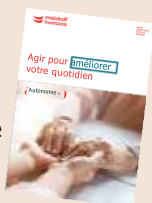


# JE SUIS AIDANT, ET APRÈS ?



## POUR DEMANDER DE L'AIDE

- **Les administrations et organismes publics** tels que les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS), les Centres Locaux d'Information et de Coordination (CLIC) ou le Conseil Départemental via les Maisons Départementales de l'Autonomie (MDA) / pour les Personnes Handicapées (MDPH).
- **Les assistants de services sociaux** d'entreprise ou de secteur connaissent tous les dispositifs et peuvent vous aider.
- **Les organismes d'Assurance Maladie.**
- **Votre caisse de retraite complémentaire malakoff humanis** vous accompagne au **3996** avec le service **Autonomie +** (Conseils, Orientations, Aides financières...)



## POUR SOUFFLER

- Des congés spécifiques pour les aidants existent :
  - **Don de jours de repos**
  - **Congé de présence parentale**
  - **Congé de proche aidant**
  - **Congé de solidarité familiale.**Toutes les infos sur le site : [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)
- **Du répit**, le tissu associatif local propose différentes solutions de répit.
- **Des aides techniques** comme de la téléassistance ou des aménagements du domicile peuvent soulager le quotidien
- **Des aides à domiciles ...**



## POUR EN PARLER

- **De nombreux groupes de paroles**, cafés des aidants près de chez vous
- **Des communautés d'aidants.** Par exemple, Bonjour Fred propose un site internet et des communautés Facebook régionales.

BONJOUR  
FRED



## POUR SE RENSEIGNER

- Consultez le **guide des salariés aidants** édité par l'Agirc Arrco flashez le code ou cliquez ici =>
- [www.maboussoleaidants.fr](http://www.maboussoleaidants.fr)
- [www.essentiel-autonomie.com](http://www.essentiel-autonomie.com)



De plus en plus d'entreprises se saisissent du sujet. Si vous voyez cette page c'est que **votre entreprise souhaite sensibiliser ses salariés aidants.**

Renseignez-vous dans **vos équipes RH** ou auprès des **assistants de services sociaux** le cas échéant, si des dispositifs particuliers sont prévus dans votre entreprise.

## À VOTRE TOUR D'ÊTRE AIDÉ !

Appelez le **3996** ou consultez **ici** (Essentiel autonomie)