



Maintien à domicile



Edition octobre 23

Rester chez soi le plus longtemps possible, c'est le souhait émis par de nombreuses personnes qui souhaitent profiter sereinement de leur domicile. Il existe beaucoup d'associations qui peuvent vous aider pour votre maintien à domicile.

Idéalement il convient de se renseigner auprès de l'assistant social de votre mutuelle dans un premier temps.

Pour des aides de maintien à domicile

Voici quelques associations épinglées qui peuvent vous aider. Cette liste n'est pas exhaustive.

• **ASD : AIDE ET SOINS À DOMICILE BRUXELLES**

Coordination d'aide et de soins à domicile par un plan de soutien personnalisé. Le coordinateur facilite le relai entre l'hôpital et le domicile, afin de préparer un retour à domicile dans des conditions optimales. ASD renseigne les praticiens de kinésithérapie, podologie/pédicure, ophtalmologie, dentiste, ergothérapie, conseil aménagement logement, livraison de repas à domicile, télésurveillance, garde-malade, prêt de matériel médico-sanitaire, petits travaux, transport pour raison médicale non urgente, coiffeur...

ASD travaille avec les infirmières de la croix jaune et blanche de Bruxelles.

ASD propose via les aides familiales un accompagnement dans les actes de la vie journalière : lessive, vaisselle, aide à l'entretien, pour la préparation de repas, courses, toilette non médicale, aide administrative, etc...

Contact : Rue Maria Malibran, 53, 1050 IXELLES, info.bxl@fasd.be, 02/647.03.66

<http://bruxelles.aideetsoinsadomicile.be>

• **Soins chez soi**

Coordination gratuite d'aide, de garde et de soins à domicile par un plan de soutien personnalisé comme ASD.

Contact : Catherine Ballant catherine.ballant@skynet.be, Rue de Stalle, 162A boîte 8 - 1180 Bruxelles 02/420 54 57 <http://www.soinschezsoi.be/>

• **Helper**

Plate-forme de connection développée en partenariat avec Partena. Elle met en relation les personnes compétentes ou un 'assistant' et les personnes qui recherchent de l'aide pour les tâches quotidiennes. Un 'assistant', qui peut être de votre quartier, devient un confident à qui vous pouvez faire appel régulièrement pour faire du shopping, vous emmener à un rendez-vous, vous promener...

Contact : <https://www.helper.be/>, hello@helper.be

Action Parkinson asbl Siège social Avenue des Klauwaerts 38 1050 Bruxelles

Activités c/o Chaussée de Vleurgat 109 1050 Bruxelles

www.actionparkinson.be

Cecile.gregoire@actionparkinson.be – 0494 53 10 46

BE90 0689 3269 4332- Don : BE66 0689 3507 1943 - RPM Bruxelles : 0717.582.838



Maintien à domicile



Edition octobre 23

Pour des solutions de répit

Consultez les services offerts par votre **mutuelle** qui a des solutions de court-séjour de maximum 3 mois/an en maison de repos agréée par l'INAMI ou d'accueil en centre de jour ou de nuit.

• **Gammes**

Service de garde à domicile à un tarif abordable destiné aux adultes, uniquement pour les 19 communes bruxelloises.

Contact : Chaussée de Charleroi 123a, bte 4, 1060 Bruxelles.

02 537 27 02, info@gammesasbl.be



Alphonse VAINQUEUR
Chef d'équipe / Conseiller en prévention
Teamleider / Preventie adviseur

Ch. de Charleroi 123 A | Tél. : 02 537 27 02 | servicesocial3@gammesasbl.be
1060 Bruxelles | Fax: 02 538 82 49 | sipp@gammesasbl.be

www.gammesasbl.be

N° d'entreprise : BE 0467 262 044
Please consider the environment before printing



- **OPVA, On peut vous aider** : service de maintien, garde et aide à domicile 24h/24 et ce, 6 j/7, à Bruxelles et en Brabant wallon.

