

# Vous aider à concilier vie personnelle et vie professionnelle

## Pour les salariés aidants

- Un guide « Pour comprendre et se faire aider » qui permet de faire le point sur les droits des aidants familiaux et sur ceux des proches dépendants, tout en indiquant les interlocuteurs auxquels chacun peut s'adresser pour trouver de l'aide.

Contact : 01 43 95 78 09  
[primavita@ag2rlamondiale.fr](mailto:primavita@ag2rlamondiale.fr)

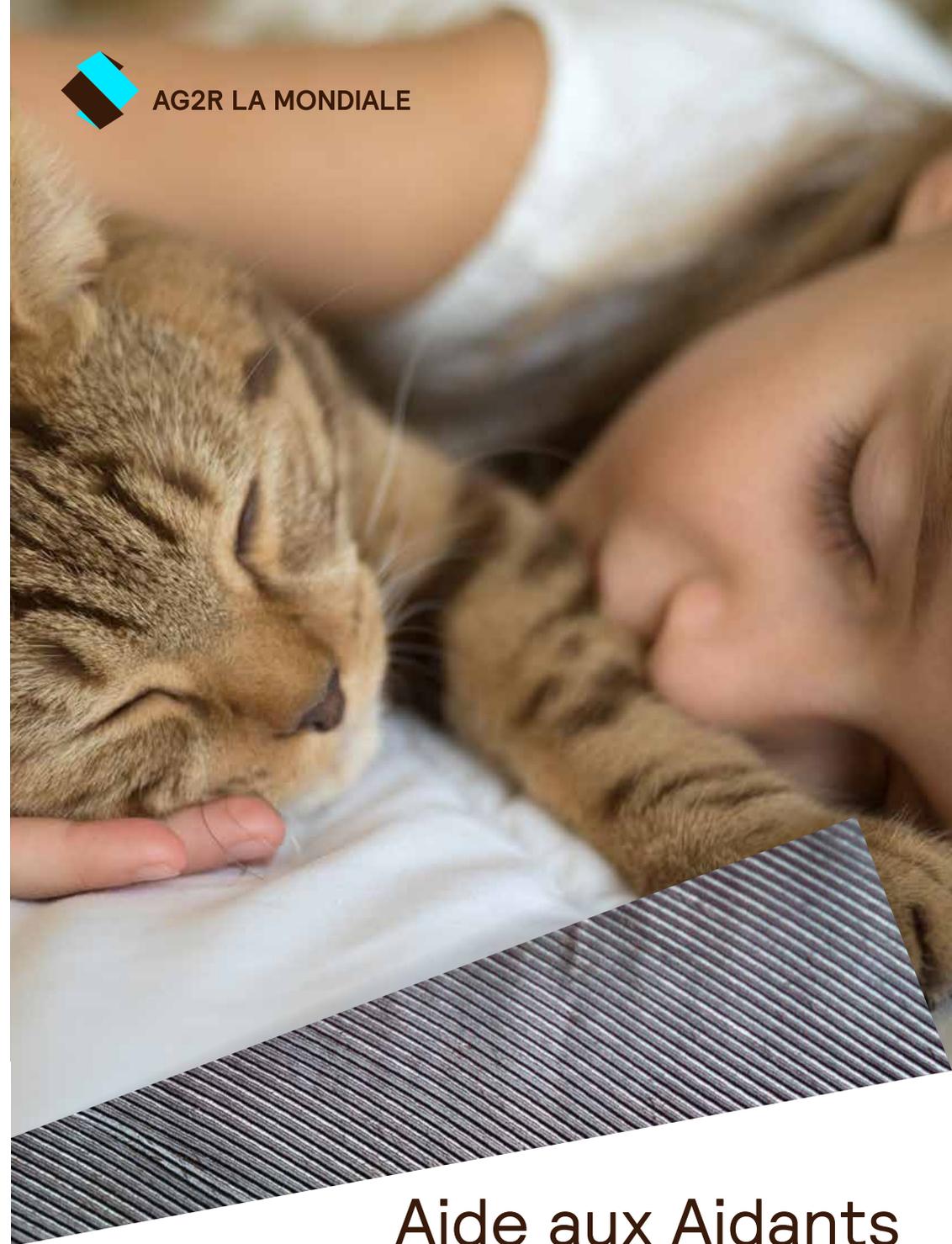
- Des ateliers de formation, avec « Être salarié aidants » qui leur proposera un parcours de l'aidant avec des solutions à caractère individuel et « Ce que les aidants doivent savoir » qui leur apportera des réponses sur des thématiques identifiées.

Contact : 01 43 95 78 09  
[primavita@ag2rlamondiale.fr](mailto:primavita@ag2rlamondiale.fr)

Des dispositifs spécifiques peuvent avoir été mis en place par votre entreprise, n'hésitez pas à prendre contact avec votre direction des ressources humaines.



