

CENTR'  AIDER



Guide des aidants 2024-2025

Hauts-de-Seine

Quelles
solutions
pour vous
aider ?

Ce guide se veut clair et pratique pour répondre à vos besoins.

Pour la plupart des dispositifs présentés dans ce guide, aucune participation financière n'est demandée aux bénéficiaires. Il est non exhaustif et ses informations évoluent régulièrement.

Retrouvez la version mise à jour sur centraider.fr

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous faire part de vos remarques en nous écrivant à : **contact@centraider.fr**

Nous remercions toutes les personnes qui ont contribué à la rédaction de ce guide. Ainsi que les financeurs pour leur soutien et leur confiance.

Autonomie Paris Saint-Jacques

11, rue de l'École de Médecine,
75006 Paris

01 44 07 13 35

Responsable de rédaction :
Marie Bouchaud

Design graphique et illustrations :
Vérane Cottin

Imprimé en France
par Iropa

Septembre 2024

▶ **J'ai un lien affectif ou familial avec une personne dans mon entourage**

▶ **Cette personne a besoin d'être aidée dans sa vie quotidienne**

▶ **Je l'aide de façon régulière**

▶ **Cette aide prend différentes formes (courses, ménage, administratif, soins...)**

Je suis aidant(e)





À QUI M'ADRESSER SELON MES BESOINS ?	6
---	----------

TROUVER MON LIEU D'INFORMATION

Les plateformes d'accompagnement et de répit	12
Les services d'information, d'accompagnement et de coordination	14
- Services dédiés pour mon proche âgé	20
- Services dédiés pour mon proche en situation de handicap	24
Associations d'usagers et centres ressources	28

ÉCHANGER ET ÊTRE SOUTENU

Médiation Aidants-Aidés	32
Café des aidants	34
Les groupes de parole	36
Soutien psychologique individuel	39
Lignes d'écoute et de soutien	40

M'INFORMER ET ME FORMER

Formation pour les proches aidants	42
------------------------------------	----

PRENDRE DU TEMPS POUR SOI

Répit pour les proches aidants de personnes âgées	45
Répit pour les proches aidants de personnes en situation de handicap	54
Autres solutions de répit	56

MES DROITS ET CEUX DE MON PROCHE

Congés et indemnisations pour les aidants	57
Autres droits des aidants	60
Aides financières pour le proche aidé	62
Aides à la mobilité	70
Protéger et représenter mon proche au niveau juridique	72
Protéger et représenter mon proche au niveau médical	73
Lieux d'accès aux informations juridiques	74
Accompagnement juridique	76

ZOOM SUR LES JEUNES AIDANTS

Rencontrer des jeunes dans la même situation, bénéficier de temps pour soi	78
Trouver le bon lieu d'information	80
Ressources en ligne - Lignes d'écoute	81

À qui m'adresser selon mes besoins

Être soutenu en tant qu'aidant

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Être écouté Partager mon expérience Échanger avec d'autres aidants	- Groupe de parole - Café des aidants - Réseaux sociaux, forum - Soutien psychologique	• PARA (p.12) • Associations d'usagers (p.28)
Connaître la maladie de mon proche	- Formations - Éducation thérapeutique du patient - Rendez-vous avec des professionnels	• Associations d'usagers (p.28) • Centre ressources thématiques (p.30) • PARA (p.12)
Être accompagné dans l'apaisement des tensions et l'élaboration de solutions concrètes	- Médiation Aidants-Aidés	• UDAF 92 (p.32)
Trouver du temps pour moi	- Accueil à la journée - Accueil de nuit - Hébergement temporaire - Intervention à domicile	• Centre d'accueil de jour • Service d'aide à domicile • Établissement d'accueil temporaire • i PARA (p.12)
Gérer la fatigue et le stress	- Ateliers prévention bien-être - Ateliers santé aidants - Formation des aidants	• PARA (p.12) • Associations d'usagers (p.28)

Connaître mes droits et ceux de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Connaître les dispositifs existants que je peux solliciter en tant que salarié	- Aide financière - Congé proche aidant - Aménagement du temps de travail - Cotisation retraite	• Service RH / service social de l'entreprise de l'aidant • Comité d'entreprise de la société de l'aidant • i PARA (p.12)
Connaître les dispositifs existants pour mon proche (fonctionnement des services, aide au financement, aides ponctuelles)	- Pour mon proche âgé - Pour mon proche en situation de handicap	• CCAS (p.14) • CLIC (p.20) • DAC (p.18) • CCAS (p.14) • Référent handicap (p.25) • MDPH (p.24) • Communauté 360 (p.24)

À qui m'adresser selon mes besoins



Être aidé dans la gestion courante et les démarches administratives

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Aide administrative courante	Courrier, tri et classement de papier	• Aide administrative (libérale) • Association de bénévoles • Service d'aide à domicile
	Rédaction de courriers	• Aide administrative • Association de bénévoles • Écrivain public
Démarches « entrée en maison de retraite »	Rechercher une maison de retraite	• Site internet Via trajectoire • i PARA (p.12) • CLIC (p.20)
	Compléter le dossier d'entrée	• Aide administrative • CCAS (p.14)
Démarches entrée en établissement pour une personne en situation de handicap		• Référent handicap (p.25) • MDPH (p.24)
Demande de protection juridique	Mandat de protection future	• Notaire
	Sauvegarde médicale	• Médecin traitant
	Sauvegarde de justice Mesure de curatelle, de tutelle Habilitation familiale	• Tribunal d'instance, juge des contentieux de la protection • i Points justice (p.75)

À qui m'adresser selon mes besoins

Répondre aux besoins de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Tâches ménagères	Entretien de la maison Entretien du linge	• Service d'aide à domicile •  CLIC (p.20) • Référent handicap (p.25)
Courses	Aide à domicile	• Service d'aide à domicile •  CLIC (p.20) • Référent handicap (p.25)
	Livraison à domicile	• Supermarché (sur internet)
Repas	Préparation du repas Aide à la prise du repas	• Service d'aide à domicile
	Portage de repas à domicile	• Portage de repas du CCAS • Services de livraison privés
Présence à domicile	Aide à domicile journée/nuît	• Service d'aide à domicile
Matériel médical	Lit médicalisé, siège de douche, fauteuil roulant, cannes, produits pour incontinence...	• Sociétés de matériel médical • ESCAVIE • Pharmacies
Aménager le logement	Évaluation de l'aménagement du domicile	• Ergothérapeute, • CLIC (p.20) et MDPH (p.24)
Soins d'hygiène	Coiffeur, pédicure	• Coiffeur et pédicure à domicile
	Aide à la toilette ; changement de protection...	• Cabinet infirmier libéral • Service de soins infirmiers à domicile SSIAD • Service d'aide à domicile
Coordonner les actions/ interventions pour mon proche	Pour mon proche âgé	• CLIC (p.20) • DAC si situation complexe (p.18)
	Pour mon proche en situation de handicap	•  Référent handicap (p.25) • MDPH (p.24) • DAC si situation complexe (p.18)

 Services qui peuvent vous informer sur les offres et /ou vous aider à les mettre en place.

À qui m'adresser selon mes besoins

Répondre aux besoins de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Actes médicaux/ paramédicaux	Préparation pilulier	• Pharmacie • Cabinet infirmier libéral
	Constantes, soins...	• Cabinet infirmier libéral
Professionnels de santé	Actes réalisés à domicile	• Audio prothésiste, dentiste, infirmier, kinésithérapeute, opticien, orthoptiste, psychologue, radiologue, orthophoniste...
	Téléconsultation de médecine générale ou de spécialiste (offre en déploiement)	• Infirmier libéral • Service de soins infirmiers
Sécurité de mon proche en cas de chutes, de malaises	Téléalarme Téléassistance	• Sociétés privées de téléassistance • CCAS (p.14)
Accompagnement véhiculé	Sorties avec véhicule	• PAM : accompagnement des personnes à mobilité réduite (p.70) • Service de transport spécialisé de personnes • Ambulances •  Aide à la mobilité des CCAS (p.14) • Service d'aide à domicile
Animal de compagnie	Garde en l'absence du maître Toilettage	• Services spécialisés • Associations (Pas bête...) •  CCAS (p.14)
	Soins médicaux à domicile	• Vétérinaires à domicile
Accès aux clefs	Boitier à clefs Serrure numérique	• Sociétés privées •  CCAS (p.14)

Être aidé financièrement dans la prise en charge de mon proche

Besoin	Quelle offre ?	À qui s'adresser ?
Établissement pour personnes âgées	APA	• Dossier d'APA en ligne sur le site du conseil départemental des Hauts de Seine • CCAS (p.14)
	APL	• CAF
	Aide sociale	• CCAS (p.14)
Aide à domicile, téléalarme, hébergement temporaire, aide au repas, fournitures pour incontinence, transport accompagné, aides techniques	S'il est âgé de plus de 60 ans	• CCAS (APA et aide sociale) • Caisse de retraite
	S'il est en situation de handicap	• MDPH (AEEH, PCH) (p.24)
Adaptation du logement	Aide à l'aménagement de l'habitat	• Agence Nationale pour l'amélioration de l'habitat (ANAH) • Bailleur social • Association SOLIHA • Caisse nationale d'assurance vieillesse (CNAV)



Les Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PARA)

Les Plateformes d'Accompagnement et de Répit (PARA) apportent un soutien et un accompagnement aux aidants.

Ces plateformes peuvent :

- Vous apporter des **informations**, proposer des **formations** pour faire face à la prise en charge du proche aidé mais aussi des conseils pour prendre soin de votre santé.
- Vous apporter du **soutien individuel ou en groupe** pour partager les expériences, rompre l'isolement, renforcer des liens entre aidants confrontés à la même situation, etc.
- Vous orienter vers des **solutions de répit** pour du temps libre, vous reposer, etc.

En pratique

Pour bénéficier des offres gratuites des Plateformes d'accompagnement et de répit des Hauts-de-Seine vous devez accompagner un proche fragilisé par l'âge, la maladie, le handicap :

- vivant à domicile, dans les Hauts-de-Seine
- ou résider vous même dans les Hauts de Seine



Retrouvez la vidéo explicative :

Qu'est ce qu'une PARA ? en scannant ce QR code
ou sur la chaine Youtube centr'aider
<https://www.youtube.com/@Centraider-eh9nv>

Pour les aidants de proches fragilisés par l'âge, la maladie, le handicap.

Certaines propositions peuvent être spécialisées sur les troubles cognitifs ou les maladies neuro-dégénératives.

1 La Plateforme d'Accompagnement et de répit Fondation Aulagnier

15-17, rue Maurice-Pelletier
92210 Bois Colombes

01 47 81 90 11

Doris RIOS
para@fondation-aulagnier.fr

4 La Plateforme d'Accompagnement et de répit Fondation Odilon Lannelongue

29, rue Diderot
92170 Vanves

01 46 42 31 51

Laure VEZIN
para@fondation-odilon-lannelongue.fr

2 La Plateforme d'Accompagnement et de répit 92 Centre-Nord

20, rue des Gravieres
92200 Neuilly-sur-Seine

07 67 15 71 26

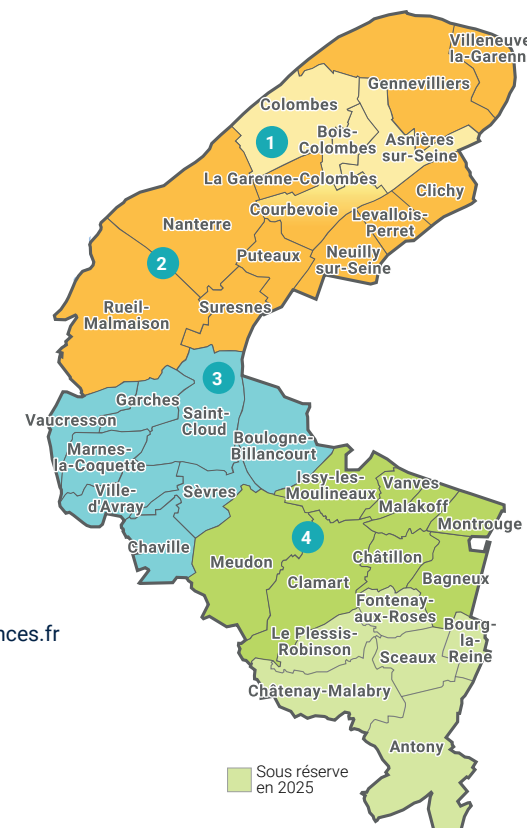
Marie BENOIT
par92@delta7.org

3 La Plateforme d'Accompagnement et de répit Les Abondances

49, rue Saint-Denis
92100 Boulogne-Billancourt

01 41 22 57 51

Sophie PASCAULT
plateformeaidants@lesabondances.fr



Les services d'information, d'accompagnement et de coordination

Les Centres Communaux d'Action Sociale CCAS

Les CCAS sont en charge de l'action sociale dans les communes.

Pour soutenir les habitants de la commune, notamment les personnes fragiles en raison de l'âge ou d'un handicap, le CCAS :

- **attribue des aides financières**, en nature ou sous forme de prêts,
- développe des activités, comme par exemple la **gestion d'établissements d'hébergement** pour personnes âgées ou de services à domicile,
- met en œuvre des **actions d'animation ou de soutien** : lutte contre l'isolement, maintien du lien social, accès à la culture et aux loisirs, actions de prévention, adaptation du logement...

Ses principaux domaines d'actions concernent :

- **l'accès aux droits** : instruction des dossiers d'aide sociale, aide alimentaire, précarité ...
- **l'accompagnement de la perte d'autonomie** : gestion de services d'aide à domicile, prévention et animation en direction des personnes âgées, gestion d'établissements d'hébergement pour personnes âgées...
- **le soutien au logement et à l'hébergement** : accès et maintien dans le logement, adaptation de l'habitat, logement/hébergement d'urgence, médiation locative...
- **la petite enfance, enfance/jeunesse** : gestion d'établissements d'accueil collectif, relais d'assistantes maternelles, soutien à la parentalité...
- le soutien aux personnes en **situation de handicap**.

