



Je suis salarié et j'aide un proche fragile. L'Action sociale KLESIA m'accompagne dans mes démarches, me permet de trouver des solutions et des interlocuteurs qui connaissent bien mes difficultés, pour me donner l'énergie de mieux vivre ma vie d'aidant !



**ACCOMPAGNER
CEUX QUI ACCOMPAGNENT**

Ma mère est encore tombée hier soir. Je m'inquiète...

Que faire ? Comment trouver une solution ?



C'est tellement 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 fais comment pour tout gérer entre les rdv médicaux de ton papa, ses courses et son ménage, les études de tes enfants et ton travail ? C'est normal que tu n'y arrives plus ! Pourquoi ne pas demander de l'aide ?

KLESIA met à votre disposition plusieurs sources d'information

- ▶ Des conseillers à votre écoute au **N°Cristal 09 69 39 00 54** pour vous aider à trouver des réponses. APPEL NON SURTAXE
- ▶ Un service simple, intuitif, complet et gratuit : **KIT'AIDE** kitaide.klesia.fr
- ▶ Des informations sur le site klesia.fr.

KLESIA vous met en relation avec des partenaires

- ▶ Des groupes d'entraide sur l'échange des pratiques, des groupes de parole, des cafés des aidants...
- ▶ Mais aussi des formations pour mieux appréhender vos besoins au quotidien.



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.
- ▶ Un service d'accompagnement budgétaire individualisé pour les salariés aidants.

KLESIA vous propose des activités et des séjours adaptés

- ▶ À domicile avec le programme Gym Aidant-Aidé : des séances de gymnastique adaptée, financées par l'Action Sociale.
- ▶ Dans des villages de vacances conçus spécifiquement pour vous accueillir avec votre enfant en situation de handicap ou gravement malade, avec votre conjoint ou votre proche âgé, en perte d'autonomie ou atteint d'une maladie invalidante.

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...

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.



Faire du sport une à deux fois par semaine ! J'aimerais bien, mais je n'ai pas le temps !

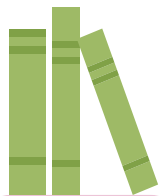
KLESIA prend en charge certains frais liés à l'accompagnement de votre proche

- ▶ 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.

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

Des moments de
loisirs partagés,
c'est possible ?



Où trouver
de l'**information** ?

Avec qui en parler ?

Du temps pour
vous **ressourcer**



Sur quels relais
m'**appuyer** ?

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



Les 2 institutions de retraite complémentaire de KLESIA (CARCEPT, KLESIA Retraite Agirc-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 les personnes âgées en perte d'autonomie.

KLÉSIA
klesia.fr

