



# assistis

Vivre l'esprit libre...

**Service Autonomie à Domicile**



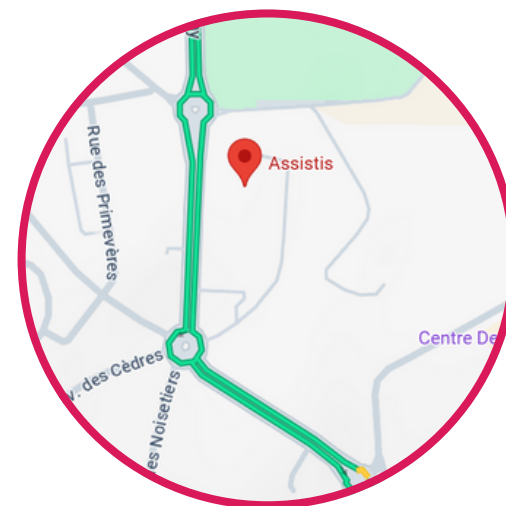
# assistis

Zone des Tuileries  
Rue Ernest Renan - 88000  
Epinal

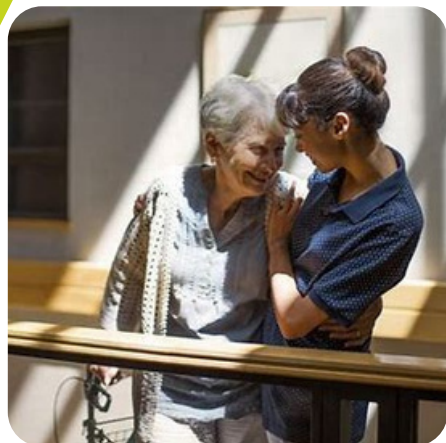
Tel : 03 29 37 50 50

Email : info@assistis.fr

[www.assistis.fr](http://www.assistis.fr)



# Prenez soin de vous pour mieux prendre soin des autres !



**Les heures de soutien à l'aidant** sont des moments dédiés à ceux qui accompagnent un proche au quotidien afin de :

- **Prendre** une pause bienveillante pour échanger
- **partager** des conseils et trouver du réconfort auprès de professionnels et d'autres aidants
- **Prendre** du temps pour soi et souffler

**Le Relayage** permet de maintenir les repères de la personne accompagnée en limitant le nombre d'interventions à domicile en offrant :

- **Un répit** à domicile pour soulager l'aidant sans perturber la personne accompagnée
- **Un service** sécurisé et de qualité pour une sérénité totale
- **Un cadre** de travail adapté pour les professionnels du soin et de l'aide à domicile



## Quelques-uns...

Aide à l'entretien du logement et du linge  
Accompagnement ponctuel à la toilette  
Accompagnement et livraisons de courses  
Aide à la préparation des repas  
conseils nutritionnels  
Petits et gros travaux d'entretien  
Lien social

Vente et accompagnement informatique adapté  
Conseils en gestion administrative et budget  
transport accompagnés (sorties, rendez-vous...)  
Aide aux déplacements pédestres  
Ateliers de prévention

## ...de nos...

Portage de repas  
Téléservices  
Assistance sécurité  
Remise à niveau conduite

## ...services...

Mieux-être :  
esthétique, coiffure, reflexologie, détente, méditation équine  
Aide aux loisirs  
Moment de partage autour d'un repas familial  
Aide psychologique, stimulation, créativité