

Facile
à lire et à
comprendre



Propositions aux aidants



06 07 52 68 08

**Être aidé pour mieux
s'occuper d'un proche**



pour tous, toute la vie, partout



SERVICES
ET SOINS
SÉNIORS



ACCOMPAGNEMENT
DU
HANDICAP



SANTÉ
ET
PRÉVENTION

QU'EST-CE QU'UN AIDANT ?

C'est un proche qui vous aide tous les jours.

POURQUOI VOTRE AIDANT DOIT PRENDRE DU RÉPIT ?

- Pour prendre du temps pour lui.
- Pour parler des situations difficiles qu'il rencontre.
- Pour discuter avec d'autres aidants.
- Pour mieux connaître votre handicap.



Qui contacter pour trouver du répit ?

Vous pouvez contacter la **Plateforme de Répit**.

La Plateforme de Répit est spécialisée dans l'accompagnement du handicap.

POURQUOI CONTACTER LA PLATEFORME DE RÉPIT ?

Pour être accompagné et s'informer :

- La plateforme de répit propose du soutien psychologique.
- La plateforme de répit évite l'isolement et l'épuisement de votre aidant.



Échanger :

- Votre aidant peut discuter avec d'autres aidants.
- Votre aidant peut participer à des activités avec d'autres aidants.

Se faire remplacer à domicile



- Votre aidant peut se faire remplacer.
- Un professionnel peut remplacer votre aidant pendant quelques heures.

Exemple

Votre aidant est absent une journée.
Un professionnel remplace votre aidant.

Accueil temporaire :

- Vous pouvez être accueillis temporairement.
- Un EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) vous accueille.

Exemple

Votre aidant est absent plusieurs jours.
Une structure spécialisée vous accueille.

Ces services sont
disponibles sur toute la
Haute-Saône



Appelez - le
06 07 52 68 08



pour tous, toute la vie, partout

L'ADMR propose d'autres services

- pour les parents
- pour les séniors
- pour entretenir une maison
- pour la santé



Appelez - le

03 84 97 15 50



pour tous, toute la vie, partout