

Vous accompagnez un proche ?

Un projet pour repérer et accompagner les aidants retraités, sur le territoire Var Est.



Vous êtes peut-être aidant

Vous êtes retraité(e) de la CARSAT et vous aidez au quotidien votre conjoint, un parent, un ami ou même un voisin : repas, démarches, rendez-vous médicaux, présence... Même si vous ne vous êtes jamais présenté ainsi, vous êtes un **aidant**.

Comment ça se passe ?

- 1 Le professionnel qui vous suit vous remet ce document.** Médecin, infirmier, service d'aide à domicile... il vous présente le projet et, si vous êtes d'accord, transmet vos coordonnées au DAC Var Est.
- 2 Le DAC Var Est vous contacte.** Un membre de l'équipe du DAC vous appelle pour se présenter et vous proposer un échange, à votre rythme.
- 3 On fait le point ensemble.** Nous évaluons votre situation et votre santé d'aidant, puis nous vous orientons vers les aides et les soutiens qui vous conviennent.

Ce que cet échange peut vous apporter

● Être reconnu(e)

Votre rôle d'aidant est entendu et reconnu.

● Faire le point

Un point sur votre santé et vos besoins.

● Trouver des soutiens

Les aides et solutions possibles.

Rien à faire de votre côté : Un membre de l'équipe du DAC Var Est prendra contact avec vous.

Une question ? Contactez-nous à l'adresse suivante : rgcoa@dac-varest.fr

Vos données : vos coordonnées ne sont transmises au DAC Var Est qu'avec votre accord ; vous pouvez refuser ou changer d'avis à tout moment. Responsable du traitement : DAC Var Est. Pour exercer vos droits d'accès, de rectification ou d'opposition en contactant l'adresse suivante rgpd@dac-varest.fr. Vous pouvez aussi saisir la CNIL (cnil.fr).

Notre territoire d'intervention



Nos outils pour vous accompagner



ICOPE est un programme gratuit qui permet d'identifier les premiers signes de fragilité et de mettre en place un accompagnement adapté aux besoins identifiés. L'objectif est de permettre aux personnes âgées de préserver leurs capacités, et ainsi maintenir leur autonomie et leur qualité de vie.

Outil développé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS)



Alice,
votre agent
virtuel,
vous informe
par téléphone

ALICE est un agent virtuel téléphonique destiné aux personnes retraitées et/ou leurs aidants qui ont des difficultés avec les outils numériques et/ou qui souhaitent simplement s'informer. Alice vous informe de souhaits d'ateliers ou de conférences de prévention, elle recherche sur une carte interactive les activités près de chez vous et vous envoie en SMS toutes les informations utiles si vous souhaitez vous y inscrire.

Outil développé par la
CARSAT Sud-Est

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Sud-Est