

Social et Bénévolat



## Service d'aide et d'accompagnement

Parce qu'on a besoin  
d'eux au quotidien,

nos bénévoles  
sont là.



**Croix-Rouge vaudoise**  
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse





## Vous avez besoin d'un accompagnement bénévole pour faciliter votre quotidien?

Pas de proche disponible pour vous accompagner lors de vos activités de loisirs, pour faire vos achats ou partager un repas, pour aller à votre rendez-vous chez le médecin?



Faites appel à notre Service d'aide et d'accompagnement.



## Que pouvons-nous faire pour vous ?

À la Croix-Rouge vaudoise, des centaines de bénévoles s'engagent à fournir un large éventail de services aux personnes âgées, malades ou isolées, en situation de handicap ou de précarité. Voici les activités régulières que nous pouvons vous proposer :



- + Accompagnement aux loisirs
- + Assistance aux courses et repas
- + Relève pour proches aidants
- + Transport de personnes à mobilité réduite  
(Districts d'Aigle, Grand Lausanne et Morges)



## Pourquoi puis-je faire confiance à ce bénévole ?

Le bénévole qui vous accompagne a participé à une formation de plusieurs jours centrée sur l'accompagnement, la relation et la prévention des risques d'accident. De plus, il fait preuve d'un engagement citoyen et solidaire en offrant une partie de son temps.



## Comment s'y prendre

**Appelez le 021 340 00 99.**

La Croix-Rouge vaudoise recherchera le bénévole adéquat et disponible le plus rapidement possible. Vous pouvez également nous envoyer un courriel à l'adresse suivante: [benevolat@croixrougevaudoise.ch](mailto:benevolat@croixrougevaudoise.ch).

[www.croixrougevaudoise.ch](http://www.croixrougevaudoise.ch)

Mon enfant est malade

## à qui confier mes enfants ?

Je suis indisponible

### La Croix-Rouge vaudoise est là pour vous !

La prise en charge des enfants a beau être bien organisée, aucune famille n'est à l'abri d'une urgence. La Croix-Rouge vaudoise peut dépêcher dans les plus brefs délais à votre domicile un-e Assistant-e CR qualifié-e et digne de confiance qui entoure votre enfant de soins attentifs et professionnels.

#### Nous intervenons :

- + si votre enfant est malade ou accidenté-e et que vous ne pouvez pas rester à la maison pour des raisons professionnelles.
- + si, exceptionnellement, vous ne pouvez pas compter sur la solution de garde habituelle.
- + si vous êtes vous-même malade ou accidentée ou traversez une période de crise.

### Comment s'y prendre ?

Si votre enfant est malade, la **Croix-Rouge vaudoise** recherchera la personne adéquate le plus rapidement possible, en général dans les 4 heures qui suivent votre appel. Toutefois, les demandes parvenant à notre permanence le jour précédent sont les bienvenues !

Si vous êtes vous-même malade ou accidenté-e, après évaluation de votre situation par une infirmière, un-e Assistant-e Croix-Rouge spécialement formé-e et expérimenté-e se rendra à votre domicile dans les 24 à 48 heures qui suivent votre appel.

**Appelez tout simplement le 021 340 00 80 / 81**

Vous pouvez atteindre notre Service de Garde d'Enfants à Domicile du lundi au vendredi, de 07h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30.

### Que puis-je attendre de cette aide ?

En prenant le relais des parents pour les soulager momentanément, l'Assistant-e Croix-Rouge veille sur les enfants, jour et nuit, 7 jours sur 7.

Cette personne effectue les soins d'hygiène, administre les soins et les médicaments convenus avec les parents, joue avec eux et prépare les repas. Si nécessaire, elle accompagne les enfants à l'école ou à la garderie et surveille les devoirs. L'âge maximum des enfants gardés est de 16 ans.

### Combien va me coûter ce service ?

Les tarifs sont calculés à l'heure, en fonction du revenu familial net.

Les prix pratiqués ne permettent pas de couvrir les frais engendrés. C'est grâce à la générosité de nos membres et donateurs que nous pouvons continuer à proposer cette activité et intervenir chaque année auprès de plusieurs centaines de familles vaudoises.





