

Carnet de la majorité



ÊTRE MAJEUR

À 18 ans, vous avez les mêmes droits et devoirs que tout adulte. Ainsi, vous êtes considéré comme pleinement capable et responsable de vos actes au regard de la loi et donc vous êtes soumis aux mêmes obligations.

Désormais, vous assumez votre orientation scolaire, professionnelle, vos démarches bancaires, votre logement, votre santé, vos soins, vous pouvez voter ... sans l'autorisation de vos représentants légaux.

Voici un carnet de majorité pour vous guider dans vos démarches.

Vous avez ou aurez 18 ans bientôt, vous êtes responsable : à vous de jouer !

Si vous rencontrez des difficultés, voici les dispositifs de droits communs vers qui se tourner, car majeur ne veut pas dire être seul et faire seul.

SOMMAIRE

Santé	p 4
Logement	p 8
Emploi & formation	p 10
Démarches administratives	p 12
Vos adresses utiles	p 16

Santé

Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM)

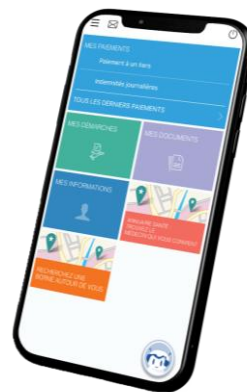
Adresse : 36 rue Édouard vaillant 37 000 - Tours

Horaires : du lundi au vendredi de 8h15 – 12h et 13h - 17h

Téléphone : 36 46 (numéro gratuit + prix d'un appel)

Site internet : www.ameli.fr

Vous pouvez aussi télécharger l'application mobile « Ameli, l'assurance maladie »



Vous devez déclarer un médecin traitant qui assurera un suivi global de votre santé.

Les frais de santé sont payants pour tous. Toutefois, les bénéficiaires de la Couverture Santé Solidaire (CSS) ou Couverture Maladie Universelle – Complémentaire (CMU-C) n'ont pas à avancer ces frais (médecin, hôpital, pharmacie).

Vous êtes salariés, vous pouvez bénéficier d'une mutuelle d'entreprise.
Rapprochez – vous de votre employeur.

Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)

Si vous avez un handicap ou si vous souhaitez le faire reconnaître, elle peut vous renseigner et vous guider dans les démarches à effectuer.

38 rue Edouard Vaillant - Tours - 02 47 75 26 66
Sans rendez-vous : 8h30 - 12h30 du lundi au vendredi

Sur rendez-vous : 13h30 - 17h30, lundi, mardi, mercredi et vendredi

info@mdph37.fr

Numéros utiles :

France victimes : 02 47 66 87 33 ou 116 006

Violences Conjugales : 39 19

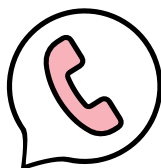
Harcèlement : 30 20

Suicide Écoute : 01 45 39 40 00

Enfance Maltraitée : 119

SOS Amitiés : 01 42 96 26 26

Cyberharcèlement : 30 18



Fil santé Jeunes : 0 800 235 236

Tabac Info Service : 39 89

Alcool Info service : 0 980 980 930

Drogues Info Services : 0 800 23 13 13

Écoute Cannabis : 0 980 980 940

Hépatites Info Service : 0 800 845 800

Joueurs Info Services : 09 74 75 13 13

Sida Info Service : 0 800 840 800

Croix Rouge Écoute : 0 800 858 858

Numéros d'urgence :

SAMU : 15

Police : 17

Pompiers : 18

Urgence Européenne : 112

Urgence Sociale : 115

Centre Antipoison : 01 41 48 21 21

Urgence dentaire : 02 47 05 63 52

Maison Médicale de garde - SOS Médecin (Voir un médecin généraliste de garde le week-end et les jours fériés) : 19 Rue de la Dolve - Tours - 02 47 38 33 33 - 36 24 (numéro national)

Pharmacie de garde (astreintes nuit, dimanche et jours fériés) : 3237 (numéro payant)

Contraception et vie sexuelle

Planning Familial - PF37

Infos, prévention, accueil, et écoute, pour tous sur les thèmes de la santé sexuelle et reproductive (contraception, grossesse, corps, relation à l'autre, parentalité, famille), les violences, la prévention des conduites à risques...

