

DORMIR FAIRE LES BOUTIQUES
 PRENDRE DORMIR
 UN THÉ ALLER CHEZ LE COIFFEUR
 AVEC UNE SE REPOSER
 AMIE SORTIR FAIRE DU VÉLO JOUER AUX CARTES
 LIRE UN LIVRE BRICOLER
PRENDRE DU TEMPS POUR MIEUX AIDER FAIRE DU VÉLO JARDINER
 SE REPOSER DORMIR
 ALLER AU CINÉMA SE PROMENER
 CONSULTER LE MÉDECIN SE DÉTENDRE
 JARDINER SE PROMENER
 FAIRE LES BOUTIQUES ALLER AU CINÉMA
 FLÂNER JOUER AUX CARTES LIRE UN LIVRE DORMIR
 ALLER À LA PISCINE JARDINER SE REPOSER FAIRE DU VÉLO
 SE REPOSER DORMIR BRICOLER

CONSULTER LE MÉDECIN

PRENDRE UN CAFÉ AVEC UN AMI



Vous aidez un proche fragilisé par l'âge ou la maladie, qui habite Nantes et a plus de 55 ans ?

Faites une pause qui vous permet d'être ailleurs, un temps pour vous, lorsque vous en avez envie ou besoin...

c'est facile

- c'est au domicile de la personne aidée

c'est souple

- pour une heure, deux heures, un après-midi...

c'est rassurant

- un intervenant qualifié et formé à l'accompagnement des personnes désorientées, prend soin de votre proche, veille à sa sécurité et à son bien-être, tout en proposant des activités de stimulation ou de loisirs.

Vous choisissez l'association qui vous convient

Des professionnels salariés d'associations du maintien à domicile reconnues, identifiées et conventionnées avec la Ville de Nantes :

- l'AAFP/CSF (Association Aide Familiale Populaire - Confédération Syndicale des Familles)
- l'ADAR (Aide à Domicile en Activités Regroupées)
- l'ADT 44 (Aide à Domicile pour Tous en Loire-Atlantique)
- l'ANAF (Association Nantaise d'Aide Familiale)

Combien ?

Un tarif identique

- peu importe l'intervenant choisi

Un tarif accessible

- la Ville apporte son soutien en fonction des revenus* entre 1,62 à 16,24€ de l'heure (tarifs au 1^{er} janvier 2016)

* revenus de la personne aidée, nantais(e) de plus de 55 ans

Vous hésitez ?

Une offre « découverte » vous permet d'essayer, sans engagement

- pour les tranches de ressources les plus faibles : gratuité des 5 premières heures d'aide
- pour les autres tranches de ressources : tarif unique à 5€ pour les 5 premières heures d'aide



Bernard aide son épouse dépendante
« Ces deux heures de pause m'ont permis d'aller jardiner, de m'aérer ».

OÙ S'ADRESSER

- **Maison des Aidants au 02 51 89 17 60**

Accueil du public au 2 rue Courson
du lundi au vendredi de 14h à 18h
et le 1^{er} samedi du mois de 8h30 à 12h30

- **Service Prestations au 02 40 99 28 10**

Accueil du public au 10 rue Léopold Cassegrain
du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30