Pour quelles démarches s'adresser au CCAS ?

- **l'information sur les droits**, les aides et les prestations sociales, l'orientation vers le bon organisme,
- **la demande d'APA** (Allocation Personnalisée d'Autonomie), que certains CCAS instruisent par délégation du conseil départemental,
- **la demande d'ASH** (Aide Sociale à l'Hébergement).
- les demandes d'aides **spécifiques au CCAS**.

CCAS Antony

81, rue Prosper Legouté
92160 Antony
01 40 96 71 38
ccas@ville-antony.fr

CCAS Asnières-sur-Seine

14, rue des Parisiens
92600 Asnières-sur-Seine
01 41 11 12 62
ou **01 41 11 13 63**

CCAS Bagneux

57, avenue Henri Ravera
92220 Bagneux
01 42 31 60 12
ccas@mairie-bagneux.fr

CCAS Bois-Colombes

79, rue Charles Duflos
92270 Bois-Colombes
01 41 19 83 05
ccas@bois-colombes.com

CCAS

Boulogne-Billancourt
Annexe de l'Hôtel de Ville
24 bis, avenue André Morizet
92100 Boulogne-Billancourt
01 55 18 47 48
contactccas@
mairie-boulogne-billancourt.fr

CCAS Bourg-la-Reine

1, boulevard Carnot
92340 Bourg-la-Reine
01 79 71 41 20
action.sociale.familiale@
bourg-la-reine.fr

CCAS Châtenay-Malabry

Hôtel de Ville
26, rue du Docteur Le Savoureux
92290 Châtenay-Malabry
01 46 83 46 82
ccas@chatenay-malabry.fr
*Accueil Aidants
du lundi au vendredi
9h > 12h & 13h30 > 17h
avec ou sans RDV
01 46 83 46 38
referente-autonomie-ccas@
chatenay-malabry.fr*

CCAS Châtillon

79, rue Pierre Semard
92320 Châtillon
01 58 07 15 24 / 55
ccas.solidarite@chatillon92.fr

CCAS Chaville

22, rue de la fontaine Henri IV
92370 Chaville
01 41 15 40 87
adm.ccas@ville-chaville.fr
*Permanence aidants le
vendredi de 9h30 à 12h
(dès le 8/11/24 - hors période
scolaire)*

CCAS Clamart

30, rue Gabriel Péri
92140 Clamart
01 71 16 75 60
ccasclamart@clamart.fr

CCAS Clichy

80, bd du General Leclerc
92110 Clichy
01 47 15 31 41
ccas@ville-clichy.fr

Trouver mon lieu d'information

CCAS Colombes

5, rue de la Liberté
92700 Colombes
01 47 60 43 90

CCAS Courbevoie

2, place de l'Hôtel de Ville
92400 Courbevoie
01 71 05 71 33
ccas@ville-courbevoie.fr
La pause des aidants
pause@villecourbevoie.fr
www.ville-courbevoie.fr/2543/les-aidants.htm

CCAS Fontenay-aux-Roses

10, rue Jean Jaurès
92260 Fontenay-aux-Roses
01 41 13 20 75

CCAS Garches

2, rue Claude Liard
92380 Garches
01 47 95 66 50 / 51
ccas@garches.fr

CCAS Gennevilliers

177, avenue Gabriel Péri
92237 Gennevilliers Cedex
01 40 85 65 81
aidesccas@ville-gennevilliers.fr

CCAS

Issy-les-Moulineaux

47, rue du Général Leclerc
92130 Issy-les-Moulineaux
01 41 23 86 50
accueilccas@ville-issy.fr

CCAS

La Garenne-Colombes

68, bd de la République
92250 La Garenne-Colombes
01 72 42 40 84
ccas@lagarennecolombes.fr

CCAS

Le Plessis-Robinson

Hôtel de Ville
3, place de la Mairie
92350 Le Plessis-Robinson
01 46 01 43 69 / 12
ccas@plessis-robinson.com

CCAS Levallois-Perret

Place de la République
92300 Levallois-Perret
01 49 68 30 90
ccas@ville-levallois.fr

CCAS Malakoff

1, place du 11 Novembre
92240 Malakoff
01 47 46 75 97
ccas@ville-malakoff.fr

CCAS

Marnes-la-Coquette

3, place de la Mairie
92430 Marnes-la-Coquette
01 47 41 06 36
g.henry@marnes-la-coquette.fr

CCAS Meudon

6, avenue Le Corbeiller
92190 Meudon
01 41 14 80 81
aidesociale.ccas@mairie-meudon.fr

CCAS Montrouge

5, rue Amaury Duval
92120 Montrouge
01 46 12 74 10
ccas@ville-montrouge.fr

CCAS Nanterre

1, place du 27 mars 2002
92000 Nanterre
01 47 29 50 50

CCAS Neuilly-sur-Seine

96, avenue Achille Peretti
92200 Neuilly-sur-Seine
01 40 88 89 39
service.ccas@ville-neuillysurseine.fr

Trouver mon lieu d'information

CCAS Puteaux

102 bis, rue de la République
92800 Puteaux
01 46 92 95 95
ccas@mairie-puteaux.fr

CCAS Rueil-Malmaison

2, place Jean Jaurès
92500 Rueil-Malmaison
01 47 32 67 67
action-sociale@mairie-rueilmalmaison.fr

CCAS Saint-Cloud

13, place Charles de Gaulle
92210 Saint-Cloud
01 41 12 89 65

CCAS Sceaux

Espace seniors et aidants
122, rue Houdan
92330 Sceaux
01 41 13 33 00
sceauxinfomairie@sceaux.fr

CCAS Sèvres

14, rue des caves du Roi
92310 Sèvres
01 41 14 11 34
dasl@ville-sevres.fr

CCAS Suresnes

7/9, rue du Mont-Valérien
92150 Suresnes
01 41 18 15 71
ccas@ville-suresnes.fr

CCAS Vanves

33, rue Antoine Fratacci
92170 Vanves
01 41 33 92 13
pole.seniors@ville-vanves.fr

CCAS Vaucresson

10, rue de la Folie
92420 Vaucresson
01 71 02 80 90
solidarite@mairie-vaucresson.fr

CCAS Ville d'Avray

13, rue de Saint-Cloud
92410 Ville d'Avray
01 41 15 87 96

CCAS

Villeuve-la-Garenne

28, avenue de Verdun
92390 Villeuve-la-Garenne
01 40 85 57 57
service-ccas@villeneuve92.com



Les services d'information, d'accompagnement et de coordination

Dispositifs d'Appui à la Coordination (DAC)

Les DAC sont des dispositifs d'information, d'orientation et de coordination dédiés aux personnes en situation complexe (perte d'autonomie, maladie chronique, handicap, isolement, cumul de difficultés), quels que soient leur âge et leur(s) pathologie(s).

Les équipes des DAC peuvent effectuer des visites au domicile afin **d'évaluer les besoins de votre proche et proposer, en lien avec les autres professionnels**, un accompagnement personnalisé pour la mise en place des aides et des soins. L'objectif des DAC est d'aider à mieux structurer **le parcours de santé**, en tenant compte des souhaits de la personne concernée et des besoins des aidants.

Ils sont également **un service ressource** pour les professionnels des secteurs sanitaire, social et médico-social. Ils ont également **un rôle d'animation auprès des professionnels de leur territoire**, participent à des instances territoriales entre professionnels et contribuent à l'observatoire partagé des besoins et de l'offre en santé.

En pratique

Les DAC vous informent selon la commune de résidence du proche aidé.

Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 18h.

1 DAC 92 Nord SEMAPHORE

9, allée des Barbanniers
92230 Gennevilliers

01 71 90 50 50

contact@dac92nord.fr

3 DAC 92 Sud OSMOSE

4, rue des Carnets
92140 Clamart

01 46 30 18 14

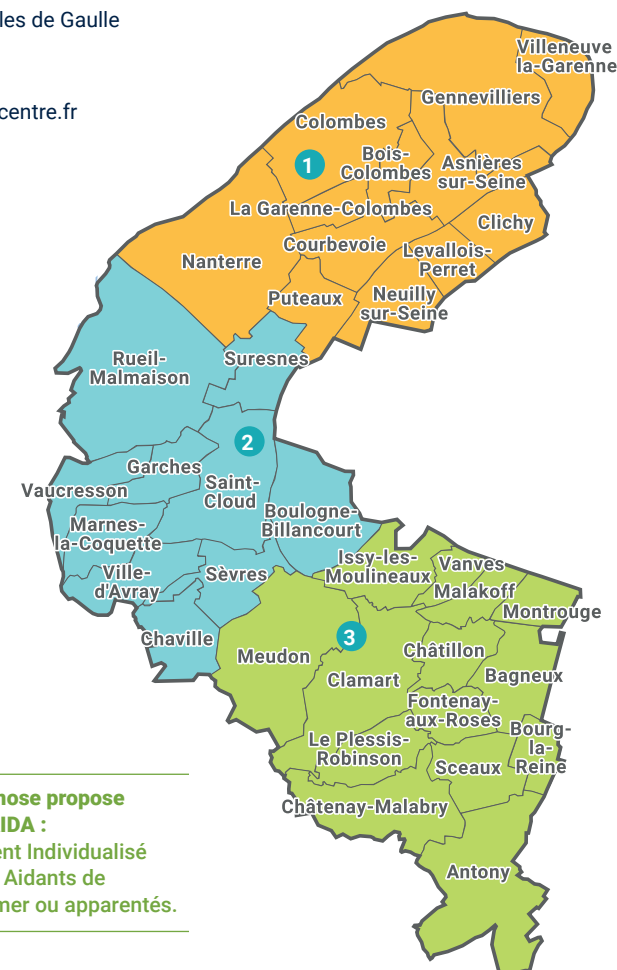
accueil@dac92sud.fr

2 DAC 92 Centre ASDES

14, avenue Charles de Gaulle
92150 Suresnes

01 81 80 38 30

contact@dac92centre.fr



Le DAC sud Osmose propose le programme AIDA :

Accompagnement Individualisé au Domicile des Aidants de malades Alzheimer ou apparentés.

Services dédiés pour mon proche âgé

Les Centres Locaux d'Information et de Coordination gériatologique (CLIC)

Point d'accueil de proximité, leur rôle est d'informer, soutenir, accompagner, orienter les personnes de plus de 60 ans et leurs proches.

Vous serez en contact avec des professionnels comme les **assistants sociaux, les psychologues** qui seront à votre écoute. Ils vous aideront à **trouver des solutions concrètes** par rapport à votre situation et aux problèmes que vous rencontrez au quotidien (aide à la personne, aides financières, accueil de jour, aménagement du domicile de la personne accompagnée...).

Ces professionnels sont là pour **évaluer les besoins de la personne**.

Selon votre lieu d'habitation ce service peut prendre un autre nom (pôle autonomie, conseil seniors, coordination gériatologique, espace seniors aidants, maison de l'autonomie...).