Centre de Planification et d'Éducation Familiale - CPEF

Lieux d'accueil, de consultation médicale, d'écoute et de réponse aux questions liées à la sexualité et à la vie affective.

La Protection Maternelle et Infantile (PMI)

Pendant votre grossesse et après l'accouchement vous pouvez choisir d'effectuer vos examens et consultations prénatales et postnatales dans un centre de PMI.

Votre enfant peut également bénéficier jusqu'à ses 6 ans du suivi médical gratuit.

Centre d'Accueil des présumées Victimes d'Agressions Sexuelles (CAVAS)

Prise en charge des personnes victimes d'agressions sexuelles

Centre d'Interruption Volontaire de Grossesse

Centre LGBTI de Touraine

Actions de lutte contre les LGBTIphobies, de prévention santé.

Centre gratuit d'Information Dépistage et Diagnostic du VIH, des hépatites virales et des Infections sexuellement transmissibles - CEGIDD

Centre de dépistage anonyme et gratuit, ouvert à tous.

Centre de vie du Sanitas :

10 Place Neuve – Tours - 02 47 66 63 22

+ 30 lieux de permanences sur le Département

contact@leplanningfamilial37.fr

Tours : 5 Rue Jehan Fouquet - Tours

02 47 66 88 41

CHU Bretonneau – Centre d'Orthogénie

2 boulevard tonnelé – Tours - 02 47 47 47 43

Tours Nord : 12 Rue de Tourcoing - Tours

02 47 42 67 68

Accueil également à Amboise, Château-Renault, Chinon, Loches

www.ivg.gouv.fr

Il faut dans un premier temps vous rendre dans une Maison Départementale de la Solidarité – MDS

Trouver la MDS la plus proche de chez vous :

www.touraine.fr

CHU Bretonneau

Bâtiment Olympe de Gouges 2 Boulevard Tonnelé - Tours

02 47 47 47 73 - 02 47 47 92 90

Pôle Santé Léonard de Vinci

02 47 22 21 11

CHU Bretonneau – Centre d'Orthogénie

2 boulevard tonnelé – Tours - 02 47 47 47 43

Les hôpitaux d'Amboise, Château- Renault et Chinon assurent également ces interventions.

11 bis rue des Tanneurs – Tours

02 47 54 24 79

www.centrelgbt-touraine.org

Antenne à Tours : 5 Rue Jehan Fouquet - Tours

02 47 66 88 41

Antenne à Chinon : Hôpital Saint Benoit la Forêt

- Espace Descartes – 02 47 93 75 15

Addictions

Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en addictologie - CSAPA

Accueil, information, réduction des risques et prise en charge médicale, sociale et psychologique de consommateurs de substances psychoactives ou ayant des conduites addictives comportementales et de leur entourage. « Consultation Jeunes Consommateurs » (CJC) pour les jeunes de 12 à 25 ans et leur entourage. Anonymat possible et soins gratuits.

Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques chez les usagers de drogues - CAARUD

Accueil collectif et individuel, informations et conseils pour les consommateurs majeurs de substances psychoactives. Mise à disposition de matériels de prévention et de consommation (kit d'injection, kit crack, dépistage rapide VIH, préservatifs...).

Unité de coordination de tabacologie : CHRU de Tours

Consultations de sevrage tabagique. Prise en charge pluridisciplinaire : médecin, infirmière, diététicienne, sophrologue.

Bien – être et accompagnement

Les Centres Médico - Psychologiques (CMP)

Centre de soins gratuits pour toutes personnes ayant un besoin de soutien psychologique ou présentant des troubles psychiques. Le lieu de consultation dépend de votre adresse de résidence.

