



# Maintien à domicile Aide au quotidien Répit



Edition septembre 24

Rester chez soi le plus longtemps possible, c'est le souhait émis par de nombreuses personnes qui voudraient 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.

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

**Besoin d'aide ? Les Case Managers de l'Association Parkinson, assistants sociaux spécialisés en maladie de Parkinson peuvent vous aider.** Les Coordonnateurs de santé de l'Association Parkinson ont pour mission principale de répondre aux besoins des personnes qui ont la maladie de Parkinson. Les Coordonnateurs de santé apportent le soutien nécessaire aux démarches, informations et orientations adéquates. À la demande de la personne, de l'aidant proche ou d'un professionnel de la santé, ces coordonnateurs de santé qui ont une formation d'assistant social se déplacent au domicile pour un accompagnement dans leur trajectoire de soins et de vie. En concertation avec le médecin généraliste, les coordonnateurs de santé apportent des réponses en lien avec la maladie et le quotidien. Ce service est totalement gratuit et ne demande aucune démarche administrative préalable. Pour plus d'informations, voici le flyer: [Case Manager](#) ou contactez le 081.56.88.56

### **Pour trouver une solution adéquate**

#### **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](mailto:equipemobile@jeunesaidantsproches.be)

#### **Blue Story**

Comment trouver une solution sur mesure ? Blue Story vous propose un accompagnement personnalisé sur base forfaitaire.

Blue Story offre la bienveillance et une approche responsable à l'écoute des seniors pour soulager leur gestion au quotidien sur base d'une relation de confiance.

Les services proposés concernent

- la gestion administrative comme s'occuper du courrier, des factures, des paiements, du classement
- l'aide logistique en accompagnant à des rendez-vous, en faisant du shopping ou des petites tâches

---

**Action Parkinson asbl** Siège social Avenue des Klauwaerts 38 1050 Bruxelles

Activités c/o Chaussée de Vleurgat 109 1050 Bruxelles

[www.actionparkinson.be](http://www.actionparkinson.be)

[Cecile.gregoire@actionparkinson.be](mailto: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 Aide au quotidien Répit



Edition septembre 24

- l'aide pour trouver des prestataires de soins fiables et à s'assurer de la qualité du travail
- le développement de vos liens sociaux : aller faire une balade, organiser une sortie culturelle ou une conférence...

**Contact** : Nathalie Schokert, 0486.36.84.58, [nathalie@bluestory.be](mailto:nathalie@bluestory.be)

### Pour des aides de maintien à domicile

#### **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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](http://www.actionparkinson.be)

[Cecile.gregoire@actionparkinson.be](mailto: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 Aide au quotidien Répit



Edition septembre 24

### Pour des solutions de répit ou d'aide

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. Vous trouverez dans la fiche d'information 'logement' une liste de centres de jour.

#### **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](mailto:info@gammesasbl.be)

**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](mailto: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](mailto: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](mailto:info@aidefamiliale.be)

#### **Casa Clara asbl**

La Casa **Clara asbl** propose des moments de détente et de ressourcement aux parents, aux frères et sœurs, aux familles de personnes porteuses d'un handicap ou d'une pathologie lourde. La participation

---

**Action Parkinson asbl** Siège social Avenue des Klauwaerts 38 1050 Bruxelles  
Activités c/o Chaussée de Vleurgat 109 1050 Bruxelles  
[www.actionparkinson.be](http://www.actionparkinson.be)

[Cecile.gregoire@actionparkinson.be](mailto: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 Aide au quotidien Répit



Edition septembre 24

se fait sur base d'inscription et d'un document de reconnaissance du handicap, moyennant une petite participation financière.

La Casa Clara propose des journées ou bulles de répit. Vous aurez l'occasion de profiter de leur infrastructure de bien-être (massage, soins esthétiques, jacuzzi, relaxation, sauna...), de vous poser lors d'ateliers collectifs ou individuels, d'avoir un temps d'écoute.

**Contact** : Fanny Calcus, 0473.20.56.32, [info@casaclara.be](mailto:info@casaclara.be)

### **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

### **Aidants proches ASBL**

L'asbl Aidants proches donnent la possibilité toute pathologie confondue de se réunir pour discuter, partager des informations et prendre un temps pour soi.

**Contact** : 02/474.02.55, [info@aidantsproches.brussels](mailto:info@aidantsproches.brussels)

### **Plate-forme de recherche**

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

<https://social.brussels/>



---

**Action Parkinson asbl** Siège social Avenue des Klauwaerts 38 1050 Bruxelles

Activités c/o Chaussée de Vleurgat 109 1050 Bruxelles

[www.actionparkinson.be](http://www.actionparkinson.be)

[Cecile.gregoire@actionparkinson.be](mailto: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 Aide au quotidien Répit



Edition septembre 24

### **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](mailto:services@reseau-sam.be)  
Boulevard de Smet de Naeyer 570, 1020 Bruxelles Laeken