



AG2R LA MONDIALE

Épargne  
Retraite  
Santé  
Prévoyance

● RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
agirc - arrco



11 millions de Français  
sont des proches aidants.  
Vous en faites peut-être partie ?

# Pour vous accompagner, le Pôle Coiffure met à votre disposition des solutions simples et gratuites dédiées au bien-être des aidants.

## Solidaires des Aidants

- Des clés pour oser la solidarité de proximité.
- Une plateforme d'informations et de mise en relation pour vous permettre de trouver des voisins solidaires proches de chez vous, pour vous accompagner dans votre quotidien d'aidant en cas de besoin.
- Pour plus d'informations, contactez l'association Solidaires des Aidants au : 01 42 12 72 72 ou à [contact@voisinsolidaires.fr](mailto:contact@voisinsolidaires.fr), ou rendez-vous sur : <https://solidaires-des-aidants.fr/>

## Avec Nos Proches

- Pour parler et être écouté par téléphone : une ligne nationale pour celles et ceux qui en éprouvent le besoin, aidants et anciens aidants. Au bout de la ligne, des bénévoles écoutants, tous anciens aidants.
- Téléphone : **01 84 72 94 72** disponible 7j/7 de 8h à 22h (coût d'un appel local et anonyme).

## Nouveau souffle

- Pour bénéficier d'un service d'accompagnement personnalisé en ligne ou près de chez vous, gratuit, pour vivre plus sereinement son rôle d'aidant : rendez-vous individuels, groupes d'entraide collectifs, ateliers thématiques, vidéos... Ces rendez-vous, orientés prise de recul et pistes pratiques, sont assurés par des professionnels ayant eux-mêmes vécu le rôle d'aidant.
- Pour plus d'informations, contactez : <https://nouveausouffle-asso.com/>

**Vous êtes aidant ?**  
Découvrez nos solutions  
pour vous aider :



## Associations partenaires