Espace Santé Jeunes

Lieu d'accueil et d'écoute gratuit, anonyme, avec ou sans rendez-vous, pour les jeunes de 12 à 25 ans et leurs parents. Médecin, psychologue, conseillère en économie sociale et familiale se relaient pour vous accueillir en entretien individuel ou par petit groupe sur différents thèmes (sexualité, addictions, nutrition, santé, socio-esthétique...).

Tours centre : 02 47 47 91 91

csapa37.tourscentre@chu-tours.fr

Tours nord : 02 34 37 89 81

csapa37.toursnord@chu-tours.fr

Autres centres :

Loches : 02 18 37 05 67 - 8 rue Descartes - Loches

Chinon : 02 47 93 62 39 - Route de Tours Saint

Benoist la Forêt - Chinon

Amboise : 02 47 47 91 91 - Rue des Ursulines -

Amboise

310 Rue d'Entraigues – Tours - 07 62 93 22 76

Sans rendez-vous les mercredi de 13h à 17h et vendredi de 16h à 19h. Prise de rendez-vous en semaine.

Service mobile : *Loches, Bleret, Chinon, Neuillé Pont-Pierre, Bourgueil, Château Renard, Amboise*

Hôpital Bretonneau : 2 boulevard Tonnellé - Tours

Hôpital Trousseau : Avenue de la république - Chambray-lès-Tours

Joué-lès-Tours : 25 Rue de la Douzillière - 02 34 37 89 45

Tours : 4 allée Charles V - 02 34 37 89 64

Tours Nord : Rue de Lille - 02 34 37 89 61

Tours Sanitas : 15-19 rue Théophile Vénien - 02 34 37 89 74

Amboise, Bourgueil, Chinon et Loches disposent également de CMP

Tours : 95 Rue michelet – Tours - 02 47 05 07 09

Du lundi au vendredi : 9h - 12h et 14h - 18h30

espacesante.jeunes37@wanadoo.fr

+ *permanences à Neuillé-Pont-Pierre, Vouvray, Bléré, Amboise, Château-Renault*

Bureau d'Aide Psychologique Universitaire (BAPU)

Pour le public étudiant, des psychothérapies individuelles ou de groupe sont proposées en lien avec le Service Santé Universitaire (SSU).

Maison des Adolescents d'Indre et Loire

Lieu d'accueil, d'écoute et d'orientation pour les jeunes de 12 à 21 ans, leurs parents et les professionnels. Anonyme et gratuit, avec ou sans rendez-vous.



Centre Régional de Psychotraumatologie

Accueil de personnes souffrant de stress post-traumatique, victime de viols et d'agressions sexuelles, de violences, de guerre ou d'attentat. Vous êtes accueillis par une équipe de psychiatres et de psychologues, accompagnés d'un infirmier et d'une assistante sociale.

Mouvement du nid

Accueil, écoute, information des personnes en situation de prostitution et des personnes désirant quitter le réseau.

Centre d'information sur les droits des femmes et des familles (CIDFF)

Information des femmes sur leurs droits, accueil des victimes de violence, accompagnement des enfants témoins dans le cadre de violences conjugales. Présence d'une équipe de psychologues et de juristes.

12 avenue Marcel Dassault - Tours
02 47 61 61 31

accueil.bapu@apajh37.org

MDA Tours : 3 rue de la victoire - Tours -
02 47 22 20 69

Du lundi au jeudi : 13h - 18h

MDA Loches : 20 bis avenue des Bas Clos -
Loches - 02 85 29 38 31

Du mardi au jeudi : 13h30 - 18h30

MDA Chinon : 60 rue Descartes - Chinon -
02 85 29 68 80

Lundi et mercredi : 13h30 - 18h

mda37@monjoie.asso.fr

www.mda37.fr

CHRU de Tours

Centre régional de psychotraumatologie
23 bis, rue Édouard-Vaillant - Tours
02 47 47 71 11

