

Rencontres santé

ACCOMPAGNEMENT & SANTÉ DES AIDANTS



PASSEPORT DES AIDANTS

Guide d'informations pratiques et de conseils pour vous accompagner au quotidien.

EDITION MARNE

AIDANT, VOTRE SANTÉ, PARLONS-EN !

Etre aidant : profonde manifestation d'amour, devoir des uns, bonheur pour les autres... Chacun a sa définition et son appropriation du rôle d'aidant.

Etre aidant n'est pas chose facile : difficile de combiner sa vie personnelle, la maladie et la gestion des tâches quotidiennes...le tout, sans être formé et parfois, sans vraiment connaître la maladie de son proche.

Ce passeport aidant a pour vocation de faciliter votre rôle d'aidant en vous faisant connaître les dispositifs existants : les prestations et aides que vous pouvez solliciter. Egalement, des adresses locales vers lesquelles vous pouvez vous orienter, sont présentes dans ce document.

Ce document a été créé par la Mutualité Française Grand Est, dans le cadre du programme « Aidant, votre santé : parlons-en ! ».



DÉFINITION DE L'AIDANT

D'après la société Française des Aidants, on compte **plus de 8 millions d'aidants en France.**

Dans l'inconscient collectif, les aidants sont souvent associés à la maladie d'Alzheimer. Or, **les aidants interviennent dans de nombreuses autres pathologies (maladie de Parkinson, AVC, handicap de tout type...), quel que soit l'âge de la personne aidée.**

L'aidant peut être défini comme une personne non professionnelle qui apporte son aide à une tierce personne dans les actes quotidiens de la vie. Cette aide survient de par la maladie de la personne aidée.

L'aidant lui-même peut être en mauvaise santé, c'est ce qu'apportent les chiffres issus de l'enquête Handicap-Santé aidants de la DREES, en 2008 :

- 48% des aidants déclarent avoir une maladie chronique
- 29% se sentent anxieux et stressés
- 25% déclarent ressentir une fatigue physique et morale.



DÉFINITION DE L'AIDANT

D'autres chiffres témoignent de la difficulté en tant qu'aidant (Source : Association Française des Aidants, enquête de 2015) :

- Environ 48% des aidants interrogés dans le cadre de ce travail déclarent **avoir des problèmes de santé** qu'ils n'avaient pas avant d'être aidants
- 61% des répondants déclarent **avoir des problèmes de sommeil** depuis qu'ils sont aidants
- 63,5 % des répondants déclarent **avoir des douleurs physiques** depuis qu'ils sont aidants
- 59 % des répondants déclarent **se sentir seuls** depuis qu'ils sont aidants
- Près de 25% des répondants déclarent **avoir augmenté leur consommation de médicaments** depuis qu'ils sont aidants
- 70 % des répondants déclarent **ne pas s'accorder de temps pour les loisirs**
- 50 % des répondants **ne parlent pas des difficultés** liées à leur rôle d'aidant avec les professionnels de santé



DÉFINITION DE L'AIDANT

D'après les partenaires sollicités pour les aidants, ceux-ci cumulent plusieurs difficultés :

- Ils ne se reconnaissent pas sous le terme «aidants»
- Ils gèrent parfois plusieurs générations
- Ils ne sont pas formés et méconnaissent généralement la maladie de leur proche
- Ils méconnaissent les aides auxquelles ils pourraient prétendre
- Ils culpabilisent (surtout à l'idée de placer leur aidé en institution)
- Ils s'épuisent : 1/3 des aidants meurent avant leur proche aidé (Source : www.ciaaf.fr/, consulté en juin 2017)

Malgré tout, selon les dispositions de l'aidant, les répercussions de l'aide peuvent être ressenties positivement par l'aidant. Cette aide peut procurer un certain bonheur à aider autrui ou encore contribuer à la réalisation éthique et à l'estime de soi. Il apparaît également que l'aidant y trouve une forme d'équilibre. (Source : Serge Guérin, *Expérience du don et du care, société de service et personnes-âgées, Gérontologie et société*, 2010/4, p.174.)

Le rôle des professionnels au service des aidants est alors de les accompagner pour leur permettre de bien vivre leur rôle et de conserver un lien social en échangeant avec des personnes vivant la même chose.



VERS QUI SE TOURNER ?

La principale difficulté en tant qu'aidant est qu'il ne sait généralement pas qui contacter. Quel serait l'interlocuteur adapté à ma situation ? Existe-t-il dans mon département ?

