



10 ASTUCES

pour faciliter l'entrée en maison de retraite



**malakoff
humanis**

SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE

Astuce N° 1

BIEN CHOISIR SA MAISON DE RETRAITE

Privilégiez un **emplacement géographique** qui limite l'isolement de la **personne âgée** :

- soit à proximité de la famille et des amis,
- soit dans son environnement habituel (amis, voisins, etc.).

Choisissez un **établissement adapté** aux besoins de la personne âgée :

- types d'établissements (maison de retraite médicalisée ou Ehpad, Unité Alzheimer, résidence autonomie ex foyer Logement, résidence services seniors),
- modes d'accueil (hébergement permanent/ temporaire, accueil de jour/de nuit).



Facilitez votre recherche grâce au
moteur de recherche sur Essentiel Autonomie :

identifiez et localisez les établissements d'hébergement
pour personnes âgées en France, en fonction de votre
situation et de vos critères de recherche !

Astuce N° 2

ORGANISEZ UNE VISITE DES LIEUX AVANT L'INSTALLATION

La visite est souvent proposée par la résidence pour faciliter **la découverte des lieux avec la personne âgée.**

- **Dans la mesure du possible, emmenez votre proche.** Si ce n'est pas possible, prenez des photos, vous pourrez lui montrer pour qu'il se familiarise avec la résidence.
- **Faites la visite en famille**, cela facilite la démarche et votre proche se sent entouré.
- **Soyez positif** pour réduire le stress de votre proche : des petites phrases "tu vas être bien", "les activités sont vraiment bien" permettront de lui faciliter ce changement.



Astuce N° 3

SOLLICITEZ LES AIDES SOUS CONDITIONS

Il existe **des solutions** pour soulager le coût d'une maison de retraite, qui pèse lourdement sur les personnes âgées et leur famille.

Des aides financières peuvent être octroyées en cas de ressources insuffisantes : l'ALS et l'APL pour le tarif d'hébergement et l'APA pour le tarif dépendance.

- APL / ALS
- APA en établissements
- Aides Sociales



Retrouvez toutes les aides
pour financer un établissement sur :

Essentiel Autonomie.

Astuce N° 4

PENSEZ AUX OBJETS UTILES DE VOTRE PROCHE

Pour que votre proche se sente comme à la maison, **n'hésitez pas à aménager son logement/chambre avec des effets personnels** : photos, horloge, objets du quotidien.

- Les photos permettent de rassurer la personne âgée et de stimuler sa mémoire en faisant appel à ses souvenirs.
- Le **bloc éphéméride ou le calendrier permettra à votre proche de se repérer** dans le temps, aux membres de la famille de noter leurs prochaines visites et de laisser des messages au proche.



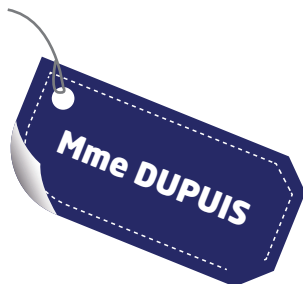
Astuce N° 5

ÉTIQUETEZ LES VÊTEMENTS

Les vêtements de votre proche devront être étiquetés afin de faciliter le tri du linge pour l'établissement. Deux solutions sont souvent proposées par la résidence :

- les étiquettes sont fournies par l'établissement moyennant une somme (environ 30 euros),
- les étiquettes sont produites par vous-même.

Rapprochez-vous de la Direction de la résidence pour de plus amples informations.



Astuce N° 6

PRENEZ LE PREMIER REPAS AVEC VOTRE PROCHE

Vous avez la possibilité de **partager des repas avec votre proche en résidence.**

Le premier repas est souvent le moment de la prise de conscience.

Profitez de ce premier repas pour partager un bon moment et rassurer votre proche.



Astuce N° 7

SOUSCRIRE À UNE ASSURANCE LOGEMENT

En cas de dégradation du logement loué par votre proche (en Résidence Autonomie, Résidence services seniors, Ehpad), **l'assurance logement** couvre les éventuels frais.

Appelez l'assureur actuel de votre proche pour faire le point.



Astuce N° 8

GÉREZ LES COMPTES DE VOTRE PROCHE

La **gestion budgétaire** est un point important.

- **Si votre proche continue à gérer ses comptes**, prévenez sa banque pour qu'il puisse recevoir ses relevés bancaires dans l'établissement.
- **S'il n'est plus en capacité de le faire**, votre proche peut décider que c'est à vous de réaliser cette gestion. Dans ce cas, il faudra qu'il vous donne **procuration sur son compte** (démarche à réaliser auprès de la banque).
- **Si votre proche n'est pas en capacité de vous donner procuration**, vous pouvez faire **une demande de mise sous protection** (curatelle ou tutelle) auprès du juge des tutelles. Pour cela vous devez compléter le formulaire cerfa_15424*03 et le transmettre au tribunal d'instance le plus proche du lieu de vie de votre proche. Le juge pourra alors décider de nommer tuteur ou curateur un membre de la famille. Si vous ne pensez pas pouvoir gérer le budget et les démarches administratives, le juge pourra mandater un professionnel extérieur pour gérer la mesure de protection.



Astuce N° 9

ET LA MAISON ON EN FAIT QUOI ?

Pensez à maintenir **une assurance habitation et les abonnements nécessaires** en attendant la location ou la vente.

- Si le logement continue à être habité par le conjoint, les taxe foncière et taxe d'habitation restent redevables.
- Si l'entrée en maison de retraite concerne vos parents ou votre parent veuf, prenez les décisions en famille au sujet de la vente du bien, la vente ou le partage des meubles et objets et engager les différentes démarches (résiliation du bail en cas de location).

PENSEZ AU TÉLÉPHONE ET À L'ABONNEMENT INTERNET

Transférez la ligne ou résiliez la ligne / l'abonnement internet.

Pensez à prévenir la famille, les proches et les voisins des nouvelles coordonnées. Pensez à faire un transfert de courrier auprès de La Poste.



Astuce N° 10

PARTICIPEZ À DES GROUPES DE PAROLE

L'entrée en résidence est souvent vécue comme une rupture.

Certaines résidences proposent des groupes de parole.

Ces temps d'échanges permettent de partager avec d'autres personnes vos questions et votre expérience afin de bénéficier de conseils.

Si votre résidence ne le propose pas, **Malakoff Humanis** vous accompagne et peut vous apporter un **soutien psychologique** pour faire face à cette situation :

- Par téléphone au **3996**
de 8 h 30 à 18 h 30
Appel non surtaxé
- Par internet grâce à la prise de RDV depuis **Essentiel-Autonomie.com**



Malakoff Humanis

Acteur majeur de la protection sociale, Malakoff Humanis est né en janvier 2019 du rapprochement des groupes Malakoff Médéric et Humanis. Paritaire, mutualiste et à but non lucratif, Malakoff Humanis met sa performance au service de l'utilité sociale et consacre chaque année plus de 160 millions d'euros à l'accompagnement des personnes en situation de fragilité sociale.

Face aux aléas de la vie : santé, vieillissement, dépendance, aide, endettement, handicap, nous vous proposons des solutions répondant aux besoins de tous.

L'Action sociale retraite, peut vous offrir un ensemble d'aides, de soutien, d'accompagnement et de services (selon le contrat qui vous lie au Groupe).

Bien plus qu'un service, l'Action sociale retraite du Groupe est une véritable force de soutien et de proposition pour le mieux-vivre et le bien-être de tous.

Un numéro unique centralise vos demandes :

3996

de 8 h 30 à 18 h 30

Appel non surtaxé

essentiel-autonomie.com



SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE