

FIER D'ÊTRE AIDANT, MAIS PAS SEUL !



1. AIDANT, AIDANTE ?

Vous êtes engagés auprès d'un proche en tant que **réseau de solidarité pour Présence Verte Guienne**, vous veillez sur lui. Être là en cas de coup dur, c'est une évidence pour vous !

Vous êtes peut-être « **Plus** » pour cette personne, ponctuellement ou quotidiennement, vous lui venez en aide pour :

- Faire des courses, l'accompagner aux rendez-vous médicaux, l'aider aux actes quotidiens, la toilette, la gestion administrative, s'occuper de la maison, du jardin.

Vous aimez partager un repas, échanger sur le quotidien, évoquer des souvenirs, rire, pleurer ensemble.



NOMBRE
D'AIDANT.ES
EN FRANCE :
9 M



**1 PERSONNE
SUR 5 EST
AIDANTE**



**70 % SONT
DES AIDANTES**

**80 % DES
AIDANTES
ONT MOINS
DE 65 ANS**

Aidant - Aidante : personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap.

(L'article 51 de la loi du 28 décembre 2015 est relative à l'adaptation de la société au vieillissement.)

2. PRENDRE CONSCIENCE D'ÊTRE AIDANT, AIDANTE : UN PREMIER PAS DÉTERMINANT !

C'est un rôle gratifiant où l'on exprime pleinement sa solidarité envers les plus fragiles que soi.

Ambition parfois bousculée par le quotidien d'aidant qui peut être nié, minimisé et devenir un fardeau avec des difficultés qui s'accumulent.



FATIGUE



INDISPONIBILITÉ

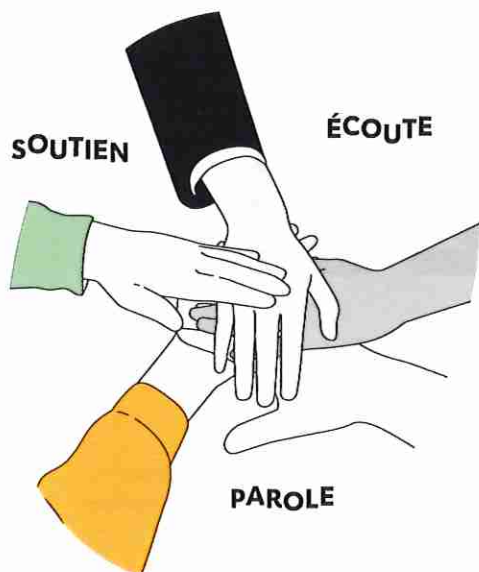


**MANQUE
DE SOLUTION**



ABANDON...





3. ÊTRE BIEN INFORMÉ POUR PRÉVENIR LES DIFFICULTÉS

Des initiatives, tant publiques que privées, ont vu le jour pour améliorer votre quotidien : formations, réseaux de soutien, aides financières et dispositifs de répit.

Elles considèrent les besoins essentiels pour une relation aidant - aidé épanouie, stable, pérenne.



RÉPIT



CONSEIL &
INFORMATION



RESSOURCE



RÉSEAU
SOLIDAIRE

4. UNE CONCIERGERIE À VOTRE SERVICE POUR BIEN VIVRE SON RÔLE D'AIDANT

Pour parler de votre quotidien d'aidant ou d'aidante et découvrir les services et ressources destinés à faciliter la vie des aidants. Vous pouvez contacter notre **Conciergerie d'Ici**.

- Trouver un service de mobilité pour un rdv médical,
- Des besoins d'installation en aides techniques,
- S'informer sur les plateformes de répit pour s'octroyer un week-end à soi,
- Parcours d'ateliers de prévention pour créer du lien social,
- Comment trouver du relais en cas d'absences programmées : vacances, hospitalisation,
- Des services du quotidien pour prendre son temps avec l'aidé.



MOBILITÉ



RÉPIT



COMMUNICATION



ACTION



5. CONTACTEZ-NOUS FACILEMENT Nous vous orienterons gratuitement vers les services adaptés

Nous vous proposons un échange pour faire un point, vous aider dans votre appréciation de votre rôle, évaluer vos besoins, vos éventuelles difficultés. Nous vous présenterons les services ressources adaptés à votre situation.



CONCIERGERIE
D'ICI

05 53 67 78 42

contact@conciergerie-dici.fr

conciergerie-dici.fr