ANTONY

CLIC d'Antony

77, rue Prosper Legouté
92160 Antony

01 40 96 31 70

clic@ville-antony.fr

ASNIÈRES-SUR-SEINE

CLIC d'Asnières-sur-Seine

5-7, rue de l'Alma
92600 Asnières-sur-Seine

01 41 11 17 70

ccas-clic@mairieasnieeres.fr

BAGNEUX

CLIC Vallée Sud Grand Paris

17, avenue Albert Petit
92220 Bagneux

01 42 31 68 76

clic@valleesud.fr

BOIS-COLOMBES

Coordination gériatologique

79, rue Charles Duflos
92270 Bois Colombes

01 41 19 83 05

ccas@bois-colombes.com

BOULOGNE-BILLANCOURT

Conseil Seniors

92, rue Gabriel et Charles Voisin - 92100 Boulogne Billancourt

01 55 18 47 82

accueilbbcs@mairie-boulogne-billancourt.fr

BOURG-LA-REINE

Coordination gériatologique

1, boulevard Carnot
92340 Bourg-la-Reine

01 79 71 41 20

service-seniors@bourg-la-reine.fr

CHÂTENAY-MALABRY

Coordination gériatologique

26, rue du Docteur le Savoureux
92290 Châtenay Malabry

01 46 83 46 38

coordination-gerontologie@chatenay-malabry.fr

CHÂTILLON

Maison des seniors

21, rue Gabriel Péri
92032 Châtillon

01 87 17 98 59

maisondesseniors@chatillon92.fr

CHAVILLE

Pôle senior

1085, av. Roger Salengro
92370 Chaville

01 41 15 96 20

pole.seniors@ville-chaville.fr

CLAMART

CLIC Vallée Sud Grand Paris

30, rue Gabriel Péri
92140 Clamart

01 86 63 11 86 / 85

clic@valleesud.fr

CLICHY

Coordination gériatologique

80, bd du General Leclerc
92110 Clichy

01 47 15 72 98

coordo.geronto@ville-clichy.fr

COLOMBES

CLIC

36, rue du Maréchal Joffre
92700 Colombes

01 47 60 43 54

clic@mairie-colombes.fr

COURBEVOIE

CLIC Archipel

30, av. puits de Chavannes
92400 Courbevoie

01 47 88 12 22

clicarchipel@gmail.com

FONTENAY-AUX-ROSES

CLIC Vallée Sud Grand Paris

75, rue Boucicaut
92260 Fontenay-aux-Roses

01 41 13 20 79

clic@valleesud.fr

GARCHES

CLIC Gérico

3, bis rue des Avelines
92210 Saint-Cloud

01 47 71 34 42

contact@clicgerico.com

GENNEVILLIERS

Coordination gériatologique

17, rue Victor Hugo
92230 Gennevilliers

01 40 85 68 68

ISSY-LES-MOULINEAUX

Espace seniors

5, rue Marcelin Berthelot
92130 Issy-les-Moulineaux

01 41 23 86 30 / 31

iris@ville-issy.fr

LA GARENNE-COLOMBES

CLIC Archipel

30, av. puits de Chavannes
92400 Courbevoie

01 47 88 12 22

clicarchipel@gmail.com

LE PLESSIS-ROBINSON

CLIC d'Antony

77, rue Prosper-Legouté
92160 Antony

01 40 96 31 70

clic@ville-antony.fr

Trouver mon lieu d'information

LEVALLOIS-PERRET

Coordination gérontologique

Place de la République
92300 Levallois-Perret

01 49 68 30 90

ccas@ville-levallois.fr

MALAKOFF

CLIC Vallée Sud Grand Paris

7, rue Laforest
92240 Malakoff

01 47 46 75 79

clic@valleesud.fr

MARNES-LA-COQUETTE

CLIC Gérico

3 bis, rue des Avelines
92210 Saint-Cloud

01 47 71 34 42

contact@clicgerico.com

MEUDON

Coordination gérontologique

6, avenue Le Corbeiller
92190 Meudon

01 41 14 81 66

contact.geronto@
mairie-meudon.fr

MONTROUGE

Pôle autonomie

5, rue Amaury Duval
92120 Montrouge

01 46 12 74 26

autonomie@
ville-montrouge.fr

NANTERRE

CLIC Nanterre

1, place du 27 mars 2002
92000 Nanterre

01 71 11 43 90

clicdenanterre@
mairie-nanterre.fr

NEUILLY-SUR-SEINE

Espace Solidarités Seniors

96, bis av. Achille-Peretti
92200 Neuilly sur Seine

01 40 88 87 07

clic@ville-neuillysurseine.fr

PUTEAUX

Coordination gérontologique

102 bis, rue
de la République
92800 Puteaux

01 46 92 95 95

ccas@mairie-puteaux.fr

RUEIL-MALMAISON

CLIC Maison de l'autonomie

10, ter rue d'Estiennes d'Orves
92500 Rueil-Malmaison

01 41 39 88 00

clic@
mairie-rueilmalmaison.fr

SAINT-CLOUD

CLIC Gérico

3 bis, rue des Avelines
92210 Saint-Cloud

01 47 71 34 42

contact@clicgerico.com

SCEAUX

Espace seniors et aidants

19, rue des Imbergères
92336 Sceaux

01 78 76 44 79

seniors@sceaux.fr

SÈVRES

Espace Seniors

54, Grande Rue
92230 Sèvres

01 41 14 11 36

espace.seniors@
ville-sevres.fr

Trouver mon lieu d'information



SURESNES

Coordination gérontologique du CCAS

7/9, rue du Mont Valérien
92150 Suresnes

01 41 18 16 00

suresnesalloseniors@
ville-suresnes.fr

VANVES

Coordination gérontologique

33, rue Antoine Stratacci
92170 Vanves

01 41 33 92 13

pole.seniors@ville-vanves.fr

VAUCRESSON

CLIC Gérico

3 bis, rue des Avelines
92210 Saint-Cloud

01 47 71 34 42

contact@clicgerico.com

VILLE-D'AVRAY

Pôle senior

13, rue de Saint-Cloud
92410 Ville-d'Avray

01 41 15 88 88

VILLENEUVE- LA-GARENNE

Pôle senior

28, avenue de Verdun
92390 Villeneuve-
la-Garenne

01 40 85 57 57

service-ccas@
villeneuve92.com

Services dédiés pour mon proche en situation de handicap

Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)

Guichet unique d'accès simplifié aux droits et prestations pour les personnes handicapées (enfants et adultes).

La MDPH a pour mission **d'accueillir, d'informer, de conseiller** et d'évaluer les besoins de compensation des personnes en situation de handicap.

La Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDAPH) **prend les décisions d'attribution ou de refus des prestations financières**, cartes, orientation en services et établissements médico-sociaux, parcours scolaires et orientations professionnelles.

MDPH Haut-de-Seine

2, rue Rigault
92000 Nanterre

01 41 91 92 50

Du lundi au vendredi
de 9h à 12h

mdphenligne.cnsa.fr/
mdph/92



Communauté 360

Les C360 s'adressent aux personnes **en situation de handicap**. Elles portent une attention particulière aux personnes et à leurs aidants qui ne bénéficient pas d'un accompagnement ou du soutien d'un professionnel.

Une modalité d'accès le  **0 800 360 360**
numéro vert gratuit

Les appels sont réceptionnés par une **équipe de conseillers en parcours**. Cette équipe conseille, répond aux questions ou réoriente vers les services les plus compétents.

Communauté 360

 **0 800 360 360**

Numéro accessible
aux personnes sourdes
et malentendantes
« via ACCEO »

Les référents handicap

Les référents handicap informent, **orientent les personnes en situation de handicap** (quel que soit leur âge et la nature du handicap) et leur famille. Ils peuvent vous **aider à l'instruction du dossier de demande de MDPH** (Maison Départementale des Personnes Handicapées). Certains CCAS ont un service dédié pour l'instruction des dossiers et l'accompagnement social.

ANTONY

81, rue Prosper Légouté
92160 Antony

01 40 96 73 42

handicap@ville-antony.fr

ASNIÈRES-SUR-SEINE

14, rue des Parisiens
92600 Asnières-sur-Seine

01 41 11 16 79

missionhandicap@
mairieasnieres.fr

BAGNEUX

57, avenue Henri Ravera
92220 Bagneux

01 42 31 60 12

ccas@mairie-bagneux.fr

BOIS COLOMBES

79, rue Charles Duflos
92270 Bois colombes

01 84 11 74 74

ccas@bois-colombes.com

BOULOGNE BILLANCOURT

Annexe de l'hôtel de ville

01 55 18 47 67

catherine.le.tennier@
mairie-boulogne-billancourt.fr

BOURG-LA-REINE

1, boulevard Carnot
92340 Bourg-la-Reine

01 79 71 41 20

action.sociale.familiale@
bourg-la-reine.fr

CHÂTENAY-MALABRY

Square Henri Sellier
92290 Châtenay-Malabry

01 46 83 46 83

referent-handicap@
chatenay-malabry.fr

CHÂTILLON

79, rue Pierre Semard
92320 Châtillon

01 58 07 15 32 / 34

handicap@chatillon92.fr

CHAVILLE

22, rue de la Fontaine Henri IV
92370 Chaville

01 41 15 40 87

admin.ccas@ville-chaville.fr

CLAMART

30, rue Gabriel Péri
92140 Clamart

01 71 16 75 74 / 75

sarah.paput@clamart.fr

Trouver mon lieu d'information

CLICHY

80, bd du General Leclerc
92110 Clichy

01 47 15 31 56 / 33 48

frederic.waurzyniak@
ville-clichy.fr

COLOMBES

5, rue de la liberté
92700 Colombes

01 47 60 82 89 / 43 90

angelique.charles@
mairie-colombes.fr

COURBEVOIE

2, place de l'Hôtel de Ville
92400 Courbevoie

01 71 05 75 81

s.kelsch@ville-courbevoie.fr

FONTENAY-AUX-ROSES

10, rue Jean Jaurès
92260 Fontenay-aux-Roses

01 41 13 20 72

maryse.torregrossa@
fontenay-aux-roses.fr

GARCHES

2, rue Claude Liard
92380 Garches

01 47 95 66 58

handicap@garches.fr

GENNEVILLIERS

177, avenue Gabriel Péri
92237 Gennevilliers Cedex.

01 40 85 62 65

azeddine.bencherouf@
ville-gennevilliers.fr

ISSY-LES- MOULINEAUX

Mission Handicap du CCAS

Centre Administratif
Municipal

47, rue du Général Leclerc
92130 Issy-les-Moulineaux

01 41 23 86 54

christelle.roux@ville-issy.fr

LA GARENNE COLOMBES

68, bd de la République
92250 La Garenne Colombes

01 72 42 40 84

ccas@lagarennecolombes.fr

LE PLESSIS-ROBINSON

Hôtel de Ville
3, place de la Mairie
92350 Le Plessis-Robinson

01 46 01 43 48 / 12

anne-laure.wiecha@
plessis-robinson.com

LEVALLOIS-PERRET

Place de la République
92300 Levallois-Perret

01 49 68 30 90

pmilleret@ville-levallois.fr

MALAKOFF

1, place du 11 novembre
92240 Malakoff

01 47 46 75 95

sparrie-claude@ville-malakoff.fr

MARNES-LA-COQUETTE

3, place de la Mairie
92430 Marnes-la-Coquette

01 47 41 06 36

e.demendonca@
marnes-la-coquette.fr

MEUDON

6, avenue Le Corbeiller
92190 Meudon

01 41 14 80 87

MONTRouGE

Pôle autonomie

5, rue Amaury Duval
92120 Montrouge

01 46 12 74 26

autonomie@
ville-montrouge.fr

NANTERRE

1, place du 27 mars 2002
92000 Nanterre

01 47 29 59 45

Mission.handicap@
mairie-nanterre.fr

NEUILLY-SUR-SEINE

96, Avenue Achille Peretti
92200 Neuilly-sur-Seine

01 40 88 89 39

service.ccas@
ville-neuillysurseine.fr

PUTEAUX

Pôle Handicap

18/20, rue roque de fillol
92800 Puteaux

01 46 92 95 45

ahamzaoui@
mairie-puteaux.fr

RUEIL MALMAISON

Maison de l'autonomie

10 ter, rue d'Estiennes d'Orves
92500 Rueil-Malmaison

01 41 39 88 00

mda@
mairie-rueilmalmaison.fr

SAINT-CLOUD

Référent santé et handicap

13, place Charles De Gaulle
92210 Saint-Cloud

01 47 71 53 43

s.azais@saintcloud.fr

SCEAUX

122, rue Houdan
92330 Sceaux

01 41 13 33 00

social@sceaux.fr

SEVRES

14, rue des caves du roi
92310 Sèvres

01 41 14 11 37

valerie.martel@
ville-sevres.fr

SURESNES

CCAS

7/9, rue du Mont-Valérien
92150 Suresnes

01 41 18 16 00

handicap@ville-suresnes.fr

VANVES

33, rue Antoine Fratacci
92170 Vanves

01 41 33 92 76

m.roux@ville-vanves.fr

VAUCRESSON

Service de solidarités
8, Grande Rue
92420 Vaucresson

01 71 02 80 90

solidarite@
mairie-vaucresson.fr

VILLE D'AVRAY

Se rapprocher du CCAS
voir adresse p. 17

VILLENEUVE- LA-GARENNE

Pôle handicap

28, avenue de Verdun
92390 Villeneuve-
la-Garenne

01 40 85 57 57

Associations d'usagers

Les associations d'usagers proposent de l'aide, du soutien, de l'appui aux patients et à leurs proches : information, formation, transmission d'expérience et soutien.

Par pathologie/handicap

A2MCL Association des Aidants et Malades à Corps de Lewy

Seule association dédiée à la maladie à corps de Lewy : propose un accompagnement individualisé et des groupes de parole pour les aidants et les patients, ainsi que des formations sur la maladie à corps de Lewy pour les familles et les professionnels

06 62 63 34 97

contact@a2mcl.org
www.a2mcl.org

APF France Handicap

01 41 91 74 00

dd.92@apf.asso.fr

Association Valentin Haüy Avec les aveugles et les malvoyants

01 44 49 27 27

www.avh.asso.fr

Cancer Contribution

Informar, mieux comprendre les besoins, orienter, proposer de nouvelles solutions pour améliorer le système de santé, lutter contre les inégalités d'accès et défendre les droits des patients et des proches.

Colloque annuel, ateliers, enquêtes, publications, plateforme collaborative.

asso.cancercontribution@gmail.com

www.cancercontribution.fr

Entr'aïdants France Parkinson

Propose aux proches de se rencontrer, de partager un moment convivial, d'échanger leurs expériences et de se ressourcer quelques heures dans la perspective de créer un lien durable et de générer une entraide entre eux. Les activités sont différentes d'un comité à un autre afin de mieux répondre aux besoins locaux. Il peut s'agir de groupes de parole, de cours de sophrologie, de réunions thématiques...

