seniors connectés : tutoriels pour faciliter la pratique du numérique, des conseils de santé, un réseau social simplifié, et un <u>espace dédié aux aidants qui soutiennent un proche fragilisé</u>.</p>	<p>Accès libre. Cliquer sur le bouton « accès campus »</p>	<p><u>www.delta7.org</u></p>
<p>Delta 7</p>	<p>Casa en ligne : programme d'activités à visée thérapeutique pour les seniors atteints de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées.</p>	<p>Accès libre sur le site de Delta 7. Choisir l'onglet « casa en ligne »</p>	<p><u>www.canaldelta7.org</u></p>



Ressources associatives sur le territoire

o 13ème arrondissement

Qui	Quoi	Contact
Régie de quartier Tela 13 : Espaces de vie sociale La Villa	Mise en place d'un suivi téléphonique en direction des seniors et relance des conférences poétiques et scientifiques en distanciel	01 45 83 92 03contact@tela13.org

o 18ème arrondissement

Qui	Quoi	Contact
AYYEM ZAMEN	Pour les adhérents (en priorité) : - distribution et l'envoi postal d'attestations de déplacement adaptées - maintien de l'accompagnement social pour les situations urgentes - la coordination de visites à domicile pour les personnes vulnérables, - reprise d'une cellule sanitaire de soutien téléphonique et de prévention - mise en place de distributions sanitaires, alimentaires ou de téléphones dans des lieux jugés sensibles	01 40 33 25 25 https://www.cafesocial.org

o 19ème arrondissement

Qui	Quoi	Contact
Association D2L	Apporte une aide pour les démarches sur internet. Il est nécessaire d'envoyer un SMS ou de laisser un message vocal au numéro ci-contre. Un médiateur vous recontactera pour fixer avec vous un rendez-vous.	07 68 40 55 42



o **20ème arrondissement**

Qui	Quoi	Contact
AYYEM ZAMEN	Pour les adhérents (en priorité) : <ul style="list-style-type: none">- distribution et l'envoi postal d'attestations de déplacement adaptées- maintien de l'accompagnement social pour les situations urgentes- la coordination de visites à domicile pour les personnes vulnérables,- reprise d'une cellule sanitaire de soutien téléphonique et de prévention- mise en place de distributions sanitaires, alimentaires ou de téléphones dans des lieux jugés sensibles	01 40 33 25 25 https://www.cafesocial.org