Le principe de ce passeport est de vous aider à trouver dans la Marne, les structures qui peuvent vous aider à mieux gérer votre proche malade, en toute circonstance

STRUCTURE	RÔLE	COORDONNÉES
CLIC (Centres locaux d'Information et de Coordination Gériatrique)	<p>Ce sont des centres d'accueil qui conseillent, orientent et accompagnent.</p> <p>Les CLIC ont plusieurs missions :</p> <ul style="list-style-type: none">- Informer les usagers sur leurs droits et les démarches à effectuer- Evaluer les besoins de la personne âgée- Coordonner les interventions des professionnels	<p>Pour connaître le CLIC dont vous dépendez (en fonction de votre lieu d'habitation), vous pouvez contacter :</p> <p>CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA MARNE Service solidarité, grand âge et handicap 2 rue Jessaint CS 30454 51038 Châlons-en-Champagne Cedex 03 26 69 56 56 pa@marnes.fr</p>
CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA MARNE	<p>Le Conseil Départemental a pour vocation de conseiller les populations sur les questions sociales et médicosociales.</p> <p>C'est lui qui attribue notamment les prestations sociales liées à la dépendance (APA).</p>	<p>CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA MARNE 2 bis rue Jessaint 51000 Châlons-en-Champagne 03 26 69 51 51</p> <p>Pôle Personnes Agées : 2 bis rue Jessaint 51038 Châlons-en-Champagne 03 26 69 56 56 pa@marnes.fr</p> <p>Pôle Personnes Handicapées : 2 bis rue Jessaint 51038 Châlons-en-Champagne 03 26 69 56 56 ph@marnes.fr</p>

Liste non exhaustive



VERS QUI SE TOURNER ?

STRUCTURE	RÔLE	COORDONNÉES
MDPH (Maison Départementale pour les personnes handicapées)	Les MDPH sont chargées de l'accueil et de l'accompagnement des personnes handicapées et de leurs proches.	MDPH Marne 50 avenue du Général Georges SMITH PATTON 51000 Châlons-en-Champagne 03 26 26 06 06 accueil@mdph51.fr
MAIA (Méthode d'action pour l'intégration des services d'aide et de soins dans le champ de l'autonomie)	<p>La MAIA a pour but de fluidifier les échanges entre professionnels et ainsi, permettre aux citoyens d'avoir une meilleure connaissance de l'existant pour une prise en charge optimale.</p> <p>Différents gestionnaires de cas composent la MAIA, dont le rôle est d'accompagner et de donner une réponse adaptée aux situations complexes.</p> <p>Pour la solliciter (uniquement saisissable par les acteurs médico-sociaux), un contact au CLIC dont vous dépendez est nécessaire pour permettre l'orientation la plus adaptée à votre situation</p>	<p>3 MAIA dans la Marne (en fonction de votre lieu d'habitation) :</p> <p>MAIA Pays de Châlons, Argonne et Vitryat 11 rue Thiers 51000 Châlons-en-Champagne 03 26 65 16 16 maiacav@chalonsen-champagne.fr</p> <p>MAIA du Pays Champenois 2 rue des Mureaux BP 52 51160 AY 03.26.54.82.15 dispositifmaia@entourage-bien-vieillir.fr</p> <p>MAIA Reims ORRPA 4 rue Marteau 51100 REIMS 03 26 88 40 86 direction@orrpa.com</p>

Liste non exhaustive



VERS QUI SE TOURNER ?

STRUCTURE	RÔLE	COORDONNÉES
CARSAT (Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail)	Caisse d'assurance retraite et de santé au travail est un organisme de sécurité sociale, connue pour la gestion des retraites. Elle a également des missions d'accompagnement des assurés en difficulté : elle aide les personnes fragilisées par la maladie, le handicap ou l'accident et met en œuvre des réponses sociales adaptées aux besoins des personnes. Elle favorise le maintien à domicile des personnes fragilisées mais encore autonomes.	CARSAT NORD EST Agence retraite de Reims 12 rue Jean-Jacques Rousseau 51100 REIMS 3660 (0,60€/mn+prix appel) ou 0971103960 de l'étranger, d'une box ou mobile
COMPLÉMENTAIRE SANTÉ	Certaines complémentaires santé proposent des prestations d'action sociale qui permettent une prise en charge complémentaire pour l'aidé dont par exemple, l'adaptation du logement en fonction de la pathologie de la personne en charge.	Se renseigner auprès de votre complémentaire santé



VERS QUI SE TOURNER ?