11 rue des ursulines - Tours

02 47 05 63 88 - 06 24 81 08 27

Accueil sur rdv et permanence les jeudis de 14h à 17h.

regioncentre-37@mouvementdunid.org

6/8 place Johann Strauss - Tours

02 47 27 54 00

+ 14 lieux de permanences sur le Département

Logement

En fonction de votre situation personnelle, il existe différents types de logements auxquels vous pouvez prétendre : appartement individuel ou en colocation, bailleur privé ou social ... Mais où chercher les logements disponibles ?

Logement social et HLM

- 1) Il faut faire des démarches en ligne sur le site www.demandelogement37.fr
- 2) Un numéro unique vous sera attribué + un espace personnel à compléter.
- 3) Des visites de logement vous seront proposées. Attention au bout de 3 propositions de logement refusées, votre demande est annulée par les bailleurs sociaux.
- 4) Commission d'attribution.

Les agences immobilières

Vous pouvez vous rendre en agence, il en existe de nombreuses. Si vous passez par une agence, vous aurez des frais d'agence à payer en plus de la location du logement (prévoir le montant d'un loyer environ).

Il vous faut un garant (visale ou garant personnel).

Les sites de recherche de logement en ligne

Le bon coin : www.leboncoin.fr

Particulier à particulier (PAP) : www.pap.fr

La carte des colocs : www.lacartedescolocs.fr

Action logement : si vous êtes salariés d'une entreprise de plus de 10 salariés

Solution pour répondre à chaque situation : choix de location, avance du dépôt de garantie, garantie/caution de loyer... Vous avez accès à une liste de logements.

15 place Michelet - Tours

02 47 05 62 86 - www.actionlogement.fr

Logement étudiant : si vous êtes en études universitaires

Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires - CROUS

Informations sur les logements proposés dans l'académie, la vie en résidence universitaire, la demande de logement et le paiement de loyers.

60 rue du Plat d'étain - Bât H - Tours

02 47 60 90 39

accueil-clous@crous-orleans-tours.fr

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h

www.crous-orleans-tours.fr

Foyer Jeunes Travailleurs (FJT) et Service Logement Jeune (SLJ)

- > Informations sur les aides au logement, les dispositifs de garantie, le locapass...
- > Aide pour remplir des dossiers pour la CAF...
- > Mise en relation avec les propriétaires
- > Recherche d'annonces
- > Orientation vers des structures d'hébergement

SLJ : 24, rue Bernard Palissy - Tours

02 47 60 51 55

contact@asso-jeunesse-habitat.fr

FJT : 16 rue Bernard Palissy - Tours

02 47 60 51 51

contact@asso-jeunesse-habitat.org

Logement d'urgence : Si votre situation vous laisse sans solution d'hébergement, vous pouvez contacter le service intégré d'accueil et d'orientation (SIAO) pour vous permettre d'avoir un toit pour la nuit.

Téléphone : 115

Quelles sont les démarches à faire avant d'entrer dans un logement ?

- SOUSCRIRE À UNE ASSURANCE « multirisques habitation »** auprès de votre banque ou d'une société d'assurance.
- TROUVER UN GARANT** : Les propriétaires privés demande un garant. Des aides sont possibles : Visale, Loca - Pass et Mobili jeune.

Quelles sont les démarches à faire à l'entrée dans le logement ?

