

## LA CARSAT SUD-EST M'ACCOMPAGNE :

### des aides et services sur mesure.

Vous êtes retraité du régime général et vous rencontrez des difficultés pour réaliser des gestes de la vie quotidienne ? L'Assurance retraite peut vous proposer des aides.



## AIDES POUR UNE RETRAITE RÉUSSIE

**1 Des prestations sous forme d'un forfait prévention OSCAR\* prises en charge à 100% dans la limite de 500 €/an, sans condition de ressources.**

- petits travaux, aides techniques ;
- téléassistance ;
- livraison de courses, repas ;
- aide à la mobilité, aux loisirs ;
- accompagnement informatique ;
- mieux-être, soutien psychologique ;
- conseil en gestion / prévention, etc.

**2 Et jusqu'à 80 heures / an d'accompagnement et de prévention à domicile OSCAR\* prises en charge entre 25% et 90% en fonction des ressources.**

- entretien du linge, du logement
- aide au déplacement pédestre de proximité ;
- aide à la préparation de repas ;
- accompagnement à la toilette.

> Téléchargez le formulaire de «Demande d'aide à l'autonomie à domicile» (DAA).

\* Offre de services coordonnée pour l'accompagnement de ma retraite.

**3 Et des programmes de prévention gratuits**

- ateliers, conférences (alimentation, mémoire, bien-être, numérique, etc.).

### « Trouver une activité » :

Pour connaître les activités organisées près de chez vous ou en visioconférence et vous inscrire.

> En un clic avec la carte interactive [pourbienvieillir.fr](http://pourbienvieillir.fr)

### En cas de coup dur ?

Hospitalisation, perte, placement d'un proche ou d'un aidant...

- un forfait prévention de 300 € ;
  - jusqu'à 54h/3 mois d'accompagnement et de prévention à domicile .
- > pendant 3 mois maximum.

### > Perte d'un proche :

téléchargez le formulaire de demande d'Asir.

### > Hospitalisation :

contactez le service social de l'Ets avant votre sortie, s'il n'est pas conventionné téléchargez le formulaire ADH et adressez-le-nous.