AG2R LA MONDIALE



# Qui puis-je contacter pour obtenir plus d'informations sur une aide ?

AG2R LA MONDIALE met à votre disposition une offre de services pour accompagner votre proche fragilisé par la maladie, le handicap ou la perte d'autonomie, tout en préservant votre équilibre de vie. Et pour compléter notre action, nous adossons à des partenaires qui œuvrent au quotidien pour les aidants.

Pour votre information, nos aides sont proposées, en complément des aides légales et sous certaines conditions.

Pour contacter l'équipe sociale de votre région :

[www.ag2rlamondiale.fr/nos-equipes-sociales-en-region](http://www.ag2rlamondiale.fr/nos-equipes-sociales-en-region)

N° Social :

**0 969 36 10 43**

(munissez-vous du numéro SIRET de votre entreprise, de votre numéro de sécurité sociale et numéro de contrat)

Pour plus d'informations sur les dispositifs de votre branche professionnelle :

<https://www.ag2rlamondiale.fr/conventions-collectives-nationales/ccn-cabinets-cliniques-veterinaires>

<https://www.ag2rlamondiale.fr/conventions-collectives-nationales/ccn-veterinaires-praticiens-salaries>

# Agir pour préserver votre équilibre de vie

## Écoute, Conseil et Soutien financier pour bien vivre à domicile

- Réponses adaptées et personnalisées sur l'aide à domicile, l'adaptation du logement, le handicap, les solutions de répit...
- Informations et conseils sur les dispositifs légaux, recherche d'organismes sur toutes les questions de la vie quotidienne.
- Accompagnement pour constituer un dossier d'aide financière complémentaire, si besoin.
- Mise à disposition du site internet Aidons Les Nôtres, un site d'informations, de conseils d'experts et forum d'échanges entre les aidants familiaux. Gratuit.

Contact : [www.aidonslesnotres.fr](http://www.aidonslesnotres.fr)

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc-arrco**

## Dispositifs Agirc et Arrco pour bien vieillir chez soi

- Aide momentanée à domicile pour l'aidé en cas d'incapacité temporaire de l'aidant (hospitalisation, absence, maladie...). Mise en place sous 48h (10h max).
- Sortir Plus pour faciliter les déplacements : rdv médicaux, coiffeur, théâtre... Règlement du prestataire par chèque spécifique.
- Diagnostic Bien chez Moi : Conseils et préconisations pour l'adaptation du logement et les gestes de la vie quotidienne. Et venez visiter l'« Espace Idées Bien Chez Moi » entièrement aménagé au 7 cité Paradis (Paris 10<sup>e</sup>).

Un numéro de téléphone unique pour ces 3 prestations dédiées aux 75 ans et +

Contact : 0 810 360 560  
(Service 0,05 €/min + prix appel)

## Fonds social

En vue de déployer le degré élevé de solidarité du régime obligatoire de remboursement complémentaire de frais de soins de santé (article 9 de la convention collective nationale), les partenaires sociaux de la branche « Entreprises de propriété et services associés » ont décidé la création d'un fonds social dédié dont la gestion est confiée à AG2R Prévoyance.

## Ses objectifs :

- la prise en charge de prestations d'action sociale individuelles ou collectives notamment pour les aidants ;
- le financement d'actions de prévention des risques professionnels dans le secteur ;
- la prise en charge de la part salariale de cotisation des apprentis dont le contrat est inférieur à 12 mois.

## Ses bénéficiaires :

Pourront bénéficier des actions du fonds social de branche, les salariés des entreprises adhérentes auprès d'AG2R Prévoyance au titre du régime frais de santé conventionnel des salariés non cadres de la branche.

# Vous soutenir et vous informer

**alzheimer**  
0811 740 700

## Ligne d'écoute et de soutien

dédiée à la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés, animée par des bénévoles formés.

Contact : 0 970 818 806  
7/7j - de 20h à 22h  
(coût d'un appel local)



## Quand le quotidien devient difficile à gérer,

que la fatigue s'installe, des psychologues vous proposent, par téléphone, un soutien individuel à la relation d'aide et des solutions personnalisées adaptées.

Contact : 01 79 64 48 99  
du lundi au vendredi de 9h à 17h  
(coût d'un appel local)



## Accompagnement et soutien des aidants de personnes déficientes visuelles

à travers différentes solutions sur mesure : aide dans les démarches administratives, lecture à domicile, activités culturelles, groupes de parole...

Contact : 01 47 34 30 00  
giaa@giaa.org / www.giaa.org



## Ligne d'écoute, de soutien et d'entraide

animée par un réseau d'anciens aidants, formés et expérimentés.

Contact : 01 8 472 9 472  
7/7j - de 8h à 24h  
(coût d'un appel local)  
www.avecnosproches.com  
contact@avecnosproches.com



## Info proche Aidant.e, au sein d'un CIDFF (106 en France)

permet aux femmes aidantes de bénéficier de conseils juridiques gratuits sur leurs droits et leurs problématiques, d'un accompagnement personnalisé vers l'emploi, d'une médiation familiale et d'un soutien psychologique.

