



Offres de soutien en cas de sclérose en plaques

Les personnes atteintes de SEP et leurs proches fournissent des efforts considérables au quotidien. Il existe de très nombreuses offres d'accompagnement ou de soutien, tant au niveau de l'aide à domicile ou des soins que sur le plan administratif ou avec les services de transport. L'équipe de conseil de la Société suisse de la sclérose en plaques vous aide à trouver celle qui vous correspond.

L'essentiel en bref

- Pour les personnes atteintes de SEP, les proches sont un soutien essentiel.
- Les proches sont eux aussi touchés par la SEP et partagent la souffrance de manière plus ou moins directe.
- Lorsque les proches mettent trop longtemps leurs propres besoins au second plan, ils s'exposent à une surcharge physique ou mentale.
- Ceci peut vous soulager: reconsidérez régulièrement la situation, acceptez de l'aide et élaborer des solutions individuelles.

Lorsque l'on est atteint de SEP ou que l'on accompagne une personne atteinte de SEP, et que la situation devient critique, on ne sait pas toujours



quel type d'assistance chercher, ni même où la chercher. L'équipe de conseil de la Société suisse SEP connaît les offres existantes et dispose d'une vaste expérience en ce qui concerne les besoins des personnes atteintes et de leurs familles. Contactez-nous et laissez-nous vous aider.

Ce que propose la Société suisse SEP

L'équipe professionnelle clarifie la situation actuelle avec vous et programme les prochaines étapes. Ensemble, vous trouverez quelles offres sont disponibles et adaptées pour vous dans votre région. Vous pourrez également discuter des aspects financiers et vous renseigner sur les aides existantes.

L'équipe de conseil vous propose l'accompagnement suivant:

- un conseil personnalisé pour les personnes atteintes de SEP et leurs proches
- des explications individuelles sur votre cas et l'élaboration de propositions de solutions
- des offres de loisirs comme les Séjours en groupe, les semaines de vacances, les camps enfants SEP, les Groupes régionaux
- des groupes d'entraide pour les personnes atteintes de SEP et leurs proches
- des manifestations visant à transmettre des connaissances sur le sujet
- des outils d'information qui répondent aux questions portant sur la SEP

Offres de soutien, groupes d'entraide, accompagnement des enfants

Différentes institutions publiques et privées proposent un soutien, par exemple au niveau des soins, de l'aide à domicile, de l'organisation des loisirs, mais aussi des services de visite et d'accompagnement. Voici les principaux points de contact nationaux (liste non exhaustive):

- Association suisse des services d'aide et de soins à domicile: organisations communales publiques d'aide et de soins à domicile, www.spitex-schweiz.ch
- Organisations privées d'aide et de soins à domicile: www.spitexprivée.swiss/fr/
- Service de soutien «Entlastungsdienst Schweiz»: www.entlastungsdienst.ch
- Croix-Rouge suisse: www.redcross.ch/fr
- Offres cantonales de Pro Infirmis: www.proinfirmis.ch/fr/
- Offres cantonales de Pro Senectute: www.prosenectute.ch/fr

Offres d'aide régionales

- Espaces proches aidants et offres régionales de relève: Se renseigner auprès de la commune ou du service social

Groupe d'entraide

- Fondation InfoEntraideSuisse, organisation faitière des groupes d'entraide (dans toute la Suisse): www.infoentraidesuisse.ch/shch/fr
- Groupes de parole pour les proches soignants Pro Senectute (différent en fonction des cantons): www.prosenectute.ch/fr
- Groupes d'entraide de la Société suisse SEP: <https://www.multiplesklerose.ch/fr/>

Institutions pour les séjours ambulatoires ou stationnaires

- Prise en charge en clinique de jour
- Chambre de vacances
- Court séjour en institution

Accompagnement des enfants

Dans les situations difficiles, la prise en charge des enfants par une personne extérieure peut être un soulagement. Les offres sont très différentes en fonction des régions. Pour trouver celle qu'il vous faut, nous vous recommandons de vous adresser directement à l'équipe de conseil de la Société suisse SEP.

Services de livraison et commerces

Pratique: faites-vous livrer vos denrées alimentaires ou articles d'hygiène de grands distributeurs chez vous. Vous pouvez également commander des plats préparés via les services de livraison ou de repas. Ces derniers sont souvent proposés par l'Association des services d'aide et de soins à domicile, ou par Pro Senectute.

Systèmes d'alarme

Le système d'alarme vous donne, à vous et à vos proches, une certaine sécurité en cas d'imprévu, une chute par exemple.

- Système d'alarme de la Croix-Rouge suisse (CRS): <https://alarme.redcross.ch/>
- Prestataires privés

Infoline SEP

0844 737 463
Lu – ve de 9h00 à 13h00

Autres possibilités de soutien

Il s'agit notamment de services de transport ou de moyens auxiliaires pour le quotidien. Les offres sont très variées. Contactez la Société suisse SEP pour en discuter des options. Nos conseillers connaissent non seulement les offres qui existent au niveau national, mais aussi les prestataires de services dans les régions.



Société suisse de la sclérose en plaques

Rue du Simplon 3 / 1006 Lausanne

Information: www.sclerose-en-plaques.ch / 021 614 80 80
info@sclerose-en-plaques.ch



La Société SEP n'accepte aucun soutien financier de l'industrie pharmaceutique. Nous vous remercions pour votre don !