06 33 46 24 84

franceparkinson92@orange.fr

www.franceparkinson.fr/
association/missions-et-actions/
soutenir-assister-malades-proches/
contacts-entraidants/

FFD Fédération Française des Diabétiques

01 40 09 24 25

www.federationdesdiabetiques.org

France Alzheimer

Formation des Aidants, groupe de parole, entretien individuel, soutien psychologique

01 46 24 68 31

94, avenue Achille Peretti
92200 Neuilly-sur-Seine

fr92alzheimers@orange.fr
www.francealzheimers.org/92

Antenne de Antony, Bourg la Reine, Bagneux, Chatenay-Malabry, Fontenay aux Roses, Le Plessis Robinson, Sceaux

fa92.sud@orange.fr

Antenne de Rueil-Malmaison, Garches, Nanterre, Suresnes, Saint-Cloud, Vaucresson, Marnes-la Coquette, Chaville.

fa92nord@gmail.com

Antenne de Clamart, Malakoff, Meudon, Montrouge, Vanves, Issy-les-Moulineaux

01 46 42 22 16 - fa92sud1@yahoo.com

Antenne de Courbevoie, Asnières, Bois-Colombes, Clichy, Colombes, Gennevilliers, La Garenne-Colombes, Levallois, Villeneuve-la Garenne, Neuilly

06 03 00 18 23 - alixdechaumont@hotmail.com

France Sclérose en Plaques

01 43 90 39 39

fondation@francesep.orf
www.arsep.org

UNAFAM - Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

Écoute par des psychologues du lundi au vendredi, de 9h à 13h et de 14h à 18h (17h le vendredi)

01 42 63 03 03

www.unafam.org

UNAFAM Délégation des Hauts de Seine

Écoute par des bénévoles/aidants familiaux formés et concernés par des proches vivant avec des troubles psychiques. Ligne dédiée aux familles : 01 46 95 40 92

92@unafam.org

www.unafam.org/hauts-de-seine

Réseaux et Centres ressources

Céapsy Centre ressource sur les troubles psychiques

102, avenue du Général Leclerc - 75014 Paris

01 88 40 38 80

contact@ceapsy.org

CESAP Comité d'Études, d'Éducation et de Soins Auprès des Personnes Polyhandicapées

01 42 85 08 04

contact@cesap.asso.fr
www.cesap.asso.fr

Centre de Ressources Francilien du Traumatisme Crânien

Immeuble l'Eurocenter
80, rue de Paris,
93100 Montreuil

01 48 97 97 20

contact@crftc.org
www.crftc.org

CRAIF Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

10, rue Waldeck Rochet
93300 Aubervilliers

01 49 28 54 20

contact@craif.org
www.craif.org

La Maison de l'autisme

10, rue Waldeck Rochet
93300 Aubervilliers

0800 71 40 00

du lundi au vendredi
de 9h à 13h et de 14h à 17h
et jusqu'à 20h le mardi
et le jeudi

Maladies rares info services

0800 40 40 43 (numéro vert
appel gratuit)

www.maladiesraresinfo.org

RESRIP Réseau Rhumatismes Inflammatoires Pédiatriques

06 08 99 45 57

contact@resrip.fr

SAIS Service d'Accompagnement à l'Inclusion Sociale

Pour les familles ayant
des enfants en situation
de handicap

Palatin II et III
CS 50 138
92036 Puteaux
La Défense Cedex

01 49 01 37 26

sais92@wanadoo.fr
www.sais92.fr

SEP IDF Ouest

Départements : 78-92-95

01 39 21 81 30

www.sepouest.fr
reseau.sep.idf.ouest@orange.fr

Réseau SLA IDF

Institut de neurologie
5^{ème} étage
47, bd de l'Hôpital
75013 Paris

01 53 61 28 78



Aidants de proches en fin de vie ou en soins palliatifs

Centre National des Soins Palliatifs et de la Fin de Vie

Information, orientation, écoute,
soutien et accompagnement.

01 53 72 33 04

le mardi et le jeudi après-midi
de 14 h à 17h30

contact@spfv.fr
www.parlons-fin-de-vie.fr

Association Jalmaiv Paris IDF

Écoute par des bénévoles pour
des aidants d'un proche fragilisé
par la maladie, l'âge, la fin de vie.

08 05 65 00 56 (numéro vert appel gratuit)
du lundi au vendredi entre 14h et 19h

www.jalmaivparis.com

Équipe Mobile Territoriale de Soins Palliatifs du 92

DAC 92 SUD Osmose

4, rue des Carnets - 92140 Clamart
01 46 30 18 14 contact@dac92sud.fr

Centre hospitalier Rives de Seine

36, bd du G^{al} Leclerc - 92200 Neuilly-sur-Seine
01 41 18 13 58 emsp@ch-rivesdeseine.fr

DAC 92 NORD

9, allée des Barbanniers - 92230 Gennevilliers
01 71 90 50 25 secretariat@sp92nord.fr

Visitatio - Voisins & Soins

Un réseau d'entraide, d'accompagnement
et de soins pour les personnes gravement
malades ou en fin de vie.

01 42 53 25 15

245, boulevard Jean Jaurès
92100 Boulogne-Billancourt
contact@voisinsetsoins.org
www.voisinsetsoins.org

Visitatio - Voisins & Soins est présent à :

Boulogne Billancourt : 01 80 88 25 58
boulogne-billancourt@visitatio.org

Saint-Cloud : 01 80 88 25 60
saint-cloud@voisinsetsoins.org

Garches : 01 80 88 25 60
garches@voisinsetsoins.org

**La Garenne Colombes, Colombes,
Bois-Colombes : 01 80 87 35 94**
les-3-colombes@visitatio.org

Derniers Secours

Formation courte pour sensibiliser,
informer et guider dans l'accompagnement
des derniers moments de la vie.

106, avenue Emile Zola - 75015 Paris

derniers-secours@sfp.org
www.derniers-secours.fr

Aidants endeuillés

Empreintes - Accompagner le deuil

Accompagnement, formations et publications

01 42 38 08 08

Ligne d'écoute, entretiens individuels ou
familiaux, groupes d'entraide, ateliers d'écri-
ture. Adultes, enfants, adolescents.

7, rue Taylor - 75010 Paris

contact@empreintes-asso.com
www.empreintes-asso.com

Médiation Aidants-Aidés

La médiation familiale permet de travailler la construction ou la reconstruction **du lien familial**, et de **trouver avec les personnes des solutions concrètes aux conflits qu'elles rencontrent**.

Le médiateur familial **est un professionnel diplômé d'État, impartial, indépendant et sans pouvoir de décision**.

Il va favoriser, à travers l'organisation **d'entretiens confidentiels**, la communication entre les personnes qu'il accueille et accompagne mais aussi la **gestion des conflits entre les personnes dans le domaine familial**.

Médiation aidant aidé/ entre aidants

CMFM Centre de Médiation et de Formation à la Médiation

Médiation interpersonnelle : famille, aidants, personnels accompagnants, voisins.

01 44 64 84 70

UDAF Médiation pour aidants et aidés

Répondre au besoin d'apaisement des conflits des aidants et des familles, en cas de perte ou de maintien de l'autonomie d'un de leur proche.

UDAF 92

01 46 02 95 24

mediation@udaf92.fr

www.mediation-aidants-aides.fr

Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (CIDFF)

Médiation familiale.
Permanences : Clamart, Bologne Billancourt, Le Plessis Robinson, Fontenay-aux-Roses.

01 46 44 71 77



Les Cafés des aidants® de l'Association française des aidants

L'Association française des aidants milite pour la reconnaissance du rôle et de la place des aidants dans la société. Elle anime notamment le réseau national des Cafés des aidants®.

Les cafés des aidants sont des **lieux d'accueil libre, des espaces d'information et d'écoute** destinés à tous les aidants, **quels que soient l'âge et la pathologie de leur proche.**

L'objectif du café des aidants est d'offrir un lieu dédié pour **échanger et rencontrer d'autres aidants** dans un cadre convivial. À chaque rencontre, une thématique est proposée pour amorcer les échanges autour de son vécu d'aidant.

Exemples de thèmes : se retrouver dans le labyrinthe des dispositifs, que signifie aider un proche ?

ANTONY

Organisé par : CLIC
77, rue Prosper-Legouté
01 40 96 31 39

Une fois par mois au CLIC.
Inscription obligatoire et gratuite

COLOMBES

Organisé par :
CLIC de Colombes
4, place du général Leclerc

01 47 60 43 54
Un vendredi par mois,
de 15h à 16h30

FONTENAY-AUX-ROSES

Organisé par : fondation
Odilon Lannelongue

Café du marché
Pl. du Général de Gaulle
01 46 42 31 51

para@fondation-
odilon-lannelongue.fr

Un lundi par mois
de 17h30 à 19h
(sous réserve en 2025)



Pour des informations plus complètes et actualisées sur les lieux, jours et horaires, consultez le site de l'Association française des aidants : aidants.fr

Les cafés des aidants® sont accessibles à tous quel que soit le lieu de résidence.



GENNEVILLIERS

Organisé par Delta7
Bar de l'Hôtel Ibis
32, rue Louis Calmel
07 67 15 71 26

par92@delta7.org
Un lundi par mois
de 14h à 16h

SCEAUX

Organisé par :
Espace seniors de Sceaux
et fondation Odilon
Lannelongue

01 78 76 44 79

Bibliothèque municipale
de Sceaux
Un mardi tous les 2 mois
de 17h à 18h30

VANVES

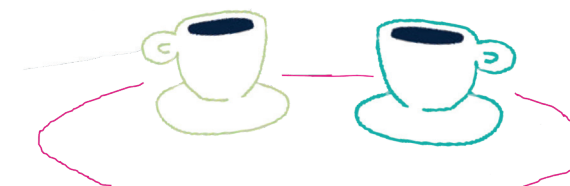
Organisé par : fondation
Odilon Lannelongue

01 46 42 31 51

para@fondation-
odilon-lannelongue.fr

Crêperie La Girafe
6, rue de la république

Un mardi par mois
de 15h à 16h30



Les groupes de parole

Plusieurs associations ou autres types de structures proposent des **groupes de parole**.

Les groupes de parole sont des espaces bienveillants, sans jugement où l'on peut **confronter ses expériences** et y recevoir des **conseils** ou des **informations** qui peuvent aider dans le vécu de sa situation.

Participer à un groupe de parole vous permet **de rompre votre isolement, d'échanger** avec des personnes qui traversent ou ont traversé les mêmes difficultés que vous et aussi de **sortir de chez vous**.

En pratique

Les groupes de parole se réunissent à date fixe et au même lieu.
Certains groupes de parole peuvent demander une participation financière.

UNAFAM 92- Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

4 groupes de parole sont mis en place par la délégation des Hauts-de-Seine.

09 62 37 87 29

92@unafam.org

Entr'aïdants France Parkinson

Entr'aïdants Parkinson propose aux proches de se rencontrer, de partager un moment convivial, d'échanger leurs expériences et de se ressourcer quelques heures dans la perspective de créer un lien durable et de générer une entraide entre eux.

06 33 46 24 84

franceparkinson92@orange.fr

France Alzheimer

Groupes de parole ouverts à tout aidant de personnes âgées, toutes pathologies, réunions mensuelles, calendrier disponible par téléphone les après-midis.

01 46 24 68 31

94, avenue Achille Peretti
92200 Neuilly-sur-Seine
fr92alzheimer@orange.fr
www.francealzheimer.org

ASNIÈRES SUR SEINE

Détente café Organisé par :
le CLIC et la Mission Handicap

14, rue des parisiens

3^e étage

01 41 11 17 70

ccas-clic@mairieasnieres.fr
Inscription obligatoire

BAGNEUX

Café Solidaire **Le Ptit Prince**
1, Place Claude Debussy

06 27 14 39 92

csaleptitprince@gmail.com

"Bar associatif autour du handicap" pour réunir les aidants et les personnes aidées en dehors de leur lieu de vie dans un café associatif

BOIS COLOMBES

Entre'aïdants Organisé par :
Les Camélias et le CCAS

Espace Duflos
79, rue Charles-Duflos

01 47 81 90 11

Un jeudi tous les deux mois

BOULOGNE BILLANCOURT

Organisé par : **PARA Centre de Gérontologie Les Abondances le Rouveray**

49, rue Saint-Denis,
01 41 22 57 51

Un jeudi par mois

COLOMBES

Café familles
Résidence Azur

27-29, rue Youri Gagarin

0 800 145 819

NEUILLY-SUR-SEINE

PARA 92 Centre Nord
Résidence de l'Association Philanthropique

07 69 26 11 07

ndelatour@delta7.org

un vendredi par mois
de 14h à 16h

RUEIL MALMAISON

Maison de l'Autonomie
10 ter, rue d'Estiennes d'Orves

01 41 39 88 00

Pause des Aidants de seniors : 1 lundi après-midi par mois

SAINT-CLOUD

Organisé par : **PARA CLIC Gerico**

3 bis, rue des Avelines

01 47 71 34 42

01 41 22 57 51

contact@clicgerico.com

Un lundi par mois

SÈVRES

PARA-Maison de la Famille de Sèvres

64, rue des Binelles

01 41 22 57 51

Un mardi par mois

SURESNES

Maison des Aidants

12, rue Carnot

01 41 18 16 83

maison-des-aidants@ville-suresnes.fr



Groupe de parole pour les aidants en visio

FONDATION ODILON LANNELONGUE

Café Odilon

01 46 42 31 51

para@fondation-odilon-lannelongue.fr

En visio, par zoom, une fois par mois, sur inscription. Animé par une des psychologues de la Plateforme

Groupe de parole Maladie Parkinson

FRANCE PARKINSON

comite92@franceparkinson.fr
Le lundi de 14h à 16h

Groupe de parole pour les aidants endeuillés

LE LIEN PSY

22, rue du Sentier
75006 Paris

contact@lelienpsy.fr

Groupe de parole « J'ai confié mon proche à un EHPAD »

DELTA 7

07 64 50 90 73

jbrachetvelu@delta7.org

En visio le mardi, de 11h à 13h



Soutien psychologique individuel

Le soutien psychologique est un **espace de parole** au sein duquel vous pouvez évoquer votre situation, votre histoire personnelle et la relation avec votre proche aidé. Lors des entretiens avec le psychologue, vous **abordez vos difficultés** (par exemple : les troubles de votre proche, sa perte d'autonomie, son acceptation des aides) mais également **vos satisfactions ressenties dans la relation d'aide**.

Des psychologues peuvent vous accompagner et/ou vous orienter :

- dans l'offre de soutien des **Plateformes d'Accompagnement et de Répit**
- au sein des associations de malades comme France Alzheimer, France Parkinson.
- au sein de certains DAC, CLIC et CCAS
- au sein de certains services à domicile intervenant auprès de votre proche aidé.

Se renseigner directement auprès des structures si ce soutien est disponible.

Le Lien Psy

Suivi psychothérapique, programme de sensibilisation à l'impact de la relation d'aide en individuel. Ces séances se déroulent à domicile ou à l'association.