- PAYER LA CAUTION** au propriétaire (= 1 mois de loyer selon la Loi). L'argent sert à réparer ou à nettoyer le logement si vous le rendez en mauvais état, sinon la caution vous sera restituée en partant.
- SIGNER LE BAIL** : c'est obligatoire : penser à bien vérifier toutes les informations avant signature (délais de préavis, montant du loyer et les charges, montant de la caution, durée du bail...).
- L'ÉTAT DES LIEUX** : Pensez à bien noter tout ce que vous pouvez remarquer à l'entrée dans le logement (trou, taches sur le sol ou les murs...), ceci afin de ne pas être embêté lorsque vous en partirez. Vous pouvez prendre des photos. S'il est constaté une dégradation entre l'entrée et la sortie, le propriétaire peut vous demander de payer pour les travaux ou garder une partie du dépôt de garantie.
- DEMANDER L'OUVERTURE D'UN COMPTEUR D'EAU** (si les charges ne sont pas comprises dans le loyer) et un **COMPTEUR D'ELECTRICITE ET DE GAZ**.
- FAIRE UNE DEMANDE D'AIDE PERSONNALISÉE AU LOGEMENT (APL)** auprès de la Caisse d'Allocations familiales (CAF). La demande se fait en ligne sur leur site internet après la signature du bail.



CAF de Tours

1 rue Alexandre Flemming - Tours

Horaire : du lundi au vendredi de 8h30 à 16h

Téléphone : 08 10 25 37 10

Site internet : www.caf.fr

Vous pouvez aussi télécharger l'application mobile « **CAF – mon compte** »



- PENSER AU SUIVI DE COURRIER** : Prévenez les différentes administrations de votre changement d'adresse. Il est possible de faire son changement d'adresse en ligne et ainsi de prévenir les différentes administrations en même temps. www.service-public.fr > **changement d'adresse**. Vous pouvez aussi faire rediriger votre courrier avec La poste (service payant).

Besoin d'aide pour aménager votre logement ?

- > Pensez à faire un dossier Fonds de solidarité pour le logement selon vos revenus.
- > Vous pouvez acheter des meubles à Emmaüs ou la Ressourcerie
- > Vous pouvez acheter votre électroménager d'occasion : Emmaüs, la Ressourcerie, Envie Touraine, Le Bon Coin ...

Emploi & formation

Trouver un emploi ou une formation

En recherche d'emploi ? Rapprochez-vous de Pôle Emploi et de la Mission Locale. Vous serez rattaché à l'antenne se trouvant le plus près de votre lieu d'habitation et un conseiller assurera votre suivi.

Pôle Emploi

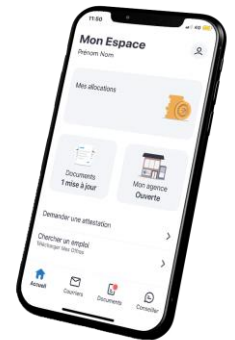
Afin de permettre l'évaluation de vos droits chômage, un certain nombre de documents vous sera demandé, renseignez-vous. Première inscription par internet ou directement en agence.

Mission Locale

Lieu d'accueil, d'information, d'orientation, d'accompagnement vers l'emploi. Pour les 16-25 ans non scolarisés et en recherche de formation ou d'emploi.



39 49 (gratuit depuis un portable) ou sur l'application. Du lundi au vendredi de 8h45 à 12h45 et sur rdv l'après-midi
www.pole-emploi.fr



ANTENNE CENTRE

10 place neuve - Tours

02 47 31 39 15

ANTENNE NORD

17 - 21 rue de Tourcoing - Tours

02 47 21 64 54

ANTENNE SUD

Centre Administratif, 6 bis Avenue Victor Hugo
Joué-lès-Tours

02 47 53 97 83

ANTENNE EST

22 rue Grand Cour Saint-Pierre-des-Corps

02 47 46 29 82

www.mltouraine.com

Facebook : Mission Locale de Touraine

Bureau d'Information Jeunesse – BIJ

Information et documentation autour de la formation, de l'emploi, du logement, de la vie quotidienne, de la santé et de la culture.

57 avenue de Grammont - Tours

Du lundi au vendredi de 13h30 à 18h

02 47 64 69 13 - Accueil sans rdv

Facebook : BIJ Tours

Centre d'Information et d'Orientation – CIO

Un CIO est un lieu d'accueil, d'écoute et de conseil sur les formations et les professions. Service public gratuit, il est ouvert à tous.

