



Liens utiles

Assistance sociale

Maison des solidarités 31 (MDS)

68 avenue du Lauragais 31320 Castanet

Pour prendre rendez-vous : 05.62.71.91.80

- * Accompagnement des familles
- * Protection de l'enfance
- * Autonomie des personnes âgées
- * Autonomie des personnes en situation de handicap
- * Lutte contre la précarité

Aide aux plus démunis

Les Restos du Cœur

Fondés par Coluche en 1985, les Restos du Cœur sont une association loi de 1901 reconnue d'utilité publique, sous le nom officiel de « les Restaurants du Cœur-Les relais du Cœur ».

Ils ont pour but « d'aider et d'apporter une assistance bénévole aux personnes démunies, notamment dans le domaine alimentaire par l'accès à des repas gratuits, et par la participation à leur insertion sociale et économique, ainsi qu'à toute action contre la pauvreté sous toutes ses formes ».

Adresse site : <http://www.restosducoeur.org>

Secours Populaire

6, rue des Écoles 31320 Castanet Tolosan

Tél. : 05.61.27.84.84

Horaires d'ouverture :

le mardi du 10h00 à 12h00

le mercredi du 14h00 à 17h00

le jeudi du 14h00 à 17h00

5 rue du Partanaïs 31650 SAINT-ORENS

Tél. : 05.61.39.08.11

Permanence : du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30 .

Service d'aides du Département

Maison départementale de proximité à Montgiscard

Des services et un accompagnement pour tous, pour dynamiser le lien social et apporter au plus grand nombre des dispositifs d'aide.



- * Aides aux démarches départementales en ligne : MDPH, Subventions, Transports scolaires, Restauration scolaire...
- * Permanences dédiées : conseils aux associations, des RV avec les acteurs jeunesse...
- * Accompagnement pour les démarches du quotidien : aide informatique, aide à la rédaction (CV, lettre motivation, courriers...) et au remplissage de formulaires et services en ligne
- * Relais sur thématiques logement, emploi, famille, santé...

Un poste informatique est disponible en libre-service avec accès internet.

<https://www.haute-garonne.fr/service/les-maisons-departementale-de-proximite-mdp>

Contacts : 8 RD 813, ZI du Canal - 31450 Montgiscard

Tel : 05 62 71 63 59 Mail :  proximite.montgiscard@cd31.fr



APA - Allocation Personnalisée d'Autonomie

Toute personne âgée dépendante peut en bénéficier : elle est calculée selon son niveau de dépendance et en fonction de ses ressources :

- * à domicile, l'APA finance les services d'aide permettant à la personne de vivre chez soi (emploi de personnel qualifié d'aides à domicile, aménagements du logement),
- * en établissement d'hébergement, l'APA participe au coût d'une partie du tarif dépendance.

🔗 [APA Allocation Personnalisée d'Autonomie](#)

Téléassistance 31

Il s'agit d'un dispositif d'aide à distance, gratuit et complémentaire du maintien à domicile, fonctionnant 24/24, 7/7 : il permet, selon la nature de l'appel, de faire le lien avec la famille ou avec un service d'urgence.

🔗 [Téléassistance 31](#)

Transport

Transport à la demande pour les personnes à mobilité réduite

Informations, tarifs et réservations : 🔗 [Tisseo Mobibus](#)

Numéros d'urgence

SOS enfants maltraités : 119

Violences conjugales : <https://www.sicoval.fr/vivre-ensemble/violences-intrafamiliales/violences-conjugales/>


Viols : 08.00.05.95.95

Violences sexuelles au travail : 01.45.84.24.24

Vos droits

Vous souhaitez vous renseigner sur vos droits et obligations concernant :

- Consommation, Crédit
- Logement

- 
- Droit de la famille
 - Trouble du voisinage etc....
 - Être orienté dans vos démarches.

Ce rendez-vous ne vous engage pas dans le choix de votre avocat si vous introduisez une procédure.

Consultation gratuite d'avocat

Conseil Départemental de l'Accès au Droit de la Haute-Garonne (CDAD)

www.cdad-hautegaronne.justice.fr

Consultations gratuites pour un meilleur accès au droit

Les points justice sur le territoire

Permanences avocat, conciliateur de justice, médiation familiale

<https://www.sicoval.fr/habiter/acceder-au-droit/les-permanences-juridiques/>


Le Point Justice Renforcé de Ramonville Saint-Agne

Permanences avocat, conciliateur de justice, défenseur des droits, huissier de justice, notaire

- * Sur rendez-vous par téléphone : 05 62 24 09 07
- * Permanences en langue des signes française :
 - * par SMS : 06 89 99 69 48
 - * par mail : secretariat@interpretis.fr
 - * par skype : interpretis@hotmail.com

<https://www.sicoval.fr/habiter/acceder-au-droit/les-permanences-juridiques/>

Permanence de l'Agence Départementale d'Information sur le Logement



* Sur rendez-vous par téléphone : 05 61 22 46 22

L'association VMEH (Visite des Malades dans les Etablissements Hospitaliers)

recherche des bénévoles pour visiter les personnes hospitalisées ou en maison de retraite.

Elle recherche des personnes ayant le sens des relations humaines, discrets et possédant des qualités d'écoute. Ils doivent être libres un après-midi par semaine.

Une formation approfondie à l'écoute du malade ou de la personne âgée est assurée par l'association.

Contact VMEH31 :

Hôpital de La Grave, Place Lange 31502 Toulouse cedex -**Tél : 05.61.77. 79 19**

Haut de page

- Un relais des services départementaux.
- Une aide personnalisée pour découvrir ou vous familiariser avec les outils numériques (ordinateurs, tablettes, smartphones...)
- Une aide pour vos démarches administratives de la vie quotidienne.

CONTACT :

8 RD 813, ZI du Canal 31450 MONTGISCARD

Tél. : 05 62 52 05 37

mail : proximite.montgiscard@cd31.fr

HORAIRES :

Mardi / jeudi / vendredi 9h00 - 12h30 et 13h30 - 17h30

Lundi / mercredi 8h00 - 12h30 et 13h30 - 16h30



Haut de page

1. Flyer - Maison départementale de proximité de Montgiscard
2. 158 ko - Dernières modifications : 01/12/2021