



Maintien à domicile Aide au quotidien Répit



Edition janvier 26

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.

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>

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
- 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



Maintien à domicile Aide au quotidien Répit



Edition janvier 26

CSD : centrale de soins à domicile

Objectif : Maintenir la personne au domicile et proposer un large éventail de services, comme les soins à domicile (infirmiers, kiné, psychologues...), aide familiale de jour ou de nuit, repas à domicile, télévigilance, coiffeur, dentiste, **aide numérique (Bibliothèques sans frontières)**...

Contact : info@csdbxl.be; 02 537 98 66

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

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

Tanddem (ex Happy Days)

Aide à domicile personnalisée par une présence quotidienne dans les tâches ménagères ou un accompagnant pour préparer les repas, faire les courses,...

Tarif : une cotisation mensuelle de 35€/mois et toutes les heures sont payées avec des titres-services.

Vous pouvez aussi demander des aides informatiques, des accompagnants pour sorties culturelles ou promenades... Les tarifs varient selon le nombre d'heures demandées.

Contact : 02 851 06 76 ; hello@tanddem.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/>



Maintien à domicile Aide au quotidien Répît



Edition janvier 26

Pour des solutions de répît 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

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

Stay@home, service de garde à domicile H24

contact : 0471/67.03.70, <http://www.stayathome.be/>

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/>

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

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 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 répît. Vous aurez l'occasion

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 Aide au quotidien Répit



Edition janvier 26

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

Baluchon Alzheimer (ou maladie apparentée)

Procurer un répit et un accompagnement aux aidants proches d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou Parkinson, sans avoir à déplacer la personne touchée hors de son milieu de vie. La baluchonneuse remplace l'aidant proche durant sa période de répit. Elle apporte son « baluchon » et demeure au domicile de la personne aidée. La première journée constitue une journée de transition passée en compagnie de l'aidant proche et de la personne aidée. Celle-ci est essentielle ! Les journées suivantes, l'aidant proche quitte le domicile et la baluchonneuse reste seule avec la personne aidée. La prise en charge est totale. Après le baluchonnage, la famille reçoit le journal d'accompagnement rédigé par la baluchonneuse. Prix : 65€/jour, la personne est logée et nourrie au domicile.

Contact : Chaussée de Wavre, 1326 1160 Bruxelles Tel : 02 673 75 00 ; info@baluchon-alzheimer.be ; www.baluchon-alzheimer.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 dessus, 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

Ring Twice (ListMinute) propose de recevoir un coup de main pour le quotidien (Bruxelles et Brabant Wallon) : petits travaux de réparation, d'entretien, de peinture, de nettoyage, garde d'animaux, transport, ...

Concrètement, un demandeur de service décrit la tâche pour laquelle il souhaite de l'aide et le prix qu'il est prêt à payer. A partir de là, il sélectionne un prestataire de services répondant aux critères de compétences et de proximité, ou il attend que des prestataires se manifestent. La palette de services demandés est infinie, allant d'un classique baby-sitting du plombier au montage d'un meuble Ikea.

Pour être membre de la communauté, 40€/trimestre.

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
Aide au quotidien
Répit



Edition janvier 26

Contact : <https://ringtwice.be/fr>

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 Aide au quotidien Répit



Edition janvier 26

Croix rouge de Belgique (accompagnement, lien social et aide numérique)

Des bénévoles viennent à domicile pour discuter, apporter une écoute, accéder aux services essentiels en ligne (banque, mutuelle, administrations communales...). **L'aide numérique** consiste à venir chez vous et vous former pour vous autonomiser vis-à-vis de vos outils numériques.

Contact : 105 ou 0498/91 85 85, reliage.bruxelles@croix-rouge.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

Pour vous aider à trouver de l'aide

Case Managers de l'Association Parkinson, les 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. Ils apportent du soutien aux démarches, des informations et orientent. 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, ils donnent 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 081.56.88.5

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

<https://social.brussels/>

Brusano et protocole3

Brusano a développé une offre de soins pour augmenter la qualité de vie de personnes de 60 ans et plus en situation complexe afin d'éviter, dans la mesure du possible, la nécessité d'être transféré en institution.

L'accompagnement se traduit en 3 types de prestations :

1. **Case management** afin de renforcer la coordination des soins

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 Aide au quotidien Répit



Edition janvier 26

2. **Suivi ergothérapeutique** afin d'apporter une aide et des conseils pour aménager le domicile et retrouver un fonctionnement optimal dans la vie quotidienne
3. **Suivi psychologique** afin de proposer une écoute et un soutien

Ces prestations sont entièrement gratuites pour les bénéficiaires. Ce projet innovant, financé par l'INAMI et coordonné par Brusano, participe aux soins intégrés et fait partie des formes alternatives de soins aux personnes âgées (Protocole 3).

Consultez : <https://www.brusano.brussels/service/soutien-a-domicile-pour-les-personnes-de-60-ans/>

Ergo2.0 ASBL

Fédération d'ergothérapeutes de quartier pour vous aider à garder votre autonomie, avec des case managers.

Contact : www.ergo2-0.be ; 0491 93 45 68 ; ergo2.0.info@gmail.com

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

Pour des travaux à domicile

Welbihome, travaux d'adaptation de domiciles pour les personnes en perte d'autonomie ou à mobilité réduite, welbihome.be; Charles Melottestraat 24, 1560 Hoeilaart ; 02 242 94 66