STRUCTURE	RÔLE	COORDONNÉES
CCAS DES COMMUNES (Centre communal d'action sociale)	Les communes sont dotées d'un Centre communal d'action sociale qui est chargé d'animer les activités sociales. En cas de difficulté liée à la situation d'aidant (ou de maladie), le CCAS peut orienter et conseiller les populations.	Se renseigner auprès de votre commune
MSA (Mutualité sociale agricole)	La MSA est l'organisme de protection sociale obligatoire des salariés et non salariés agricoles ainsi que de leurs ayants droit, pour la santé, la retraite, les prestations familiales et les cotisations. Au delà de la protection sociale légale, elle mène des actions à caractère sanitaire et social pour les ressortissants agricoles et propose une offre de services, dans le cadre de ses prestations extra-légales mais également ouverte à l'ensemble de la population avec des actions collectives	MSA MARNE ARDENNES MEUSE 7 avenue Robert SCHUMAN 51100 REIMS 09 69 32 35 62



LES DISPOSITIFS D'AIDES

Comment s'y retrouver dans tous les dispositifs existants ou aides financières, sont-ils adaptés à votre proche ? Votre proche est handicapé ou a moins de 60 ans, y a-t-il droit ? Autant de réponses que nous vous transmettons ci-dessous :

DISPOSITIF	DÉFINITION
FOYERS D'HÉBERGEMENT POUR TRAVAILLEURS HANDICAPÉS (FHTH)	Ils accueillent les personnes handicapées qui travaillent en établissement ou service d'aide par le travail (ESAT).
FOYERS DE VIE OU OCCUPATIONNELS (Personnes handicapées)	Ils accueillent à la journée ou à temps complet, des personnes qui ne sont pas en mesure de travailler mais qui disposent d'une certaine autonomie physique ou intellectuelle leur permettant d'accéder à des activités occupationnelles ou de loisirs.
FOYERS D'ACCUEIL MÉDICALISÉS (FAM) (Personnes handicapées)	Ils assurent la prise en charge des personnes lourdement handicapées dont la dépendance totale ou partielle nécessite le recours à une tierce personne, une surveillance médicale ou des soins constants.
MAISONS D'ACCUEIL SPÉCIALISÉES (MAS) (Personnes handicapées)	Elles reçoivent des personnes ne pouvant effectuer seules les actes essentiels de la vie, et dont l'état nécessite une surveillance médicale et des soins constants mais non intensifs.



LES DISPOSITIFS D'AIDES

DISPOSITIF	DÉFINITION
ACCUEILS DE JOUR	<p>L'accueil de jour est un endroit où il est possible de confier son proche aidé. Durant ce temps, des professionnels et/ou bénévoles proposent des activités de loisirs, à visée thérapeutiques (jeu de mémoire, d'agilité...).</p> <p>Le temps de l'accueil de jour est fixé avec l'aidant, allant de quelques heures à quelques jours.</p> <p>Ce temps permet un répit à l'aidant. Ces dispositifs accueillent les personnes âgées (les personnes handicapées de moins de 60 ans peuvent être acceptées, sur dérogation).</p> <p>Pour connaître les accueils de jours locaux, n'hésitez pas à vous adresser au CLIC dont vous dépendez.</p>
EHPAD (Personnes âgées)	<p>Les EHPAD (Etablissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) sont des maisons de retraite médicalisées qui proposent un accueil en chambre. Les EHPAD s'adressent à des personnes âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien.</p>
SSIAD (Service de soins infirmiers à domicile)	<p>Les SSIAD (Services de soins infirmiers à domicile) interviennent sur prescription médicale, à domicile. Ils dispensent des soins aux personnes âgées et aux personnes handicapées et contribuent à leur maintien à domicile.</p>



LES DISPOSITIFS D'AIDES

DISPOSITIF	DÉFINITION
HAD (Hospitalisation à domicile)	L'HAD (Hospitalisation à domicile) est sur prescription du médecin hospitalier (en accord avec le médecin traitant), et a pour but d'écourter un séjour hospitalier. Il peut être réalisé sur de nombreux patients, y compris ceux atteints de maladies chroniques. Les soins sont alors les mêmes que ceux réalisés à l'hôpital, par des professionnels confirmés, dans des conditions particulières.
AIDE MÉNAGÈRE	Ces professionnels aident la personne dans son quotidien, sur des tâches qu'elle ne peut plus réaliser (courses, ménage, préparation des repas...).
AIDE À DOMICILE	L'aide à domicile peut avoir des tâches identiques à l'aide ménagère. Mais, elle assure en plus des soins liés à la pathologie de la personne (toilette, couchage...).
AUXILIAIRE DE VIE (Personnes handicapées)	L'auxiliaire de vie assure les soins liés au handicap de la personne (toilette, couchage...), elle peut également assurer des tâches ménagères et assurer des garde-malade ou garde de nuit.



