

Des temps de
LOISIRS PARTAGÉS,
c'est possible ?

Penser à prendre
DU TEMPS
POUR VOUS !

Comment
FINANCER
tout cela ?

Pour plus de renseignements
sur ces aides,
contactez KLESIA Action Sociale

au  **N°Cristal 09 69 39 00 54**

APPEL NON SURTAXE

KLESIA
klesia.fr



Les 3 Institutions de Retraite Complémentaire de KLESIA (CARCEPT, KLESIA Retraite Agirc, KLESIA Retraite Arrco) sont au service de leurs actifs cotisants et de leurs retraités. Par leur action sociale, elles soutiennent le retour à l'emploi des actifs les plus fragiles, donnent les clés du bien vieillir, aident les aidants familiaux, et accompagnent le grand âge en perte d'autonomie.

000.847/16 - CRÉATION ASSOCIATION DE MOYENS KLESIA - PHOTO THINKSTOCK

ACTION SOCIALE



ACCOMPAGNER
CEUX QUI ACCOMPAGNENT

VOUS AIDEZ régulièrement votre conjoint, votre enfant malade, handicapé ou un parent âgé. Cette situation peut être source de fatigue et de difficultés.

En qualité de cotisant d'une institution de retraite complémentaire KLESIA, vous pouvez bénéficier de l'accompagnement et des prestations mises en œuvre par KLESIA Action Sociale.

KLESIA
PROTECTION ET INNOVATION SOCIALES

Où trouver
de
L'INFORMATION ?

Avec qui
en **PARLER ?**

Sur quels relais
M'APPUYER ?

Ta mère a encore oublié de fermer le gaz cette semaine...
Ton père s'inquiète

Que faire ?
Qui pourrait nous renseigner ?

Tu ne sais pas combien c'est difficile de s'occuper de quelqu'un au quotidien. J'ai toujours peur de mal faire. Ça me préoccupe à longueur de journée.

Tu pourrais en parler avec d'autres aidants.

Tu te lèves à 6h pour faire le ménage chez toi, et après le travail, tu fais le ménage chez ta mère ? C'est normal que tu n'y arrives plus ! Fais-toi aider !!

KLESIA met à votre disposition plusieurs sources d'information

- Des conseillers à votre écoute au **N°Cristal 09 69 39 00 54** APPEL NON SURTAXE pour vous aider à trouver des réponses
- Des informations sur le site Internet aidants.klesia.fr
- Des événements dans votre région : des forums, des conférences, le Village KLESIA Handicap & Dépendance...

KLESIA vous met en relation avec des groupes d'entraide et de partage d'expérience

- Des groupes d'entraide sur l'échange des pratiques, des groupes de parole (en présence d'un psychologue), des cafés des aidants...
- Mais aussi des formations pour mieux appréhender vos besoins au quotidien

Un N° spécifique pour les accompagnants de personne en souffrance psychique : **03 81 53 95 44 du lundi au vendredi de 14h à 16h** pour une écoute personnalisée et pour vous informer sur les mesures d'accompagnement de proximité.

KLESIA vous permet d'accéder à :

- Des services pour contribuer au financement de prestations de garde à domicile et/ou d'aide-ménagères, quelle que soit la situation de votre proche.
- Une mise en relation avec des prestataires de service à la personne référencés, par le biais de notre service Domissimo.
- Des solutions d'accueil de jour et d'accueil temporaire pour les personnes âgées pour vous soulager en prenant soin de votre parent.

KLESIA propose des séjours adaptés aux besoins de votre famille

- Dans des villages de vacances conçus spécifiquement pour vous accueillir dans les meilleures conditions, que vous ayez un enfant en situation de handicap, un parent âgé ou en perte d'autonomie.
- Dans un lieu de séjour classique, à travers la prise en charge partielle des frais liés à la prise en charge de votre proche.

KLESIA vous encourage à prendre du temps pour vous

- Grâce à nos solutions d'accueil, le proche adulte dont vous vous occupez pendant l'année est pris en charge par un établissement de manière temporaire.
- Votre enfant en situation de handicap peut également être pris en charge par des structures compétentes pour un accueil de jour ou un accueil temporaire.

Vous accompagnez un proche en souffrance psychique ? Nous vous conseillons de participer à un séjour de répit pour prendre du recul et repartir avec plus d'énergie et des pistes d'action.

KLESIA prend en charge certains frais liés à l'accompagnement de votre proche

- Des CESU permettant de financer vos services de garde à domicile et/ou des aide-ménagères quelle que soit la situation de votre proche.
- L'attribution d'une allocation de répit, et une participation au coût d'un séjour de répit.
- Une prise en charge partielle des frais liés à l'adaptation de votre séjour lorsque vous partez dans notre réseau de partenaires.

KLESIA peut mobiliser d'autres aides en fonction de votre situation personnelle.

Tu te rends compte, nous ne sommes pas partis depuis 5 ans... j'aimerais me changer les idées, changer d'air juste quelques jours... mais c'est compliqué...

Pratiquer une activité physique une à deux fois par semaine ! J'aimerais bien, mais je n'ai pas le temps !

Ce qui est sûr, c'est que tu dois prendre soin de toi, pour mieux prendre soin de lui !

C'est bien, tous ces conseils, mais combien ça coûte ?!