Fiche d'information

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 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

Fiche d'information

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 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 aidance**

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

**Helpper**

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.helpper.be/, hello@helpper.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, se promener…

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/

Fiche d'information

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 26

## 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

**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'Alsemberg 842, 1180 Bruxelles

**Stay@home**, service de garde à domicile H24, soutien administratif pour mettre tout en place
C'est une solution idéale pour les couples où les deux ont des soucis de santé.
**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

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 26

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

**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

**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

Fiche d'information

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 26

**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

**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
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/

**SPAD Caligo: Soins psychiâtriques (psychologiques) à domicile**

Pour les personnes isolées avec des problèmes de mobilité et qui ont perdu leur réseau social, une équipe de 5 personnes propose de rencontrer les personnes pour parler et créer du lien pour améliorer le bien-être mental. Ce service va aussi en maison de repos, c'est bilingue, gratuit, avec une fréquence d'une visite toutes les 3 semaines. Surtout actif dans la partie Est de Bruxelles.

**Contact** : Olivier Mertens 0496 26 55 60, info@spadcaligo.be

**0800 35 243 : "Allo Aide Sociale" du lundi au vendredi, de 9h à 17h**

**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

**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

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 26

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/**

**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

Fiche d'information

# Maintien à domicile
# Aide au quotidien
# Répit

Edition septembre 26

**Pour des travaux à domicile**

**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.

**Contact** : https://ringtwice.be/fr

**Compagnons dépanneurs**

Travaux à domicile (travaux de peinture/tapissage, dépannages et bricolages divers, plomberie, électricité, menuiserie, travaux de jardin, apport de meubles de première nécessité et déménagements. ) chez les personnes précarisées, âgées, isolées.

Magasin de seconde main de matériel

**Contact** : **37 rue de la Glacière - 1060 Bruxelles**
**infoasbl@compagnonsdepanneurs.be | 02 537 51 30 ; https://www.compagnonsdepanneurs.be/**

**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