01 77 75 97 13

contact@lelienpsy.fr
www.lelienpsy.fr

L' EPOC Espace Psychanalytique d'Orientation et de Consultations

Espace de prévention et de soutien en direction des aidants.

Consultations psychologiques et ateliers à visée thérapeutique (yoga)

06 84 23 52 89

contact@lepoc.org
www.lepoc.org

En pratique

Ces consultations à domicile sont réservées aux personnes ne pouvant se déplacer pour aller consulter dans les structures de soins. Elles sont payantes.

Lignes d'écoute et de soutien

Allo Alzheimer

Ligne d'écoute téléphonique.

09 70 81 88 06 (coût d'un appel local)

de 20h à 22h, 7 jours/7

www.allo-alzheimer.fr

Association Jalmalv Paris Île-de-France

Ligne d'écoute téléphonique. Écoute par des bénévoles pour des aidants d'un proche fragilisé par la maladie, l'âge, la fin de vie.

08 05 65 00 56 (numéro vert appel gratuit)
du lundi au vendredi entre 14h et 19h

www.jalmalvparis.com

Avec Nos Proches

Un numéro pour ceux et celles qui en éprouvent le besoin. Au bout du fil, des bénévoles qui ont tous vécu l'accompagnement d'un proche fragilisé.

01 84 72 94 72 (coût d'un appel local)
de 8h à 22h, 7 jours/7, anonyme

www.avecnosproches.com

France Parkinson

Écoute et de soutien

01 43 43 43 15

Mardi, mercredi et vendredi de 9h30 à 12h30

soutien@franceparkinson.fr

Nouveau souffle (association)

Soutien pour les aidants à bout de souffle, reposant sur des techniques de psychologie positive et de gestion du stress, sous forme de 3 séances individuelles de 1h par téléphone ou en visio, par des coachs ayant eux-mêmes vécu le rôle d'aidant. Service gratuit et confidentiel.

www.nouveausouffle-asso.com

Demande d'accompagnement par formulaire
d'inscription



Formation

Des formations sont proposées aux proches aidants. Certaines sont spécifiques à la pathologie du proche aidé (maladie d'Alzheimer ou apparentée, maladie de Parkinson...), d'autres sont plus généralistes.

Ces formations peuvent **vous aider et vous soutenir** dans l'accompagnement de votre proche. Vous y trouverez des **réponses aux questions** que vous pouvez vous poser au quotidien.



Des formations en présentiel

France Alzheimer

Renseignements sur les modalités et les lieux

01 46 24 68 31

fr92alzheimer@orange.fr

France Parkinson

Toutes informations, dont formation A2PA dédiée aux aidants.

Lundi au jeudi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 16h30

01 45 20 22 20

ww.franceparkinson.fr/contact

Comité France Parkinson 92

Informations sur A2PA (aide et accompagnement des proches-aidants)

06 33 46 24 84

comite92@franceparkinson.fr

Programme EHPAD AIDANT

Renseignements sur les modalités et les lieux

06 23 01 23 85

ehpad.aidant@aphp.fr

RHAPSODÎF

Sensibilisation à l'hygiène bucco-dentaire pour les aidants de personnes vivant avec un handicap.

formation@rhapsody.fr



Des formations sur internet

Association française des aidants

www.aidants.fr

Savoir être aidant

www.savoiretainant.fr

Soutenir les aidants

www.soutenirlesaidants.fr

Compagnie des aidants

Formation et sensibilisation en ligne pour les proches aidants. Programmes dédiés, communauté d'entraide, podcasts, et la Caravane Tous Aidants pour soutenir et accompagner les professionnels et les aidants.

www.lacompaniedesaidants.fr

Collectif je t'aide

Chaine Youtube avec des webinaires sur les solutions pour les aidants

www.youtube.com/@collectifjetaide/streams

CRAIF Centre de Ressources Autisme Île-de-France

Formations destinées aux aidants qui accompagnent une personne autiste

formation-craif.org/pour-les-aidants/

RePairs Aidants

Action de sensibilisation-formation à destination des aidants familiaux en présentiel ou en distanciel (thématiques, échanges, ateliers bien-être)

www.repairsaidants.com

CESAP Comité d'Etudes, d'Education et de Soins auprès de Personnes Polyhandicapées

www.cesap.asso.fr

Form'aid@nts

Plateforme d'apprentissage en ligne de l'UNAFAM - Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques.

www.formaidants.fr

Rhapsody

Formation en ligne pour les aidants familiaux de personnes atteintes avant 65 ans d'une maladie neurodégénérative.

contact@guide-rhapsody.fr
www.guiderhapsody.fr



Des formations sont également proposées via les Plateformes d'Accompagnement et de Répit. Se renseigner directement auprès des structures.

Le répit

Définition du Larousse : «Un repos, une interruption dans une occupation absorbante ou contraignante».

Le répit peut aussi consister à avoir plaisir à retrouver son proche en partageant avec lui autre chose qu'un quotidien régi par la maladie ou le handicap.



Répit pour les proches aidants de personnes âgées

Accueils de jour

Les accueils de jour thérapeutiques ont comme principal objectif d'apporter des temps de pause et de répit, par une prise en charge de votre proche âgé fragilisé par une maladie neuro-évolutive ou apparentée.

L'accueil est proposé en journée pour un à trois jours par semaine.

Ces journées ont pour objectif de **stimuler les capacités** de la personne accueillie, de retisser du lien social et de **favoriser une vie à domicile le plus longtemps possible**.

En pratique

Le tarif à la journée est calculé en fonction de l'avis d'imposition.
L'Allocation Personnalisée d'Autonomie peut être sollicitée pour financer une partie du coût.

ANTONY

Florient Carnot - Korian
108, avenue Aristide Briand
01 40 96 93 46

La Chartraine - Univi
18-20, rue Lafontaine
01 40 96 37 00

ASNIERES SUR SEINE

Accueil de jour les Lilas
30, rue Auguste Bailly
2^e étage
01 40 86 42 42

BOULOGNE-BILLANCOURT

Accueil de jour les Abondances
49, Rue Saint-Denis
01 41 22 57 38
demandeaccj@lesabondances.fr

BOIS-COLOMBES

Accueil de jour les Camélias
15-17, Rue Maurice Pelletier
01 46 52 03 16

CHATENAY-MALABRY

Accueil de jour Jean Rsoand
6, avenue du Bois
92290 Chatenay-Malabry
01 85 53 17 86
Hippocrate - Hermes Santé
Chemin de la Croix blanch
01 55 52 01 52

CHATILLON

Sainte Anne d'Auray
Association M. Vincent
5, rue de Fontenay
01 46 56 22 29

CLAMART

Alphonse Daudet
Domus Vi
55, bis rue de Trosy
01 71 10 86 63

CLICHY

Fondation Roguet
58, Rue Georges Boisseau
01 41 40 46 84

COURBEVOIE

La Buissonniere
43, rue Henri Regnault
92400 Courbevoie
01 80 46 83 43

Ger'Home
23, rue Jules Lefèvre
01 47 89 47 89

Villa Borghèse
8, rue Paul Napoléon Roinard
01 75 61 88 10

FONTENAY-AUX-ROSES

L'Arbrier - Public
1, rue Scarron
01 41 13 09 70
adj@ehpad.-parc.fr

LEVALLOIS-PERRET

Accueil de jour l'Oasis
18, rue Antonin Raynaud
01 47 58 23 51
accueil.jour@ehpad-lesmar-
ronniers.fr

NANTERRE

Le relais des Vignes
75, rue des vignes
01 55 17 33 80

NEUILLY-SUR-SEINE

Accueil de Jour
Les Pivoines
16, rue des Gravières
01 78 99 72 74

MONTRouGE

Chez Colette
Villa Beausoleil
64-66, rue Gabriel Péri
01 40 92 71 71

RUEIL-MALMAISON

Accueil de jour
La Bruyère
1, rue la Bruyère
01 47 10 26 26
sahar.keslani@
residence-la-bruyere.fr

SAINT-CLOUD

Accueil de Jour
Raymond Arnaud
1, rue Lelégard
01 77 70 74 96
accueildejour.saintcloud@
ch4v.fr

Résidence de Longchamp

3, avenue de Longchamp
01 41 12 41 50
longchamp-st-cloud@
domusvi.com

SURESNES

Accueil de jour
Tiers Temps
6, rue de Chevreul
01 85 53 24 37

Accueil de jour Les Sarments

36, rue Carnot
01 41 38 15 00

SÈVRES

Accueil de jour
Jean Rostand
141, grande rue
01 77 70 79 19
accueildejour.sevres@ch4v.fr

VANVES

Odilon Lannelongue
Fondation Lannelongue
29, rue Diderot
01 46 42 31 52

Répit pour les proches aidants de personnes âgées

Les hébergements temporaires

L'hébergement temporaire est une solution de répit pour vous soulager par une prise en charge de votre proche âgé en perte d'autonomie. Il s'agit **d'un accueil de jour et de nuit** au sein d'un Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) ou d'un établissement réservé à l'hébergement temporaire.

Il peut être **ponctuel ou régulier**, pour une **durée de 3 mois maximum** par an, **continue ou non**.

Ce type de séjour vous permet de vous ressourcer, en **mettant une parenthèse dans votre quotidien**.

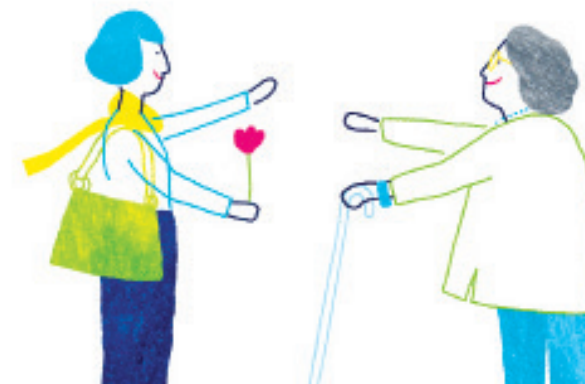
Pour votre proche, il peut être l'occasion qu'il se familiarise avec un établissement adapté, et pour vous, **d'échanger avec des professionnels** formés à la prise en charge en gérontologie.

Pour vous aider à rechercher un établissement adapté à vos besoins :

Via trajectoire : Service public gratuit et sécurisé qui propose une aide à l'orientation personnalisée dans le domaine de la santé.

Annuaire des établissements sanitaires pour personnes âgées, pour personnes en situation de handicap.

Via trajectoire
trajectoire.sante-ra.fr



Établissements ayant des places d'hébergement temporaire

ANTONY	Résidence La Chartraine Univi * **	18-20, rue Lafontaine	01 40 96 37 00
ANTONY	Florian Carnot - Korian * **	108, avenue Aristide Briand	01 40 96 93 46
ASNIÈRES-SUR-SEINE	Villa Concorde*	21 bis, rue de la Concorde	01 41 32 88 00
ASNIÈRES-SUR-SEINE	Résidence Fontaine * **	54, rue Hector Fontaine	01 46 88 94 32
ASNIÈRES-SUR-SEINE	Résidence Médicis Domus Vi*	129, rue des bas	01 58 81 10 00
ASNIÈRES-SUR-SEINE	Résidence Rabelais Domus Vi*	4, rue Rabelais	01 40 86 48 60
BAGNEUX	Les Mathurins - Korian * **	2, rue des Mathurins	01 42 31 47 00
BAGNEUX	Villa Garlande - Orpea * **	16, avenue de Garlande	01 58 07 12 12
BAGNEUX	Le Clos des Meuniers Orpea * **	38, rue des Meuniers	01 55 48 60 00
BOIS-COLOMBES	Léopold Bellan* **	17, avenue Charles de Gaulle	01 47 86 57 00
BOIS-COLOMBES	Le Cap*	25, rue Jean Jaurès	01 56 05 61 30
BOULOGNE-BILLANCOURT	Les Abondances - Le Rouvray* **	49, rue Saint-Denis	01 41 22 56 56
BOULOGNE-BILLANCOURT	le Corbusier	61-65, rue de Bellevue	01 55 18 01 00
CHATENAY-MALABRY	Résidence Jean Rostand Domus VI * **	6, avenue du Bois	01 40 94 89 00
CHATENAY-MALABRY	Résidence Hippocrate - Hermes Sante * **	Chemin de la Croix blanche	01 55 52 01 52
CHATENAY-MALABRY	Le Séquoia - Emeis * **	110, avenue Division Leclerc	01 46 60 75 00

*Établissements proposant une unité ou un pôle spécifique à la maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée

**ASH : Aide Sociale à l'Hébergement

Établissements ayant des places d'hébergement temporaire

CHAVILLE	Résidence Beausoleil	32, av. de la Résistance	01 40 92 10 00
CHÂTILLON	Sainte Anne d'Auray - Association M. Vincent * **	5, rue de Fontenay	01 46 56 22 29
CHÂTILLON	Castel Voltaire - Korian * **	19 av. Division Leclerc	01 81 89 53 00
CHÂTILLON	Résidence du Parc - Emera * **	121, av. de Verdun	01 46 12 20 00
CLAMART	Résidence Alphonse Daudet Domus Vi *	55 bis, rue de Trosy	01 71 10 86 63
CLAMART	Maison de l'Erable Argenté Adef * **	362, av. du Général de Gaulle	01 45 37 39 30
CLAMART	Bel Air - Korian * **	104, av. Henri Barbusse	01 41 09 21 00
CLAMART	Résidence Sainte Emilie Public * **	81, av. Adolphe Schneider	01 41 90 25 25
CLAMART	Maison Ferrari Ordre de Malte * **	1, place Ferrari	01 46 29 39 39
COLOMBES	La Roseraie*	76, rue des Cerisiers Roseraie	01 42 42 37 51
COURBEVOIE	La Villa Borghèse *	2, rue Paul Napoléon Roinard	01 46 41 50 55
COURBEVOIE	L'union Belge *	49, rue de Colombes	01 43 33 02 16
COURBEVOIE	Leonard de Vinci Orpéa * **	12, av. Puvis de Chavannes	01 41 88 12 00
COURBEVOIE	Solemnes * **	39, av. Marceau	01 47 47 65 09
COLOMBES	Les Vallées*	51, rue Varsovie	01 41 32 89 00
COLOMBES	La tour d'Auvergne* **	2, av. de la tour d'Auvergne	01 42 42 18 70
FONTENAY AUX-ROSES	Maison du Parc Public * **	1, rue Scarron	01 41 13 09 70
FONTENAY AUX-ROSES	Résidence Arcade LNA Santé * **	128, rue Boucicaut	01 41 13 30 00

