

# L'Agirc-Arrco, ce n'est pas que la retraite !

C'est aussi une action sociale qui accompagne 2 millions de personnes chaque année.

Vous êtes intéressé.e par des informations et des conseils pour entretenir votre forme ? Vous recherchez des solutions pour préserver votre autonomie et rester vivre à votre domicile ? L'action sociale Agirc-Arrco vous propose un ensemble de réponses adaptées à vos besoins. Plus d'informations sur [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr).

VOUS AIDEZ UN PROCHE ?  
NOUS POUVONS VOUS AIDER !



## AIDE AUX AIDANTS

Pour plus d'information ou contacter le service d'action sociale de votre caisse de retraite complémentaire :

[www.agirc-arrco.fr/caisses-de-retraite](http://www.agirc-arrco.fr/caisses-de-retraite)

Et aussi...

[www.centreprevention.com](http://www.centreprevention.com)

[www.maboussoleaidants.fr](http://www.maboussoleaidants.fr)

## AIDE AUX AIDANTS



UNE ACTION SOCIALE  
● RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc-arrco**

Avec l'Agirc-Arrco, les groupes de protection sociale agissent pour une action sociale et solidaire :  
AG2R LA MONDIALE • ALLIANCE PROFESSIONNELLE RETRAITE (AGRICA • AUDIENS • B2V • IRP AUTO • LOURMEL • PRO BTP) • APICIL • IRCEM • KLESIA • MALAKOFF HUMANIS

Mars 2022 - Illustrations Cécile Lisbonis

UNE ACTION SOCIALE  
● RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc-arrco**

## AIDE AUX AIDANTS

Vous aidez régulièrement un proche âgé, malade ou en situation de handicap ?

Vous vous sentez stressé.e, fatigué.e, isolé.e, vous avez besoin de repos ou rencontrez des difficultés à faire face au quotidien ? Votre caisse Agirc-Arrco vous accompagne en vous proposant des solutions adaptées à votre situation.



### Quelles aides sont disponibles ?

En fonction de votre besoin, l'Agirc-Arrco vous propose des solutions pour vous aider à mieux vivre votre situation d'aidant.e.

- **Pour trouver une solution de proximité :** le site « Ma Boussole Aidants » vous propose des solutions géolocalisées (services d'aide à domicile, solutions de répit, groupes de parole, droits et démarches, formation, aménagement du domicile...) et vous informe sur les aides financières adaptées à votre situation. [www.maboussoleaidants.fr](http://www.maboussoleaidants.fr)

- **En cas de problème financier**

L'Agirc-Arrco propose des aides financières individuelles dédiées aux aidants (aides au financement de solutions de répit, de soutien psychologique, de formations pour aidants...).

- **Pour prendre soin de vous**

Parce que, pour un aidant, être en forme est primordial, les centres de prévention Agirc-Arrco vous proposent des bilans de prévention et vous apportent écoute et conseils.

[www.centredeprevention.com](http://www.centredeprevention.com)

- **Concilier votre situation d'aidant.e et votre activité professionnelle devient difficile ?**

Téléchargeable gratuitement, le guide « Salariés aidants » recense les solutions conçues pour alléger votre quotidien : aides à domicile et financières, dispositifs légaux, solutions de répit, lieux d'information, d'écoute et de soutien...

[www.agirc-arrco.fr/mes-services-particuliers/actifs-futurs-retraites/aider-un-de-mes-proches-age-ou-handicape](http://www.agirc-arrco.fr/mes-services-particuliers/actifs-futurs-retraites/aider-un-de-mes-proches-age-ou-handicape)

- **Besoin de souffler ?**

Le Village Répit Familles® Touraine est une structure hôtelière incluant un encadrement médicalisé. Elle accueille des aidants ainsi que leur proche âgé le temps d'un séjour au cours duquel ils peuvent pratiquer des activités de loisir et de détente, ensemble et séparément, pour se ressourcer. [www.vrf.fr](http://www.vrf.fr)

### Combien ça coûte ?

La plupart des prestations sont prises en charge par votre caisse de retraite complémentaire Agirc-Arrco.

D'autres formes d'aides (groupes de parole et d'entraide, conférences, actions de prévention, recherche de solutions de maintien à domicile ou d'établissement d'accueil adapté...) peuvent vous être proposées par votre caisse de retraite complémentaire ou par celle de la personne que vous aidez. Renseignez-vous sur les dispositifs existants auprès de leur service d'action sociale (coordonnées au dos de ce document).