

Relax' ACTION

— Ou le droit au répit —



Relax'ACTION est une action cofinancée par la CPAM du Hainaut qui a pour but de proposer aux aidants salariés ou non un moment de répit quand le besoin s'en fait sentir ou un moment de liberté pour prendre soin de soi, se déconnecter des préoccupations quotidiennes dans l'assurance d'un service rendu professionnel et de qualité, sans culpabiliser.

Relax'ACTION est à destination de ceux qui s'occupent d'une personne en situation de dépendance (âgée, malade et/ou handicapée) qu'elle soit salariée ou non.



- Durée de l'intervention : **de 30 minutes à 4 heures**
- Coût de l'intervention : **1€ de l'heure** à charge de l'aidant (toute heure commencée est due)
- Critères : la personne intervenant au domicile ne pratique pas de soins médicaux, paramédicaux. Elle a pour rôle de passer et faire passer un moment agréable à la personne aidée en l'absence de son aidant par l'intermédiaire d'activités définies en fonction de l'intérêt et des capacités de celui-ci.



Vous habitez Avesnes-Les-Aubert, Beauvois-en-Cis, Briastre, Escaudœuvres, Gouzeaucourt, Haussy, Iwuy, Masnières, Noyelles-sur-Escaut, Quiévy, Rieux-en-Cambrésis, Rumilly-en-Cis, Saint-Hilaire-Lez-Cambrai, Saint-Python, Saint-Vaast-en-Cis, Saulzoir, Villers-en-Cauchies **et vous avez en charge une personne âgée et/ou en situation de handicap.**

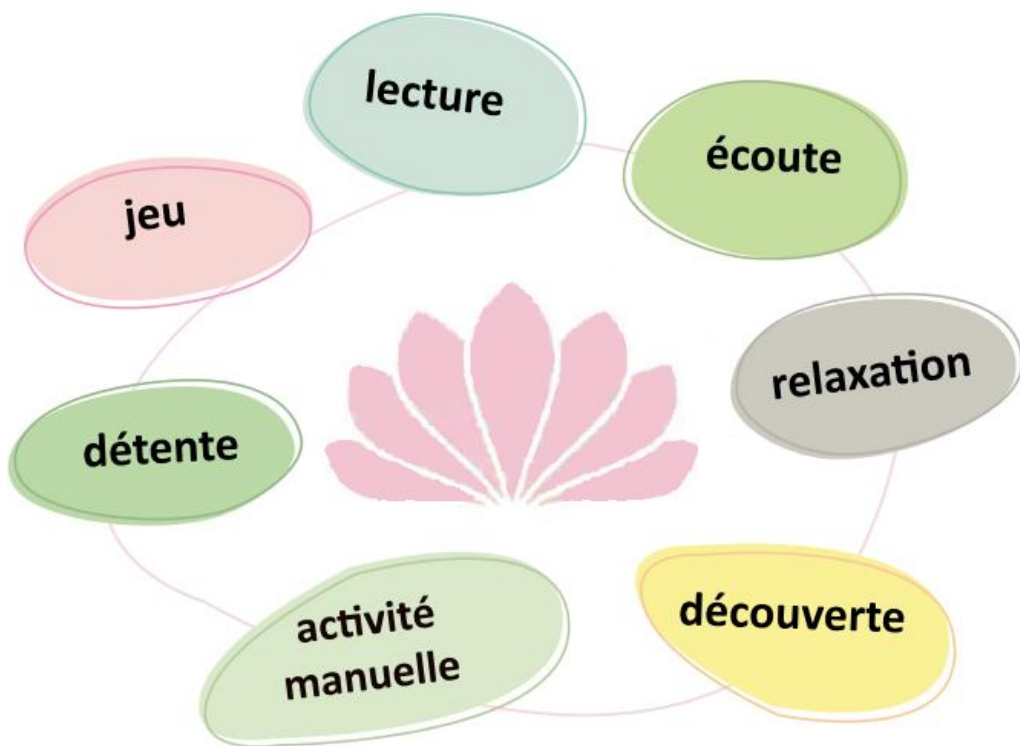
Cette action est pour vous.



Relax' ACTION

— Ou le droit au répit —

propose à la personne aidée un moment d'échange, de détente, de relaxation, de découverte durant l'absence de son aidant.



Comment procéder ?

Inscription :

- ACTION 7rue du 19 mars 1962, 59129 Avesnes-Les-Aubert
 - Téléphone : 03 27 82 29 82
 - Courriel : sante.action@orange.fr
 - Compléter un questionnaire d'information
- Référentes : Mme Sandrine Hupez, Mme Carole Duquesnoy