Établissements ayant des places d'hébergement temporaire

GARCHES	Résidence de l'Empereur	74, rue du Colonel de Rochebrune	01 47 10 14 60
GARCHES	Résidence Isis	2, allée des Haras	01 47 95 65 65
ISSY-LES-MOULINEAUX	Maison de Retraite Suisse Repotel	23, avenue Jean Jaurès	01 41 09 20 00
LA GARENNE COLOMBES	La Garenne Emeis*	31, rue de l'Aigle	01 56 05 65 40
LA GARENNE COLOMBES	La Tournelle Groupe Emera*	18, avenue de Verdun 1916	01 46 88 35 00
LE PLESSIS-ROBINSON BOURG-LA-REINE	Résidence Les 4 saisons Partage et Vie * **	9, avenue de la Libération	01 46 01 82 10
LE PLESSIS-ROBINSON BOURG-LA-REINE	Maison Molière Mapad	26, boulevard Carnot	01 46 63 08 28
MEUDON	Résidence du Parc Domus Vi * **	60, allée de la Forêt	01 41 36 04 10
MEUDON	Les Tybilles - Korian * **	1, rue des Tybilles	01 46 23 27 00
MONTRouGE MALAKOFF	Villa Beausoleil **	64-66, rue Gabriel Péri	01 40 92 71 71
SAINT-CLOUD	Résidence de Longchamp	3, avenue de Longchamp	01 41 12 41 50
SAINT-CLOUD	Ehpad Laval	1, rue Lelégard	01 77 70 75 00
SCEAUX	Résidence Saint Charles Korian * **	99, rue Houdan	01 41 13 34 34

*Établissements proposant une unité ou un pôle spécifique à la maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée
 **ASH : Aide Sociale à l'Hébergement

Établissements ayant des places d'hébergement temporaire

SÈVRES	Résidence Medicis	6, route du Pavé des Gardes	01 41 14 27 60
SÈVRES	Résidence Champfleury	12, rue Jules Hetzel	01 45 07 11 45
SÈVRES	Jean Rostand	141, Grande Rue	01 77 70 79 00
VANVES	Maison Soins et Repos MSR **	15, rue Raymond Marcheron	01 41 46 08 30
VANVES	Résidence Medicis Domus Vi * **	26, rue Diderot	01 41 90 64 00
VANVES	Résidence Lannelongue Arpavie **	31, rue Diderot	01 46 38 88 99
VAUCRESSON	Les Hauts de Jardy	1, allée des Lauriers	01 47 01 90 00
VILLE D'AVRAY	Villa des Sources	23/25, rue de Versailles	01 47 09 89 00
NEUILLY-SUR-SEINE	Roger Teullé* **	20, rue des graviers	01 47 45 38 44
NEUILLY-SUR-SEINE	Résidence Galignani* **	89, boulevard Bineau	01 47 45 25 44

*Établissements proposant une unité ou un pôle spécifique à la maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée
 **ASH : Aide Sociale à l'Hébergement

Séjour répit

ANCV Agence Nationale pour les Chèques-Vacances

Établissement public de l'État en charge de la mission de service public consistant à favoriser l'accès du plus grand nombre aux vacances. Convaincue du rôle des vacances dans le processus de prévention des risques d'épuisement et d'isolement des aidants, l'ANCV attache une attention particulière à l'accès aux vacances pour les aidants à travers plusieurs dispositifs :

ANCV**09 69 32 06 16**

rngantsi@ancv.fr

www.ancv.com/action-sociale

- **Aides aux Projets Vacances** : Pour les aidants de personnes handicapées, gravement malades ou dépendantes.
- **Bourse solidarité vacances** : Pour les aidants sans conditions de ressources.
- **Départ dès 18-25** : Aide financière pour les jeunes aidants de personnes gravement malades, dépendantes et / ou handicapées.
- **Seniors en vacances** : Aide financière pour les aidants de seniors pour partir seuls ou avec la personne aidée.
- **Personnes en perte d'autonomie et aidants** : Aide financière pour concrétiser des projets de vacances adaptés aux structures accompagnants les publics suivants : Personnes âgées dépendantes, GIR 1 à 4 notamment, Personnes âgées handicapées vieillissantes, Personnes gravement malades atteintes d'une ALD 30, Proches aidants.

Séjours de répit pour les proches aidants de personnes âgées de plus de 60 ans

Int'act

Organise des séjours de **vacances adaptés** et des **actions de prévention** pour des personnes âgées en perte d'autonomie et / ou dépendantes (fragilisées par un handicap, des troubles cognitifs, une maladie neurodégénérative,) avec ou sans leur proche aidant.

Int'act**01 83 81 67 11**

sejours@int-act.fr

www.int-act.fr

Travel Âge

Propose des **séjours touristiques accompagnés** en France et à l'étranger pour les retraités, certains pouvant présenter une mobilité réduite ou une perte d'autonomie légère.

Travel Âge**06 16 56 50 34**

contact@travel-age.fr

www.travel-age.com

Avma

Vous aide à organiser votre séjour **seul ou accompagné de votre proche** en perte d'autonomie (mise à disposition d'une liste de prestataires).

Avma**01 41 63 86 87**

infos@

avma-vacances.fr

Les Grands Monts

Organise des **séjours aidants/aidés** permettant la prise en charge de la personne accompagnée et des moments d'échanges pour l'aidant.

Les Grands Monts**04 50 78 53 55**

communication@

mbo2.fr

Séjours de répit pour les proches d'enfants en situation de handicap

Réseau Passerelles

Le Réseau Passerelles propose **aux familles ayant un enfant en situation de handicap**, 40 destinations en France, au sein de **campings et de villages de vacances** ordinaires, combinant une offre de logement adapté et un dispositif d'accueil et de prise en charge de leur enfant, par une équipe professionnelle, jusqu'à 35 heures par semaine, sans surcoût pour les familles.

Réseau Passerelles

www.reseau-passerelles.org

L'Envol

Organise des **programmes adaptés aux jeunes malades de 6 à 25 ans et à leur famille** (séjours adaptés, ateliers à l'hôpital, sorties récréatives et kits d'activités).

L'Envol

01 81 69 49 72
07 62 31 33 44

familles@lenvol.asso.fr
www.lenvol.asso.fr

Séjours de répit pour les aidants de personnes en situation de handicap

Association Tourisme&handicaps

L'association, composée de représentants professionnels et de représentants d'associations de personnes handicapées, recense dans un moteur de recherche les établissements et lieux touristiques labellisés «**Tourisme & Handicap**».

Association Tourisme&handicaps

ass-tourisme-et-handicaps@orange.fr
tourisme-handicaps.org

VRF Vacances Répit Familles

À la fois **structures médico-sociales et lieux de vacances**, les Villages VRF permettent d'accueillir dans un même endroit, l'aidant et le proche aidé. Les soins quotidiens de la personne accompagnée sont confiés à une équipe médico-sociale intégrée au village. **3 sites** : VRF Les Cizes (Jura), VRF La Salamandre (Anjou), VRF Les Fondettes (Touraine).

VRF

Accompagnement aidants/aidés dans un Village Répit Famille

www.vrf.fr

05 57 885 885

contact@vrf.fr

Les bobos à la ferme

Propose une **offre spéciale de séjour de répit** pour les aidants familiaux. En fonction des besoins, tout un **panel de services est à disposition**, de la location de lit médicalisé, lève-personne, la mise en place de passage d'aide-soignants et infirmiers...

Les bobos à la ferme

Répit des aidants handicap

www.lesbobosalaferme.fr

Siel bleu

Séjours pour prendre soin de soi lorsque l'on est dans une situation de fragilité (cancer en traitement ou rémission, AVC, maladie de Parkinson...). **Plateforme à distance** pour accompagner dans une pratique d'activité physique adaptée à domicile.

Séjours Siel Bleu

03 76 33 00 62

www.sejours.sielbleu.org

Séjours vacances répit Alzheimer

Séjours partagés «détente», séjours «aidants isolés», séjours «malades jeunes» et séjours «répit» pour les personnes dont la maladie est très évoluée.

Séjours vacances répit Alzheimer

01 42 97 52 41

sejoursvacances@francealzheimers.org

Autres solutions de répit

Séjours Falret

Séjour Répit : un programme alternant atelier de formation et loisirs pour acquérir des savoir-faire afin **d'épauler son proche** malade/handicapé psychique tout en préservant sa qualité de vie.

Séjour Parenthèse : Un accueil conjoint Aidant/Aidé avec un emploi du temps séparé pendant la journée afin de **vivre des moments à soi, l'esprit serein** grâce à l'accompagnement des personnes malades par 4 professionnels en santé mentale pour apporter encouragement, réconfort et s'occuper de l'organisation de leurs activités.

VIA Perce-Neige 92

La plateforme propose un accompagnement personnalisé pour les personnes adultes en situation de handicap et leurs aidants résidant dans le nord du département des Hauts-de-Seine.

Pour les personnes en situation de handicap, « Via Perce-Neige 92 » propose du soutien à domicile, de l'accueil ponctuel en Maisons Perce-Neige et de l'accompagnement de parcours.

Pour les aidants, « Via PerceNeige 92 » propose une aide pratique : démarches administratives, information et orientation, soutien psychologique, formations individuelles et collectives, ateliers d'échanges sur différentes thématiques.

Séjours Falret

06 78 73 86 19

repit.info@falret.org

www.falret.org

VIA Perce-Neige 92

Maison Perce-Neige de Colombes

18, avenue Ménelotte
92700 Colombes

06 30 45 67 13

via92@perce-neige.org

Congés pour les aidants

Pour permettre de **concilier le lien d'aidant et le maintien d'une carrière professionnelle**, des droits à des congés spécifiques existent en faveur des salariés aidants.



Congé de proche aidant

Le congé de proche aidant **permet à un salarié de suspendre ou de diminuer son activité professionnelle pour accompagner un proche en situation de handicap, invalide, en perte d'autonomie ou âgé avec lequel il réside ou entretient des liens étroits et stables.**

Ce droit vaut pour une **durée maximale de 3 mois** (sauf dispositions conventionnelles autres), possiblement fractionnable ; **il peut être renouvelé** sans toutefois dépasser 1 an sur l'ensemble de la carrière.

Ce congé peut être indemnisé par l'allocation journalière du proche aidant (AJPA), qui permet de compenser une partie de la perte de salaire, dans la limite de 66 jours sur l'ensemble de la carrière.

Informations complémentaires

www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920



> Le droit aux congés concerne également les personnes en recherche d'emploi percevant le chômage.



Congé de présence parentale

Le congé de présence parentale **permet à un salarié de s'occuper d'un enfant à charge atteint d'une maladie, d'un handicap ou qui est victime d'un accident d'une particulière gravité**, et dont l'état de santé nécessite une présence soutenue et des soins contraignants. Le salarié bénéficie d'une réserve de jours de congés qu'il peut utiliser en fonction de ses besoins.

Le congé est attribué pour une **période maximale de 310 jours par enfant** et par maladie, accident ou handicap. Le congé peut être pris en une ou plusieurs fois. Le salarié peut, avec l'accord de son employeur, transformer le congé en période d'activité à temps partiel ou le fractionner par demi-journée.

Ce congé peut être indemnisé par l'allocation journalière de présence parentale (AJPP).

Informations complémentaires

www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1631



Congé de solidarité familiale

Le congé de solidarité familiale **permet à un salarié de s'absenter pour assister un proche en fin de vie.**

En l'absence de dispositions conventionnelles, la durée du congé est de 3 mois renouvelable une fois. Il peut être pris de manière continue ou fractionnée. Il peut aussi être transformé en période d'activité à temps partiel.

Ce congé peut être indemnisé par l'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie (AJAP).

Informations complémentaires

www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1767



Autres droits des aidants

Aidants salariés

Don de jours de congés, aménagement du temps de travail... certains employeurs ont des dispositions pour aider les aidants. Renseignez-vous auprès de votre employeur.

Aides fiscales

L'hébergement d'un parent âgé, d'un proche de plus de 75 ans sans ressources suffisantes, d'une personne titulaire de la CMI invalidité donne le droit à une part supplémentaire. En cas de participation aux frais d'hébergement en EHPAD ou aux frais de travaux d'aménagement du domicile possibilité de déduire la somme versée.

Assurance vieillesse des aidants

Permet une continuité dans la constitution des droits à la retraite des personnes cessant ou réduisant leur activité professionnelle pour **s'occuper d'un enfant ou d'une personne gravement malade ou en situation de handicap.**

Informations complémentaires

www.caf.fr

www.monparcourshandicap.gouv.fr/aides/affiliation-des-aidants-assurance-vieillesse-du-parent-au-foyer-avpf



Être aidant salarié de son proche

Il est possible d'être rémunéré pour l'aide apportée à un proche âgé en perte d'autonomie, en devenant son salarié. L'aidant qui devient salarié de son proche peut cumuler cette activité avec une autre activité professionnelle dans les conditions fixées par la loi.