Contact : ipa@fncidff.fr  
www.infofemmes.com



## Formation des aidants

aidants (en présentiel - dans des structures locales - ou en ligne) afin de vous questionner, de comprendre votre situation et de trouver des réponses adéquates.

Contact : [www.aidants.fr/vous-etes-aidant/participer-action-pres-de-chez-soi/formation-aidants-0](http://www.aidants.fr/vous-etes-aidant/participer-action-pres-de-chez-soi/formation-aidants-0)

## Cafés des aidants

lieux pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial, avec l'aide de professionnels.

Contact : [www.aidants.fr/vous-etes-aidant/participer-action-pres-de-chez-soi/cafe-aidants](http://www.aidants.fr/vous-etes-aidant/participer-action-pres-de-chez-soi/cafe-aidants)



## Auto-formations et tutoriels sur les bons gestes et postures

pour apprendre à mieux accompagner votre proche au quotidien, tout en préservant votre santé (lève personne, aide au relevé après une chute, transferts, habillage, repas...)

Contact : <https://lacompaniedesaidants.org/se-former/>

# Vous permettre de rester à domicile ou envisager une entrée en établissement

## ORIZEA

Pour un lieu de vie adapté à l'avancée en âge

## Écoute et conseil pour trouver des lieux de vie adaptés aux besoins de vos proches

- Évaluer ensemble la situation et évoquer toutes les solutions pouvant être mises en oeuvre, du maintien à domicile à l'entrée en établissement.
- Vous informer sur les dispositifs existants et les aides possibles.

- Vous proposer des établissements adaptés à vos besoins (médicalisé type EHPAD, accueil de jour, accueil temporaire).

Contact : 01 41 05 27 58  
[www.ag2rlamondiale.fr](http://www.ag2rlamondiale.fr)

# Vous permettre de trouver les solutions de relais ou de répit



[www.sos-repit.fr](http://www.sos-repit.fr)

SOS REPIT®, créé par l'association GRATH, facilite votre recherche d'une solution, la prise de contact et la demande de réservation d'accueil temporaire pour personnes âgées dépendantes, adultes et enfants handicapés. Il vous permet également de connaître les disponibilités en temps réel des structures d'accueil temporaire.

Contact : <https://www.sos-repit.fr/>



## Village Répit Familles® (VRF)

Séjours de vacances aidants-aidés dans un lieu de vacances proposant des activités ludiques pour l'aidant et un accompagnement médico-social adapté pour l'aidé. Vous pouvez bénéficier selon vos revenus d'une prise en charge de 75 à 85 % du coût de votre premier séjour, par votre caisse de retraite complémentaire Agirc ou Arrco.

Contact : 05 57 885 885  
(coût d'un appel local)  
[www.vrf.fr](http://www.vrf.fr)



## Séjours Vacances-Répit Alzheimer®

Séjours de vacances adaptés aux

personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et leurs aidants, partout en France. Pour mieux en profiter, vous choisissez votre programme de vacances parmi « Détente », « Répit », « Malades Jeunes » ou « Aidants Isolés et êtes accueillis par une équipe de bénévoles formés et de soignants.

Contact : 01 42 97 53 51  
ou par mail : [sejoursvacances@francealzheimer.org](mailto:sejoursvacances@francealzheimer.org)  
[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)

IRPA

INSTITUT DE RECHERCHES PRATIQUES SUR L'AUTISME



## Séjours Vacances-Répit Autisme (IRPA)

Séjours de vacances-répit pour les familles et leur enfant/jeune adulte avec Trouble du Spectre Autistique (TSA) au Village de Fraisse-Terre d'Avenir à Leuc près de Carcassonne (11250) : un cadre apaisant, au cœur d'une nature préservée sur un domaine agro-touristique, pour prendre du repos et recréer du lien. Votre enfant bénéficiera d'activités psychopédagogiques, sensorielles et motrices et votre famille pourra se détendre et se ressourcer grâce à des activités de relaxation, de bien-être, des balades et des temps de partage afin de rompre avec les difficultés et les tensions du quotidien.

Contact : 04 68 79 63 63  
ou par mail : [contact@irpa.fr](mailto:contact@irpa.fr)  
[www.villagedefraisse.org](http://www.villagedefraisse.org)

# Vous aider à prendre soin de votre santé



## Bilan de prévention santé dès 50 ans

Bilan médico-psycho-social personnalisé dans les Centres de prévention Agirc et Arrco, suivi d'un protocole spécifique pour les aidants, conférences d'information et ateliers de prévention santé (sommeil, activité physique, mémoire, nutrition...).

Contact :  
[www.centreprevention.com/trouver-un-centre/](http://www.centreprevention.com/trouver-un-centre/)



## Activités physiques adaptées

Des professionnels vous permettent d'entretenir votre forme près de chez vous ou directement à domicile (dispositif domesiel)

Contact : 0 388 324 839  
(coût d'un appel local)  
[contact@sielbleu.org](mailto:contact@sielbleu.org)  
[www.sielbleu.org](http://www.sielbleu.org)

