

Mes différentes

POSSIBILITÉS DE RÉPIT

Le répit c'est avoir du temps pour soi : pour 1h, pour 1 demi-journée ou pour quelques jours.

“ J'aime prendre du temps pour décompresser : pour un rendez-vous chez le coiffeur ou un déjeuner avec des amis, ça me fait du bien ! ”

“ Mon propre suivi médical est important car mon corps fatigue. Je vais voir mon médecin. ”

“ Je prends aussi du temps pour continuer mon activité préférée et je m'autorise à prendre des vacances. ”

“ Je peux me faire remplacer à la maison auprès de mon proche. ”

Mais comment prendre du temps pour moi quand il n'y a personne pour prendre le relais à la maison ?

- Accueil de jour,
- Intervention d'auxiliaires de vie à domicile,
- Placement temporaire en structure,
- Baluchonnage, relayage ou suppléance à domicile.