Si la personne âgée n'est pas bénéficiaire de l'APA : elle peut employer librement un membre de sa famille en tant qu'aide à domicile.

Si la personne âgée est bénéficiaire de l'APA : la loi l'autorise à employer un membre de sa famille en tant qu'aide à domicile (à l'exception du conjoint, concubin ou partenaire de PACS)

Si la personne est bénéficiaire de la PCH : Il est possible de dédommager un aidant familial : L'époux, le concubin, le partenaire de Pacs, l'ascendant, le descendant...

Ce dédommagement est une somme d'argent et **non un salaire.**

Le bénéficiaire de la PCH ne peut pas embaucher l'une des personnes suivantes :

- Personne avec laquelle elle vit en couple
- Père ou mère
- Enfants
- Personne à la retraite
- Personne exerçant une activité professionnelle à temps plein

Toutefois, elle peut embaucher un membre de sa famille si son état de santé nécessite **une aide totale** pour la plupart des actes essentiels de la vie quotidienne et une **présence constante ou quasi-constante.**

En embauchant le salarié, vous **devenez particulier employeur.**

Vos démarches de déclaration des salaires à l'Urssaf doivent être réalisées au moyen du Cesu déclaratif.

Informations complémentaires

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920>



Informations complémentaires Cesu déclaratif

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2912>



Aides financières

Cette liste présente les principales aides financières. N'hésitez pas à vous rapprocher des services dédiés à l'information présentés dans la première partie de ce guide pour obtenir les renseignements adaptés à votre situation.



Financer les aides à domicile et l'hébergement

Aide sociale Aide ménagère

Modalités

L'Aide sociale Aide ménagère **prend en charge les frais d'intervention d'une aide à domicile** pour effectuer certaines tâches ménagères (aide pour le repas, le ménage, la lessive).

C'est une aide destinée aux personnes ayant 65 ans et plus, ou entre 60 et 65 ans mais ayant été déclarées « inaptes au travail », ou aux personnes en situation de handicap de moins de 60 ans, qui résident dans les Hauts-de-Seine depuis plus de 3 mois et **qui ont de faibles ressources***.

En pratique

Elle n'est pas cumulable avec l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).

Important : après le décès du bénéficiaire, les sommes avancées au titre de l'aide sociale légale peuvent être récupérables sur succession sous certaines conditions.

Informations complémentaires

Rapprochez-vous du CCAS de votre ville pour obtenir le formulaire de demande d'Aide sociale.

*inférieures au plafond d'attribution de l'ASPA. Pour indication, le plafond au 01/01/2024 est de 1 012,02 €/mois pour une personne seule et 1 571,16 €/mois pour deux conjoints, concubins ou partenaires pacsés. Ce plafond est révisé chaque année.

L'Aide Sociale à l'Hébergement (ASH)

Modalités

Si les ressources financières ne dépassent pas un certain montant, l'aide sociale à l'hébergement (ASH) permet de **financer tout ou partie des frais liés à l'hébergement temporaire ou définitif en EHPAD** (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes), en **USLD** (unité de soins de longue durée) ou résidence autonomie. Ces établissements doivent y être habilités.

Pour bénéficier de l'Aide Sociale à l'Hébergement, il faut :

- Être âgé de 65 ans ou être en situation de handicap.
- Disposer de ressources inférieures au montant des frais d'hébergement.
- Résider en France de façon stable et régulière, ou avoir un titre de séjour en cours de validité.

En pratique

Il convient de déposer la demande d'ASH après l'admission en établissement. Pour que l'aide soit accordée à compter du jour d'entrée dans l'établissement, la demande doit être déposée dans un délai de 4 mois maximum auprès de la mairie de résidence du proche aidé.

Important : après le décès du bénéficiaire, les sommes avancées au titre de l'aide sociale à l'hébergement peuvent être récupérables sur succession sous certaines conditions.

Informations complémentaires

Rapprochez vous du CCAS de votre ville pour faire la demande d'ASH.

Pour les plus de 60 ans

L' Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

Modalités

L' APA à domicile permet de financer une partie des dépenses nécessaires au maintien à domicile, telles que les **aides humaines** (habituellement dénommées « aide à domicile », « auxiliaire de vie », etc.) et les **aides techniques** (siège de douche, barre d'appui, téléassistance, portage de repas, etc.).

L' APA est une **allocation destinée aux personnes âgées de 60 ans et plus en perte d'autonomie**.

Son attribution dépend de **l'évaluation du niveau de la perte d'autonomie de la personne âgée** (GIR 1 à 4) : les personnes doivent avoir besoin d'aide pour accomplir les actes essentiels de la vie quotidienne (se lever, se laver, s'habiller...), ou doivent nécessiter d'une surveillance régulière.

Le montant de l'allocation est calculé en fonction des ressources du foyer.

En pratique

L' APA à domicile : une visite au domicile de la personne âgée est réalisée pour évaluer sa perte d'autonomie et ses besoins.

Une aide ponctuelle peut être accordée en cas d'hospitalisation du proche aidant si l'aidant ne peut pas être remplacé et que son aide est indispensable à la vie à domicile de son proche.

L' APA à domicile pour financer une solution de répit : une majoration de l'APA est possible pour financer une solution de répit.

L' APA en établissement aide à payer une partie du tarif dépendance facturé aux résidents des Établissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) et des Unités de Soins de Longue Durée (USLD). L'APA n'est **pas récupérable sur succession**.

Informations complémentaires

Rapprochez-vous du CCAS de votre ville pour obtenir le formulaire de demande d'APA

ou réalisez votre demande en ligne sur le site du département des Hauts de Seine :

www.demarches-simplifiees.fr/commencer/cd92-demande-d-apa-a-domicile

www.78-92.fr/annuaire/aides-et-services/detail/allocation-personnalisee-d-autonomie-apa-92



Pour les plus de 60 ans

Les aides des caisses de retraite

Modalités

Les caisses de retraite peuvent proposer à leurs pensionnés des **aides financières pour participer au financement d'heures d'aides à domicile, d'aide au transport, de portage de repas et d'aides techniques**, sous conditions de ressources.

Destinée à prévenir le risque de perte d'autonomie des personnes âgées, son attribution dépend de l'évaluation du niveau de perte d'autonomie (GIR 5 ou 6) : les personnes n'ont pas perdu leur autonomie pour les actes essentiels de la vie courante et peuvent avoir seulement besoin d'une aide ponctuelle pour la toilette, la préparation des repas et le ménage.

En pratique

Une visite à domicile de la personne âgée est réalisée pour évaluer sa perte d'autonomie et ses besoins.

Informations complémentaires

Vous rapprocher de la caisse de retraite principale de votre proche aidé.

Vous pouvez connaître votre caisse principale, en allant sur le site : **Mes Régimes (info-retraite.fr)** en indiquant votre nom et votre numéro de sécurité sociale

Mutuelle et complémentaire santé

Modalités

Vous pouvez également vous rapprocher de votre mutuelle ou de votre complémentaire santé. Certains contrats permettent la prise en charge d'heures d'aides à domicile en sortie d'hospitalisation.

En pratique

Vous rapprocher de votre mutuelle ou de votre complémentaire santé.

Pour les moins de 60 ans

L'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH)

Modalités

L'AAH permet de garantir un **revenu minimum aux adultes en situation de handicap**.

Critères d'attribution :

- Un taux d'incapacité évalué par la MDPH d'au minimum 80%. Toutefois, il peut être de 50% à 79% si la personne a une restriction substantielle et durable d'accès à un emploi.
- Avoir au moins 20 ans (ou 16 ans à la condition de n'être plus considéré à la charge de ses parents pour le bénéfice des prestations familiales).
- Résider en France.

En pratique

L'AAH est accordée par la MDPH, son versement est effectué par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF). Les revenus du conjoint ne sont pas pris en compte pour le calcul de l'allocation.

La bascule entre l'Allocation aux adultes handicapés (AAH) et la retraite est automatique. Lorsqu'un bénéficiaire de l'AAH atteint l'âge de 62 ans, il bénéficie automatiquement de sa pension de retraite.

Toutefois, il est possible de conserver l'AAH après 62 ans (et ne pas passer à l'ASPA) si le taux d'incapacité est supérieur à 80%.

Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la MDPH de votre département.

La pension d'invalidité

Modalités

La pension d'invalidité est versée pour **compenser la perte de salaire à la suite d'un accident ou d'une maladie d'origine non professionnelle**.

Critères d'attribution :

- Être considéré invalide au sens de la Sécurité Sociale avec une capacité de travail ou de revenus réduite d'au moins 2/3.
- Affiliation à la Sécurité Sociale depuis au moins 12 mois.
- Justifier sur les 12 derniers mois avant l'arrêt d'au moins 600 heures de travail salarié ou cotisé sur un salaire au moins égal à 20-30 fois le SMIC horaire.

En pratique

La pension d'invalidité relève de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie (CRAMIF).

Elle est attribuée à titre provisoire et peut être modifiée, suspendue ou supprimée selon l'évolution de la situation.

La demande peut être formulée à l'initiative de l'organisme de Sécurité Sociale ou de la personne concernée.

Informations complémentaires

S'adresser à son agence de Caisse Primaire d'Assurance Maladie ou en ligne : www.ameli.fr/assure/droits-demarches/invalidite-handicap/invalidite

La Prestation de Compensation du Handicap (PCH)

Modalités

La PCH est une **aide financière** destinée à **compenser la perte d'autonomie des personnes en situation de handicap dans la vie quotidienne**, y compris la vie sociale.

La PCH est destinée à compenser des charges précises liées à : un besoin d'aide humaine, un besoin d'aide techniques, un besoin d'aménagement du logement ou du véhicule, des surcoûts liés aux transports, des dépenses spécifiques ou exceptionnelles liées au handicap, un besoin d'aide animalière.

Critères d'attribution :

- Avoir une **difficulté absolue** ou au moins **deux difficultés graves** parmi les 20 activités du référentiel d'accès à la PCH.
- Être âgé de **moins de 60 ans**.
Une dérogation d'âge est possible pour :
 - Les personnes dont le handicap répondait aux critères d'attribution de la PCH avant 60 ans.
 - Les personnes qui exercent toujours une activité professionnelle et dont le handicap répond aux critères d'attribution de la PCH.
 - Les personnes qui bénéficient de l'Allocation Compensatrice pour Tierce Personne (ACTP).
- Résider en France

En pratique

Si la PCH a été accordée avant 60 ans, il est possible de continuer à en bénéficier après 60 ans si les conditions d'attribution sont toujours remplies. On peut alors opter pour la PCH ou l'APA à chaque fin de droit.

Les personnes dont le handicap répondait avant 60 ans aux critères d'attribution de la PCH peuvent prétendre à la PCH après 75 ans si les conditions d'attribution sont toujours remplies. On peut alors opter pour la PCH ou l'APA à chaque fin de droit.

La PCH est cumulable avec l'AAH mais n'est pas cumulable avec l'ACTP.

Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la MDPH de votre département.

L' Allocation d'Education de l'Enfant Handicapé (AEEH)

Modalités

L' AEEH est une **aide financière destinée à compenser les dépenses liées à la situation de handicap d'un enfant de moins de 20 ans.**

Critères d'attribution :

- Une incapacité d'au moins 80%.
- Une incapacité comprise entre 50% et 79%, si l'enfant fréquente un établissement spécialisé ou si son état exige le recours à un dispositif adapté ou à des soins préconisés par la MDPH.
- Être à charge des parents. Il n'est pas possible de bénéficier de l'AEEH si l'enfant est en internat avec une prise en charge intégrale des frais de séjour par l'Assurance Maladie, l'Etat ou l'Aide Sociale. Cependant, l'AEEH peut être versée lorsque l'enfant placé en internat revient au foyer pendant les vacances scolaires, en fin de semaine, etc.

En pratique

L' AEEH est accordée par la MDPH, son versement est effectué par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF).

Un complément peut être accordé selon le type de dépenses effectuées.

Informations complémentaires

Rapprochez-vous de la MDPH de votre département.



Aides à la mobilité

PAM Francilien

Île-de-France Mobilités a mis en place le service Pam Francilien. Il s'agit d'un service public de transport à la demande, spécialisé et collectif, qui a pour but de faciliter les déplacements des personnes à mobilité réduite, handicapées ou dépendantes.

Pour bénéficier du service Pam, une inscription est obligatoire et gratuite (sous réserve d'éligibilité au service).

Le Pam réalise les transports de ses usagers entre deux lieux situés en Île-de-France, sur la voie publique et est disponible pour vous accompagner du lundi au dimanche, 7 jours sur 7, de 6h à minuit et jusqu'à 00h30 les vendredis et samedis.

PAM Francilien

24 allée Vivaldi
75012 Paris
Du lundi au vendredi
10h-12h & 15h-17h
(hors jours fériés)

0 800 00 18 18
(service et appel gratuits)
du lundi au dimanche de
7h à 20h.

contact@pam.
iledefrance-mobilites.fr

www.pam.iledefrance-
mobilites.fr

En pratique

Rapprochez-vous de votre CCAS, certains mettent en place des aides au transport.



La Carte Mobilité Inclusion CMI

La carte mobilité inclusion, ou CMI, a pour but de vous faciliter la vie quotidienne si vous êtes en situation de handicap et / ou en perte d'autonomie. Cette carte est gratuite. Selon vos besoins et votre situation, la carte mobilité inclusion comporte une ou plusieurs mentions : **«priorité», «invalidité» et «stationnement pour personnes handicapées».**

La carte mobilité inclusion (CMI) mention priorité :

La mention «priorité» vous donne droit :

- à la priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, les espaces et salles d'attente, les établissements et les manifestations recevant du public,
- à un accès prioritaire dans les files d'attente dans les lieux publics

La carte mobilité inclusion (CMI) mention invalidité :

La mention «invalidité» vous donne droit :

- à la priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun, les espaces et salles d'attente
- à un accès prioritaire dans les files d'attente dans les lieux publics
- à des réductions fiscales (voir le site impots.gouv.fr)
- des réductions tarifaires notamment dans les transports en commun.