4 avenue Victor Hugo – Joué-lès-Tours

02 38 83 49 41

Chambre de Métiers et de l'Artisanat - CMA37

Pour les jeunes de 16 à 29 ans, pour préparer un diplôme ou un titre à finalité professionnelle, du CAP au diplôme d'ingénieur. La CMA 37 peut vous informer et vous accompagner dans vos démarches et recherches d'entreprises.

36 - 42 Route de Saint-Avertin - Tours

02 47 25 24 00

Petits boulots

Pour travailler toute l'année en plus des cours ou pendant l'été, en France, ou même à l'étranger... les possibilités sont nombreuses. Certains secteurs fournissent plus d'opportunités : l'animation, le tourisme, les loisirs, l'agriculture, l'hôtellerie et la restauration, les services à la personne, le commerce. **La règle d'or : il faut anticiper suffisamment tôt** (en règle générale dès janvier - février pour travailler l'été).

Quelques dispositifs pour vous aider dans votre choix d'orientation ?

Si vous n'avez pas de projet d'orientation précis, des dispositifs existent, en voici quelques exemples.

ÉCOLE DE LA 2ÈME CHANCE - E2C

S'adresse aux jeunes de 18 à 30 ans demandeurs d'emploi, sans qualification et sortis du système scolaire depuis au moins un an.

14 boulevard Preuilly – Tours

02 47 76 40 37

secretariat.e2c@afppts.com

Établissement Pour l'Insertion Dans l'Emploi - EPIDE

Aide pour les jeunes de 17 à 25 ans qui ont le plus de difficultés à trouver un travail ou une formation. Internat, du lundi au vendredi. Le centre le plus proche est à Bourges. Programme intensif sur 8 mois environ.

02 48 48 03 14

06 70 61 74 33

www.epide.fr

Maison de l'Orientation & de l'Insertion Professionnelle - MOIP Si vous êtes étudiant mais que vous souhaitez faire le point sur votre orientation. Vous avez des questions sur les filières, les métiers, les débouchés...

Université de Tours

Bât. A – Rez - de - chaussée

60 rue du Plat d'Étain – Tours

02 47 36 81 70

moip@univ-tours.fr

www.univ-tours.fr/moip

Et le Service Civique ? Engagement volontaire au service de l'intérêt général ouvert aux 16-25 ans, élargi à 30 ans aux jeunes en situation de handicap. Accessible sans condition de diplôme, le Service Civique est indemnisé et s'effectue en France ou à l'étranger.

www.service-civique.gouv.fr

Les démarches administratives

Les impôts

Les impôts sur le revenu : Il est prélevé directement sur le salaire ou sur les autres revenus dès lors que vous travaillez et en fonction du montant de vos revenus.

1ère déclaration : Si vous avez au moins 20 ans et que vous avez reçu un courrier de l'administration fiscale, vous pourrez faire votre première déclaration en ligne, ici : www.cfspart.impots.gouv.fr
Votre déclaration ne sera pas pré - remplie car vous n'étiez pas connu de l'administration fiscale.

La déclaration d'impôt : Elle est obligatoire et à faire tous les ans sur un formulaire pré - rempli sur internet. Vous obtiendrez un avis d'imposition ou de non-imposition qui est nécessaire pour certaines démarches : aide au logement, demande de remboursement des crédits d'impôts, demande de bourses...

En cas de changement de situation (mariage, divorce, déménagement, changement d'école, naissance, ...) il est important de le signaler aux administrations (CAF, impôts, sécurité sociale, mutuelle notamment si vous percevez des aides (risque de devoir rembourser un trop perçu, ou inversement passer à côté de certaines aides).

Vous avez besoin d'aide ?

