

Ces services d'accompagnement et de prévention, sont financés par l'action sociale AG2R Agirc-Arrco.

Vous êtes aidant ?
Découvrez nos solutions pour vous aider :




Associations partenaires



AG2R Agirc-Arrco - Institution de retraite complémentaire régie par le code de la Sécurité Sociale - Membre d'AG2R LA MONDIALE et de la fédération Agirc-Arrco - Siège social : 14-16 boulevard Malesherbes 75008 Paris - Siren 775 682 917.



 **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 ?**

Quelques chiffres

1 Français sur 5

est un aidant, et la plupart du temps, il n'en a pas conscience car tout ce qu'il entreprend fait partie intégrante de son quotidien.



1 aidant sur 2
est épuisé

1 aidant sur 2
est démuni

1 aidant sur 3
délaïsse sa propre santé

Plus de 50%
des aidants sont des salariés

Source OCIRP- Viavoice

Vous vous occupez d'un proche malade, âgé ou en situation de handicap ? Mais vous, qui prend soin de vous ?

Quelques exemples de vies d'aidants

- Delphine fait les courses trois fois par semaine pour sa mère Christiane atteinte d'Alzheimer.
- Kilian accompagne sa voisine Sophie tous les soirs chez le kiné.
- Rachel visite quotidiennement Joe, son père âgé, chez lui.
- Selma s'occupe de son fils en situation de handicap.

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

Solitaires 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, 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.
- Contact : <https://nouveausouffle-asso.com/>



Vous vous reconnaissez dans ces situations ? Alors vous êtes un aidant !