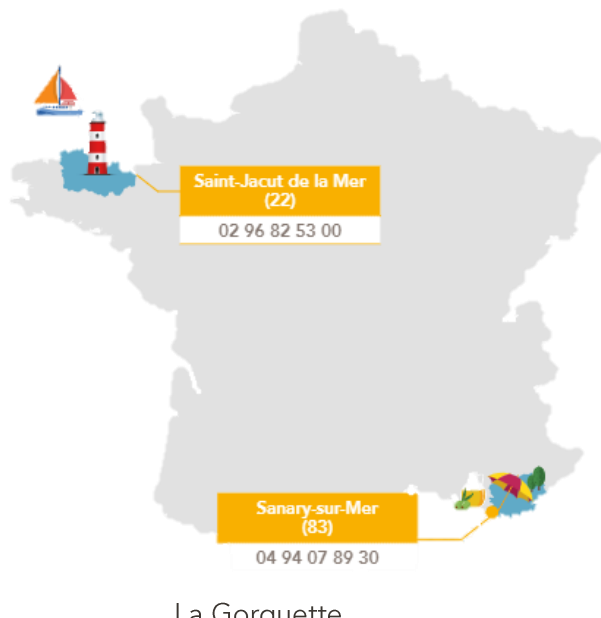


EN SAVOIR PLUS SUR LES ÉTABLISSEMENTS

Les Dunes
(Saint-Jacut-de-la-Mer – Côte d'Emeraude)



La Gorguette
(Sanary-sur-Mer – Côte d'Azur)

COMMENT CONTACTER L'ACTION SOCIALE ?

PAR TÉLÉPHONE 

0 800 20 66 20 Service & appel gratuits

Le service d'accueil téléphonique de l'Action Sociale est ouvert du lundi au jeudi de 9h à 17h et les vendredis et veilles de jours fériés de 9h à 16h.

PAR MAIL 

action.sociale@sncf.fr

PAR L'INTRANET 



[Optim'services](#)
[Action sociale](#)



**VOUS ÊTES PENSIONNÉ(E) ET VOUS
CHERCHEZ DU REPIT ?**

**Découvrez les séjours et les établissements
de l'Action Sociale !**

POURQUOI SÉJOURNER ?



- se ressourcer, rompre la solitude
- faire face à l'absence momentanée des proches, à un évènement difficile (décès, hospitalisation...)
- s'autoriser une pause, en tant qu'aidant

L'animation est construite à partir de vos besoins et de vos attentes. Elle a pour but d'entretenir vos capacités. Rien n'est imposé.

La vie collective favorise la création et le maintien des liens sociaux. Un travailleur social est à disposition sur chaque établissement.

Des séjours à thème sont organisés régulièrement afin d'acquérir ou d'adapter vos savoir-faire.

Personnes concernées

Les pensionnés et retraités de la SNCF, anciens agents du cadre permanent ou anciens contractuels et leur conjoint ou accompagnant.

Accès aux soins

Il est nécessaire d'être autonome pour les actes courants de la vie quotidienne. Les établissements sont non médicalisés mais il y a possibilité de continuité des soins via le réseau d'intervenants libéraux du secteur.

Faire une demande de séjour

Contactez, via la plateforme téléphonique (voir numéro vert au dos), un travailleur social SNCF proche de votre domicile. Celui-ci constitue votre dossier et détermine le montant de votre participation, en fonction de votre situation.

Durée du séjour

Les séjours varient de 7 jours à 4 mois, toute l'année.

NOUVEAU : ANIMATION A DISTANCE 2.0

Des animations virtuelles variées pour tous les pensionnés : gym douce, relaxation, jeux, ateliers d'échanges....

Ces séances se déroulent à partir de tablettes, ordinateurs ou par téléphone. Vous souhaitez des renseignements pour y participer ? Contactez directement les établissements.

LA VIE PRATIQUE

Les équipements :

Chaque chambre est équipée d'un téléphone, d'une douche, d'un WC et d'une télévision.

L'hébergement & la sécurité :

Draps, linge de table et de toilette fournis. Laverie à disposition. La sécurité est assurée jour et nuit.

La restauration :

Alimentation variée, équilibrée, partiellement bio. Repas servis en salle à manger. Adaptations alimentaires possibles. Paniers repas pour les sorties et les jours de départ.

Les activités :

Ateliers de prévention et de bien-être ; maintien des capacités physiques et cognitives : gym douce, relaxation ; temps d'échanges et de paroles ; moments de convivialité et de découvertes locales.

L'ACCÈS AUX ÉTABLISSEMENTS



Résidence Des Dunes

BP 2 – 1 rue de Dinan,
22750 Saint-Jacut de la Mer

Par le train : TGV direct jusqu'à Rennes, puis TER jusqu'à Saint-Malo (45mins)
Accueil en gare par un membre du personnel

- A proximité de sites d'exception (St Malo, Dinard, Dinan...), la résidence est implantée en bord de mer sur une presqu'île bordée de 11 plages à l'environnement sauvage (GR34).



Résidence La Gorguette

173 Avenue du Prado,
83110 Sanary-Sur-Mer

Par le train : ligne Marseille Toulon, arrêt à Bandol
Accueil en gare par un membre du personnel

- La résidence est implantée au bord de mer, à 3km des centres de Sanary et de Bandol.