# Garde d'Enfants à Domicile



*mettre s/site ?*



©Michel Zobris

## Renseignements et contact

Du lundi au vendredi  
7h00 - 12h00 / 13h30 - 17h30

Croix-Rouge vaudoise  
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse  
Rue Beau-Séjour 9 - 13  
Case postale 5683  
1002 Lausanne  
Tél. 021 340 00 80/81  
Fax 021 340 00 85  
famille@croixrougevaudoise.ch  
[www.croixrougevaudoise.ch](http://www.croixrougevaudoise.ch)



**Croix-Rouge vaudoise**   
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse

**Croix-Rouge vaudoise**   
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse



# Prendre soin de l'autre ...en prenant soin de soi

## Beaucoup d'entre nous sont des proches aidants

Un proche aidant est une personne qui consacre de son temps au quotidien auprès d'un proche atteint dans sa santé et/ou son autonomie. Il assure à titre non-professionnel, de façon régulière et pour une durée indéterminée, une présence ainsi qu'un soutien pour l'aider et assurer sa sécurité. Ce proche peut être quelqu'un de notre **famille**, un **ami** ou un **voisin**.

Ce « partenaire » indispensable du maintien à domicile a besoin de reconnaissance et de soutien. Traverser des moments de doute ou risquer l'épuisement sont des étapes normales dans ce type de situation.

**La Croix-Rouge vaudoise est là** et propose un éventail de prestations spécialement développées pour vous apporter des solutions :

- + Assistante Croix-Rouge pour prendre soin de vos enfants
- + Cours & formations
- + Interventions de bénévoles à domicile



## Parents-Rescousse

Un proche, votre partenaire, ou l'un de vos enfants requiert des soins particuliers et une attention continue? Cette situation peut bouleverser la gestion de votre quotidien.

Le Service Parents-Rescousse a été conçu pour répondre aux besoins urgents des familles qui traversent des difficultés personnelles et se retrouvent momentanément indisponibles pour s'occuper pleinement de leur enfant bien portant.

La Croix-Rouge vaudoise mandate à domicile un/e Assistante Croix-Rouge qui prend le relais des parents. Cette personne veille sur l'enfant, effectue les soins d'hygiène, joue avec lui, prépare les repas. Si nécessaire, elle l'accompagne à l'école, à la garderie et surveille les devoirs.

Pour être accessible à toutes et tous, le tarif de cette prestation est calculé selon le revenu net de la famille.



## Des astuces pour aider sans s'épuiser

des ateliers utiles pour augmenter l'efficacité de votre aide, en protégeant votre santé

Nos formations abordent les problématiques des activités de proches aidants en quatre points :

### + L'engagement du proche aidant

Ce cours propose un partage d'astuces afin d'aider avec plus d'efficacité tout en évitant l'épuisement. Vous renforcerez ainsi la capacité de choisir l'aide que vous apportez.

☑ Les sessions ont lieu pendant le mois de mars.

### + L'accompagnement lors des soins et des déplacements

Apprenez à prendre soin de votre proche et de vous-même : protégez votre dos lors de l'aide aux déplacements et disposez de moyens efficaces pour les soins corporels.

☑ Les sessions se tiennent au mois de juin.

### + La communication avec mon proche

Découvrez les bases d'une communication et d'une relation apaisée avec votre proche. Certaines techniques de communication en situation de handicap sensoriel et de troubles cognitifs seront abordées.

☑ Les sessions sont organisées au mois de septembre.

### + La fin de vie

Ce cours aborde les thématiques de l'accompagnement en fin de vie et de la spiritualité.

Comment concilier fin de vie et sérénité ?

☑ Les sessions sont organisées au mois de novembre.

Chaque formation est composée de trois sessions (3X3 heures) et peut être suivie indépendamment l'une de l'autre.



## Une relève bénévole le temps de respirer

Les personnes qui vous sont chères sont entre de bonnes mains

La présence d'un bénévole à domicile permet aux proches aidants de prendre un peu de temps pour souffler et se ressourcer. Notre prestation se veut complémentaire aux offres de relève professionnelle existantes.

Les bénévoles ont suivi une formation de plusieurs jours centrée sur l'accompagnement, la relation et la prévention des risques d'accident.

**La prestation est gratuite.**

«Proches aidants...  
une aide colossale  
pour notre société...  
un rôle à reconnaître  
et valoriser. »

**Jean-Christophe Schwaab**  
Parrain des proches aidants  
de la Croix-Rouge vaudoise



«Les proches  
aidants, ces héros  
de l'ombre...»

**Rosette Poletti**  
Marraine des proches aidants  
de la Croix-Rouge vaudoise

### Renseignements et contact :

Du lundi au vendredi 8h00 -12h00/13h30 -16h30

Croix-Rouge vaudoise Association cantonale  
de la Croix-Rouge suisse

Rue Beau-Séjour 9-13

Case postale 5683 – 1002 Lausanne

Tél. 021 340 00 70

Fax 021 320 66 73

info@croixrougevaudoise.ch

www.croixrougevaudoise.ch

Octobre 2017/CRV

Croix-Rouge vaudoise

# Prestations de soutien aux Proches Aidants



@CRS Ruben Ung



**Croix-Rouge vaudoise**  
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse

