

VOUS ÊTES SALARIÉ(E) ET AIDANT(E) D'UN PROCHE

L'ACTION SOCIALE EST
À VOS CÔTÉS!



OPTIM'SERVICES
RH - ACTION SOCIALE



CONCRÈTEMENT, ÊTRE AIDANT C'EST QUOI ?



3,9 M

C'EST LE NOMBRE DE
SALARIÉS AIDANTS
RECENSÉS EN 2016 .

VOUS ÊTES CONCERNÉS ?

Parmi 8,3 millions d'aidants en France, des milliers de salariés assistent, aident au quotidien un proche en situation de maladie ou de handicap quel que soit son âge. Vous êtes peut-être concernés...

des activités de la vie quotidienne auprès d'une personne ayant besoin d'aide en raison de son état de santé.

CONCILIER VIE PROFESSIONNELLE ET RÔLE D'AIDANTS

Passer au domicile de ses parents, coordonner les aides, gérer les relations familiales, être formé au rôle d'aidant, trouver des lieux de parole, rechercher une structure d'accueil, faire les courses, s'occuper des démarches administratives, vivre le quotidien avec un conjoint ou un enfant en situation de

handicap, se repérer dans les services et les organismes, solliciter une aide familiale... Être aidant, c'est être confronté à toutes ces questions tout en assurant une activité professionnelle, son rôle parental, les temps de transport...



Les professionnels de l'Action sociale sont à vos côtés pour y voir plus clair, vous aider dans vos démarches et vous soutenir.

UNE DÉFINITION DU RÔLE D'AIDANT

Une personne est aidante quand elle vient en aide de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou



VOUS VOUS INTERROGEZ ...

Comment adapter un logement pour votre mère âgée?

La façon d'organiser une vie familiale avec un enfant handicapé.

Où trouver un café des aidants pour partager mes soucis ?

Comment mettre en place le maintien à domicile de mes parents âgés ?

Je veux financer ma formation d'aidant familial.

Où chercher une structure d'accueil ?

J'aide mes parents dépendants à distance.

L'ACTION SOCIALE EST À VOS CÔTÉS...



POUR VOUS INFORMER...

Sur les aides existantes, adaptées à vos besoins, les démarches à accomplir pour y accéder et les aides financières possibles...

VOUS ORIENTER...

En fonction de votre situation et de vos besoins vers les interlocuteurs et les organismes compétents adaptés.

VOUS SOUTENIR...

Dans ces moments difficiles liés à l'aide d'un proche (conjoint, enfant, parent...) afin de vous permettre de mieux vivre votre quotidien.

VOUS ACCOMPAGNER...

Durablement et vous proposer des prestations financières, sous conditions, en fonction de votre situation et des besoins identifiés. Ces aides sont soumises à évaluation d'un travailleur social. Une prestation dédiée aux aidants existe pour contribuer aux coûts :

- de séjours de répit
- de transport
- de solutions domotiques
- de médiation familiale
- d'aménagement et/ou changement de logement
- de formation

CONTACTEZ-NOUS !

Par téléphone :

 **N° VERT 0 800 20 66 20***

70 30 85 (interne)

*Appel gratuit depuis un poste fixe

Par mail :

action.sociale@sncf.fr

OPTIM'SERVICES - RH - ACTION SOCIALE

R.C.S Bobigny B 552 049 447

Crédits Photos : Médiathèque SNCF : Maxime Huriez, Matthieu Raffard, Alfred Cromback.

Réalisation : Agence La 11ème Heure.

Septembre 2016