Vous pouvez prendre rendez-vous avec l'**assistante sociale de secteur** à la Maison Départementale des Solidarité (MDS). Trouvez la MDS la plus proche de chez vous sur le site du département d'Indre-et-Loire : www.touraine.fr

Le Centre communal d'action sociale - CCAS

Le CCAS est un établissement public administratif qui intervient en matière d'aide sociale (constitution de dossier, informations).

45 avenue Stendhal - Tours - 09 69 36 14 00
Mardi et jeudi : 9h15 - 12h15 et 13h15 - 16h15
tours-blois.cmcas.com

D'autres associations peuvent vous venir en aide :

La Ressourcerie - La Charpentière

Livres, vaisselles, jouets, meubles à faible prix ...

2 rue Marcel Dassault - La Riche
09 51 04 54 19

ACTIVE

Achat solidaire de vêtement

155 rue Edouard Vaillant - Tours
153 rue Saint François - Tours
02 47 37 13 33
direction@activeasso.fr

EMMAÛS

Vêtements, meubles, jeux, électroménagers ... à prix raisonnables.

18 rue de Beguine – Joué-lès-Tours
14 rue de Belgique - Tours Nord
40 rue Paul Vaillant Couturier - Saint-Pierre-des-Corps

ENVIE TOURAINE

Électroménager rénové ou reconditionné à prix raisonnables.

Rue des Magasins Généraux – Saint-Pierre- des-Corps
02 47 46 46 70

Croix Rouge

Aide alimentaire, accès aux soins, aides financières ...

Vestiboutique / épicerie sociale

Unité locale de Tours

25 rue Bretonneau – Tours
02 47 36 06 06

148 rue Louis Blot - Saint Cyr sur Loire
Allée de la Poupardière - Fondettes
Lieu-dit Les Granges - Luynes
4 route de Choisille - La Membrolle sur Choisille
6/14 rue pasteur - Joué-Lès-Tours
2 rue Jean Mermoz - Tours - 02 47 05 03 71

Secours Populaire

Aide alimentaire, vêtements ...

118 boulevard Tonnellé - Tours
02 47 38 89 85
20 Rue de Tourcoing - Tours

Restos du cœur

Aide alimentaire, vêtements ...

8 rue de la Rabière - Joué-lès-Tours
12 Avenue de l'Europe - Tours
52 rue Febvotte - Tours

Aide juridique

Conseil Juridique ou assurance protection juridique

Aide de la compagnie d'assurance en cas de litige avec un tiers ou en cas de procédure de justice.

Conseil Départemental de l'Accès au droit d'Indre-et-Loire - CDAD ou Point d'accès au droit - PAD

Gratuit et anonyme. Problème juridique et/ou administratif. Information générale sur les droits et obligations, assistance et accompagnement personnalisé dans les démarches administratives.
contact@cdad37.fr

Centre de vie du Sanitas,
10 place Neuve - Tours - 02 47 31 39 00
Lundi de 9h à 12h30.

Maison de la politique de la Ville
1 rue Line Porcher – Saint – Pierre – des - Corps
– 02 47 63 43 20
Mardi de 9h à 12h et jeudi de 14h à 17h.

Centre Intercommunal d'Action Sociale
10 rue des Courances - Chinon - 02 47 93 92 86
Lundi, mardi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h et mercredi et vendredi de 9h à 12h.

Maison de Justice et du Droit de Joué-lès-Tours

Gratuit. Conciliation/résolution amiable de conflits.

Mairie de Joué-lès-Tours : 2 rue du Comté de Mons – Joué-lès-Tours
02 47 68 92 71 - mjdtours@justice.fr
Lundi au vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h45 à 17h.

Barreau de Tours

Gratuit. Consultations avec un avocat (une fois par an et par personne).