La carte mobilité inclusion (CMI) mention «stationnement pour personnes handicapées» :

La mention «stationnement» vous donne droit :

- au stationnement gratuit et sans limitation de durée sur les places réservées.



Titulaire de la CMI avec mention besoin d'accompagnement : votre accompagnateur bénéficie de la gratuité du transport.

CMI sans mention : votre accompagnateur bénéficie de 50% de réduction sur les carnets de Tickets T+, les tickets «Origine-Destination» (à l'unité ou en carnet), sur les trajets réalisés avec un contrat Navigo Liberté + (pour les Franciliens uniquement).

Protéger et représenter mon proche au niveau juridique

Les mesures de protection

En tant qu'aidant, si votre proche n'est pas en mesure de prendre des décisions éclairées sur la gestion de son budget, de son patrimoine et/ou son quotidien, vous pouvez **faire appel au juge des contentieux de la protection** pour demander la mise en place d'une **mesure de protection juridique** et la désignation d'un acteur pour l'accompagner ou se substituer à lui. On parle dès lors de curatelle simple ou renforcée, de tutelle, ou encore de sauvegarde de justice.

L'habilitation familiale :

Permet aux proches (ascendant, descendants, frère, soeur, concubin) d'une personne incapable de manifester sa volonté de **la représenter dans tous les actes de sa vie** ou pour certains seulement selon son état. L'habilitation familiale est une mesure de protection plus simple que les mesures traditionnelles de protection judiciaire, même si elle nécessite aussi l'intervention d'un juge.

Mandat de protection future

Vise à **désigner à l'avance** une ou plusieurs personnes pour représenter l'auteur qui établit le mandat afin **d'anticiper** une éventuelle **perte de capacité physique ou mentale**, qui se traduirait par une mise sous tutelle ou curatelle. Le mandataire pourra alors protéger les intérêts personnels et/ou patrimoniaux.

Le mandat peut être réalisé auprès d'un notaire ou prendre la forme d'un acte sous signature privée, contresigné par un avocat.

Protéger et représenter mon proche au niveau médical

Personne de confiance

La personne de confiance peut assurer les missions suivantes :

- Accompagner son proche dans ses démarches et l'assister lors de ses rendez-vous médicaux
- **Être consulté par les médecins** pour rendre compte des volontés de son proche, s'il n'est pas en mesure d'être consulté lui-même.
- Aider le proche à prendre des décisions concernant sa santé et participer au recueil de son consentement (par exemple, lors d'une campagne de vaccination).

Dans le cas où l'état de santé de votre proche ne lui permet plus de donner son avis ou de faire part de ses décisions, le médecin ou l'équipe médicale **consulte en priorité la personne de confiance**.

Son avis guide le médecin pour prendre des décisions. La personne de confiance doit donc **connaître les volontés de son proche** et les exprimer lorsqu'elle est appelée à le faire.

Les directives anticipées peuvent également lui être confiées.

Vous pouvez trouver un modèle sur le site service-public.fr :
www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R40462



Directives anticipées

Toute personne majeure peut, si elle le souhaite, faire une déclaration écrite appelée directives anticipées pour **préciser ses souhaits concernant sa fin de vie**. Ce document aidera les médecins, le moment venu, à prendre leurs décisions sur les soins à donner, si la personne ne peut plus exprimer ses volontés.

Vous pouvez trouver un modèle sur le site service-public.fr :
www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R44952



Lieux d'accès aux informations juridiques

Ces Points Justice sont **ouverts à tous** et proposent **gratuitement** : des informations et consultations juridiques, des aides et accompagnements dans les démarches administratives et juridiques, notamment en matière de protection de votre proche fragilisé, ainsi qu'un accès à des médiations et conciliations. Des permanences juridiques sont proposées dans les mairies.

CDAD Hauts-de-Seine

Conseil départemental de l'accès au droit des Hauts-de-Seine. Le CDAD est chargé de mettre en œuvre dans le département une politique d'accès au droit.

CDAD des Hauts-de-Seine

Tribunal Judiciaire de Nanterre
179-191, avenue Joliot Curie
92020 Nanterre
www.cdad-hautsdeseine.justice.fr

30 39
Service et appel gratuits

Maisons de la Justice et du Droit et Maison du droit et de la famille

Toutes les permanences sont sur rendez-vous.

La maison de justice et du droit des Blagis

7, impasse Edouard Branly
92220 Bagneux
01 46 64 14 14
mjd.blagis@orange.fr

La maison du droit de Colombes

6, bd Edgar Quinet
01 47 60 41 33

La maison du droit et de la famille de Puteaux

60, rue Charles Lorilleux
01 41 02 08 53
maisondu droit@mairie-puteaux.fr

La maison de justice et du droit de Châtenay-Malabry

1, rue Francis Pressencé
01 46 32 76 12
maison-justice@wanadoo.fr

La maison de justice et du droit de Gennevilliers

19, av. Lucette Mazalaigue
01 47 99 06 56

Point d'Accès au Droit (PAD)

Asnières-sur-Seine Espace Lucie Aubrac

45, rue Henri Poincaré
92600 Asnières-sur-Seine
01 41 11 68 15
Uniquement sur RDV

Boulogne-Billancourt Maison du droit

35, rue Paul Bert
92100 Boulogne-Billancourt
01 55 18 51 00
Uniquement sur RDV
mdd@mairie-boulogne-billancourt.fr

Courbevoie

39, rue Victor Hugo
92400 Courbevoie
01 71 05 74 44
Uniquement sur RDV
point-justice@ville-courbevoie.fr

Clichy-la-Garenne Point Justice

92, rue Martre
92110 Clichy-la-Garenne
01 47 15 32 05
Uniquement sur RDV
point-justice@ville-clichy.fr

Colombes Centre social culturel Les Fossés Jean

1, rue Jules Michelet
92700 Colombes
01 42 42 86 76
Uniquement sur RDV
infos@csc-fossesjean.com

Nanterre Centre social Les Acacias

1, rue des Sorbiers
92000 Nanterre
01 47 29 13 12
Uniquement sur RDV
pad.acacias@gmail.com

Nanterre Centre social Valérie Méot (MOSAIC)

5, résidence des Iris
92000 Nanterre
01 46 52 59 00

Point-justice du Tribunal judiciaire de Nanterre

2, rue Pablo Neruda
92000 Nanterre
01 40 97 12 78
Consultations de juristes. SANS RDV : il convient de se présenter pour retirer un ticket de passage à 8h45 ou à 13h30 au SAUJ de l'extension du Tribunal judiciaire de Nanterre. Seuls 4 tickets par permanence sont distribués.

Point Justice Suresnes

Centre administratif
7/9, rue Mont Valérien
92150 Suresnes
01 41 18 37 36

Saint-Cloud Maison de l'Amitié

18, rue des Ecoles
92210 Saint-Cloud
01 46 02 25 69
Uniquement sur RDV
contact@maisondelamitie.fr

Rueil-Malmaison CCAS

2, place Jean-Jaurès
92500 Rueil-Malmaison
01 47 32 67 67
Uniquement sur RDV

Centre socio-culturel Niel Roussel

3, mail Marie Curie
92390 Villeneuve-La-Garenne
01 41 47 49 70
Uniquement sur RDV

Accompagnement juridique

Droit pluriel

Aide à l'accès au droit des personnes en situation de handicap. Des juristes et avocats étudient la situation et proposent un RDV pour 1 consultation téléphonique gratuite.

Droit pluriel

09 80 80 01 49
messagerie LSF
agir@droitpluriel.fr

France TUTELLE

France TUTELLE accompagne les aidants-protecteurs familiaux tout au long de la mesure de protection judiciaire en les informant, **les conseiller** et en mettant à leur disposition **toutes les ressources nécessaires** pour mener à bien leur mission. France TUTELLE aide également **les familles qui s'interrogent** ou souhaitent mettre en place des dispositifs juridiques permettant d'anticiper leur propre vulnérabilité ou celle d'un proche afin d'organiser une protection juridique sur mesure.

France TUTELLE

contact@francetutelle.org
Prendre un rendez-vous téléphonique gratuit :



Handi-droit

Personne en situation de handicap ou aidant familial, APF France handicap répond aux questions des adhérents relatives aux droits.

Handi-droit

01 41 91 74 00
dd.92@apf.asso.fr

UDAF 92

Protection juridique des majeurs, information aux tuteurs familiaux, mesure d'accompagnement personnalisé.

UDAF 92

01 41 12 83 60

10 bis, avenue
du Général Leclerc
92210 Saint-Cloud

PUPIL

Application qui permet d'accompagner au quotidien pour alléger les tâches de tuteur, curateur ou habilité.

PUPIL

pupil-app.fr

AT92

Aide technique et écoute pour aider les tuteurs familiaux dans l'exercice de la mesure de protection de leur proche.

AT92

33, rue du Moulin des
Bruyères à Courbevoie

et 84 bis, avenue du
General de Gaulle à
Clamart

01 41 25 00 10

at92@at92.asso.fr

Les jeunes aidants

Un jeune aidant est un enfant ou un adolescent de moins de 18 ans qui apporte une aide significative et régulière à un proche malade, en situation de handicap et/ou en perte d'autonomie.

Entre 18 et 25 ans, on parle de jeune adulte aidant.

En France, ils seraient environ 7000 et 3 par classe. Ce chiffre est approximatif car ils sont peu visibles et difficiles à identifier.



Rencontrer des jeunes dans la même situation, bénéficier de temps pour soi.

Association JADE

Gratuits pour les jeunes et leurs familles et encadrés par une équipe de professionnels (artistes, animateurs...) et de psychologues, les ateliers sont conçus pour te permettre de prendre du temps pour toi. L'objectif de ces rencontres est que tu puisses passer des bons moments avec des jeunes qui vivent une situation similaire à la tienne. Des séjours inter-régionaux sont également organisés pour les jeunes aidants.

Association JADE

07 67 29 67 39

jeunes-aidants.com

Tu accompagnes un proche qui souffre de troubles psychiques ?

Funambules-Falret

Tu pourras bénéficier d'informations, de séances de soutien psychologique individuelles mais également de temps d'échanges collectifs.

Funambules-Falret

27-29, rue Pajol
75018 Paris

01 84 79 74 60

lesfunambules@oeuvre-falret.asso.fr

Trouver le bon lieu d'information

Plateforme d'accompagnement et de répit (PFR)

Selon tes besoins, tu pourras bénéficier d'un soutien psychologique ou de moments d'échanges. Tu auras la possibilité de participer à des ateliers d'activités artistiques ou de bien être. *Plus d'infos p.12*

Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Point d'information de proximité présent sur chaque commune, ayant pour rôle d'informer et d'orienter vers l'ensemble des services disponibles à proximité de leur domicile les personnes fragilisées par l'âge, la maladie, le handicap et de leurs proches.

Il se charge également d'instruire les demandes d'aides financières pour la mise en place des aides à domicile et peut proposer des services tels que le portage de repas à domicile, la télé assistance ou encore l'aide à la mobilité...

Plus d'infos p.14

En pratique

Si tu es scolarisé, tu peux aussi parler de ta situation à **un infirmier, un psychologue scolaire** ou au **service social de ton établissement**.

Si tu es au collège ou au lycée, tu peux aller vers ton **conseiller principal d'éducation (CPE)**.

Si tu es à l'université, tu peux te rapprocher du **service de prévention et de santé universitaire** du CROUS
Tu pourras bénéficier de 4 points de charge en plus sur les bourses et/ou d'aménagements d'études.

Si tu es salarié, tu peux aller vers le **service social de ton entreprise**.

Ressources en ligne - Lignes d'écoute

Link'aidant - Association JADE

Cet espace totalement gratuit et anonyme vise à sensibiliser et fédérer autour du sujet des jeunes adultes aidants.

Les 18-25 ans qui en plus d'être aidants sont avant tout des jeunes adultes dans une période charnière de leur vie.

Ici, nous t'offrons une véritable safe place, un lieu d'information, de discussion et de partage autour des problématiques auxquelles les jeunes adultes aidants peuvent être confrontés.

Link'aidant
Association JADE

jeunes-aidants.com



Fil santé jeunes

Pour toutes les questions de contraception, de sexualité, gestion du mal-être et de la crise suicidaire. Service anonyme et gratuit. Pour tous les jeunes, **jusqu'à 25 ans**.

Fil santé jeunes

► N°Vert

0 800 235 236

de 9h à 23h



Brind'écoute

Service d'écoute pour les jeunes aidants de **13 à 25 ans** qui sont confrontés à la maladie, au handicap ou à l'addiction d'un proche. Ligne proposée par l'association La Pause Brindille et gérée par des jeunes qui peuvent être aidants et qui sont eux-mêmes supervisés par des professionnels.

Le chat en ligne te permettra de te confier à des écoutants formés. Tu peux les contacter à n'importe quel moment de la journée, mais ils te répondront lors de leurs permanences.

Rencontres en visio pour que tu puisses échanger avec des jeunes qui vivent des situations à la fois similaires et différentes de la tienne.

Services confidentiels et gratuits.

Brind'écoute

Ligne d'écoute
téléphonique

06 03 42 22 04

Mardi 17h-22h,
mercredi 14h-18h,
vendredi 18h30-23h30

[lapausebrindille.org/
brindecoute](http://lapausebrindille.org/brindecoute)

Rencontres en visio
tous les derniers
mercredis du mois



centraider.fr

Recense pour vous **les structures,**
les professionnels, les bénévoles
près de chez vous et vous informe
sur **les aides et les droits** qui vous
sont destinés.



centraider.fr