Contact : 0473 13 76 01, info@onpeutvousaider.be

Chaussée d'Alseberg 842, 1180 Bruxelles

• **Alter ego** :

Propose pour aider au lever et au coucher, aux courses, aux repas... des aides-soignantes, garde-malades, dames de compagnie à domicile, sur Bruxelles et le Brabant Wallon, 7j/7 et 24H/24.

Contact : info@alteregoadomicile.be, 02 374 26 46, Chaussée de la Hulpe 1, 1180 Uccle

<https://www.alteregoadomicile.be/>

• **Service d'aide aux seniors bruxellois SASB**

Soutenu et subsidié par la Ville de Bruxelles, le service d'aide aux seniors bruxellois vise à fournir un soutien via les aides familiales. Les tâches exercées contribuent au bien-être quotidien des seniors et des personnes handicapées domiciliées sur le territoire de la Ville de Bruxelles afin de permettre le maintien à domicile.

Contact : 02/505.46.70 ou 02/505.46.78 Rue Van Helmont, 32. 1000. Bruxelles. 02 505 46 70

<https://aidefamiliale.be/>, info@aidefamiliale.be

Action Parkinson asbl Siège social Avenue des Klauwaerts 38 1050 Bruxelles

Activités c/o Chaussée de Vleurgat 109 1050 Bruxelles

www.actionparkinson.be

Cecile.gregoire@actionparkinson.be – 0494 53 10 46

BE90 0689 3269 4332- Don : BE66 0689 3507 1943 - RPM Bruxelles : 0717.582.838



Maintien à domicile



Edition octobre 23

- **EMPSA, Equipe mobile Prévention Soutien aideance**

Une équipe qui se rend à domicile pour reconnaître, informer et soutenir les aidants. Service gratuit dans les 19 communes. Cette équipe mobile, composée d'une psychologue, d'une assistance sociale, d'un infirmier propose un accompagnement suite au diagnostic ou l'aggravation de la situation.

Contact : 02/474.02.35, equipemobile@jeunesaidantsproches.be

- **Aidants proches ASBL**

Ces moments sont l'occasion pour les aidants proches de se réunir pour discuter, partager des informations et prendre un temps pour soi.

Contact : 02/474.02.55, info@aidantsproches.brussels

- **Accolage**

Accolage est un réseau d'entraide local qui encourage l'échange de petites aides entre voisins afin de lutter contre la solitude et l'isolement en stimulant les échanges et la création de liens entre voisins d'un même quartier.

Contact : Rue de Laeken 76/bus 3, 1000 Bruxelles 0484 48 38 33 **Bras dessous, bras dessous**

BdBd vise à rompre l'isolement des aînés et leur donner la possibilité de retrouver une place dans la société en créant un réseau de voisinage solidaire.

Contact : Pl. de l'Altitude Cent 14, 1190 Forest 0486 76 62 89

Plate-forme de recherche

- **Bruxelles social : Annuaire des organisations et services sociaux-santé de Bruxelles**

<https://social.brussels/>



- **SAM : Solidaire à la Maison (réseau des aidants)**

L'asbl a pour but désintéressé, en Belgique ou à l'étranger, d'aider les personnes subissant des difficultés liées à une perte d'autonomie petite ou grande en raison de l'âge, d'une maladie, d'un handicap, d'un accident ... en prodiguant du soutien à leur entourage. La plateforme WEB SAM vous permet de trouver facilement l'information existante.

Contact : 02/474 02 44 , 0496 78 187 76, services@reseau-sam.be
Boulevard de Smet de Naeyer 570, 1020 Bruxelles Laeken

Action Parkinson asbl Siège social Avenue des Klauwaerts 38 1050 Bruxelles
Activités c/o Chaussée de Vleurgat 109 1050 Bruxelles
www.actionparkinson.be

Cecile.gregoire@actionparkinson.be – 0494 53 10 46

BE90 0689 3269 4332- Don : BE66 0689 3507 1943 - RPM Bruxelles : 0717.582.838