Ordre des Avocats

Place Jean Jaurès - Tours
Inscriptions sur place le jour même (12 places uniquement)
Lundi, mercredi et vendredi de 9h à 12h.
www.barreaudetours.fr

Aide juridictionnelle

Somme d'argent donnée par l'État pour payer les frais de justice (avocat, huissier, etc.) en cas de faibles ressources. L'aide peut couvrir tout ou partie de la totalité des frais de justice. 02 47 60 27 10 (ouvert uniquement l'après-midi).

Conciliateur ou Coordinateur de Justice

Gratuit. Aide pour trouver une solution amiable pour régler un différend entre deux parties (problèmes de voisinage, différends entre propriétaires et locataires, différends relatifs à un contrat de travail), qu'elles aient ou non déjà saisi un juge. Permanence des conciliateurs : www.conciliateurs37.overblog.com

Commission Départementale de Conciliation (CDC)

Gratuit. Aide les propriétaires (bailleur) et locataires à trouver une solution amiable à leur litige (état des lieux, décence, ...), il peut être obligatoire de la saisir avant de faire appel au juge.

Défenseur des droits

Gratuit. Aide à la résolution de problèmes envers une administration ou un service public et conseils dans les démarches à suivre et orientation vers d'autres interlocuteurs. Pour trouver un délégué du défenseur des droits : www.cdad37.fr

Les associations de consommateurs

Conseils et aide pour les consommateurs à régler les litiges de la vie quotidienne, soit à l'amiable, soit par l'action en justice.

UFC que Choisir

12 Rue Camille Flammarion - Tours –
02 47 51 91 12

CLCV

1 Avenue Edouard Michelin - Tours –
02 47 72 71 69

Durée de vie des papiers administratifs

Famille	Durée de conservation
Carte d'identité	10 ou 15 ans
Passeport	10 ans
Carte d'électeur	À vie
Permis de conduire	À vie
Diplômes scolaires et universitaire	À vie
Livret de famille	À vie
Acte notarié	À vie
Jugement de divorce et autres jugements	À vie

Revenus	Durée de conservation
Contrat de travail	À vie
Certificats de travail	À vie
Bulletins de paie	À vie
Attestation des pensions (invalidité, réversion)	À vie
Allocations chômage	À vie

Logement	Durée de conservation
Factures d'électricité et de chauffage	5 ans
Facture d'eau	5 ans
Factures diverses (travaux)	10 ans
Contrat de bail	5 ans après le départ
Quittance de loyer	5 ans

Banques	Durée de conservation
Relevés de compte	5 ans
Talons de chèque	5 ans
Prêt à la consommation	2 ans après la dernière échéance
Prêt immobilier	10 ans après la dernière échéance
Chèque à encaisser	1 an et 8 jours

Véhicule	Durée de conservation
Assurance - Réparations	À vie

Santé	Durée de conservation
Remboursement de l'assurance maladie et mutuelle	2 ans
Ordonnance	1 an
Indemnités journalières	À vie
Carnet de vaccination et carnet de santé	À vie
Examens médicaux	À vie

Impôts	Durée de conservation
Déclaration des revenus – avis d'imposition sur le revenu	3 ans
Taxe d'habitation - taxe foncière	3 ans

Vos adresses utiles

Votre médecin traitant :

Nom, Prénom :

Adresse :

.....

Tél :

Mail : @

Votre banque :

Nom, Prénom :

Adresse :

.....

Tél :

Mail : @

Votre assistante sociale de secteur :

Nom, Prénom :

Adresse :

.....

Tél :

Mail : @

Votre conseillère Pôle Emploi :

Nom, Prénom :

Adresse :

.....

Tél :

Mail : @.....

Votre référent Mission locale :

Nom, Prénom :

Adresse :

.....

Tél :

Mail : @.....



Sauvegarde de l'Enfance d'Indre et Loire

4, avenue Marcel Dassault - 37 200 Tours

02 47 71 15 95

direction.generale@adse37.fr

www.sauvegarde37.fr



Sauvegarde37



Retrouvez ce guide sur
votre smartphone !