LES DISPOSITIFS D'AIDES

DISPOSITIF	DÉFINITION
ASSOCIATIONS	<p>Les associations peuvent aider les personnes malades et leurs proches :</p> <ul style="list-style-type: none">• Veille juridique• Permanences sociales• Orientation vers les dispositifs adaptés• Echanges entre personnes vivant la même situation• Animation ludique pour échapper au quotidien... <p>Elles assurent un soutien en fonction des situations vécues.</p>
LES DISPOSITIFS D'EXPRESSIONS POUR LES AIDANTS	<p>Ces ateliers permettent de mieux connaître la maladie du proche aidé, tout en transmettant des conseils pratiques pour prendre soin de soi et de son proche aidé. Ils ont aussi pour vocation de permettre aux aidants de partager avec des personnes vivant les mêmes situations. Ces ateliers permettent de bien vivre la relation d'aide.</p> <p>Les ateliers « Aidant, votre santé, parlons en ! », mis en place par la Mutualité Française Grand Est sont des dispositifs d'expression pour les aidants.</p>



LES AIDES FINANCIÈRES

Comment s'y retrouver dans tous les dispositifs existants ou aides financières ? Sont-ils adaptés à votre proche ? Votre proche est handicapé ou à moins de 60 ans, y a-t-il droit ? Autant de réponses que nous vous transmettons ci-dessous :

PRESTATIONS	CONDITIONS D'ATTRIBUTION
L'ALLOCATION D'ÉDUCATION DE L'ENFANT HANDICAPÉ (AEEH)	<ul style="list-style-type: none">• avoir à charge un enfant handicapé de moins de 20 ans ;• résider en France ou dans un département d'Outre-mer.• une incapacité d'au moins 79% ;• ou une incapacité comprise entre 50 et 80%, s'il fréquente un établissement spécialisé ou si son état exige le recours à un Service d'Education Spéciale ou de Soins À Domicile (SESSAD).
L'ALLOCATION AUX ADULTES HANDICAPÉS (AAH)	<p>La personne doit être atteinte d'un taux d'incapacité permanente :</p> <ul style="list-style-type: none">• d'au moins 80 % ;• ou compris entre 50 et 79% et avoir une restriction substantielle d'accès à l'emploi du fait de son handicap.• de plus de 20 ans ;• ou de plus de 16 ans, si elle n'est plus considérée comme à charge pour le bénéfice des prestations familiales.



LES AIDES FINANCIÈRES

PRESTATIONS	CONDITIONS D'ATTRIBUTION
LA PRESTATION DE COMPENSATION DU HANDICAP (PCH)	<ul style="list-style-type: none">• Toute personne âgée de 20 à 60 ans ;• Toute personne âgée de moins de 20 ans exclusivement pour l'aménagement du domicile, du véhicule et pour les surcoûts résultant du transport (dès lors qu'ils répondent aux critères d'attribution de l'AEEH et de son complément, dans le cadre du droit d'option entre le complément d'AEEH et la PCH) ;• Toute personne âgée de plus de 60 ans, si la personne bénéficie de la PCH ou de l'allocation compensatrice avant ses 60 ans ;• Toute personne qui réside de façon stable et régulière en France et qui présente une difficulté absolue pour la réalisation d'une activité ou d'une difficulté grave pour au moins 2 activités dans les 4 domaines fixés par la réglementation
ALLOCATION PERSONNALISÉE D'AUTONOMIE (APA)	<ul style="list-style-type: none">• Etre âgé d'au moins 60 ans• Etre rattaché à l'un des groupes 1 à 4 de la grille Aggir (grille permettant d'évaluer le degré de dépendance du demandeur de l'allocation)• Habiter en France de manière stable et régulière



LES AIDES FINANCIÈRES

PRESTATIONS	CONDITIONS D'ATTRIBUTION
ALLOCATION DE SOLIDARITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES (ASPA) allocation qui permet d'assurer un niveau minimum de ressources.	<ul style="list-style-type: none">• Etre âgé de 65 ans• Résider régulièrement en France• Sous condition de ressources
ALLOCATION SUPPLÉMENTAIRE D'INVALIDITÉ (ASI) prestation mensuelle accordée à certaines personnes invalides ayant de faibles ressources	<ul style="list-style-type: none">• Etre atteint d'une invalidité générale réduisant votre capacité de travail ou de gain des 2/3• Pas de condition d'âge (avant l'âge de la retraite)• Etre bénéficiaire d'une pension (invalidité, réversion, veuvage, handicap, retraite anticipée pour pénibilité).• Sous condition de ressources
ALLOCATION SIMPLE D'AIDE SOCIALE POUR PERSONNES ÂGÉES s'adresse à des personnes qui n'ont pas de pension de retraite et qui ne sont pas éligibles à l'ASPA	<ul style="list-style-type: none">• Etre âgé d'au moins 65 ans, ou d'au moins 60 ans si vous êtes reconnu(e) inapte au travail• Sous condition de ressources• Etre résident Français
AIDE-MÉNAGÈRE À DOMICILE POUR LES PERSONNES ÂGÉES : aide financière servant à rémunérer l'aide à domicile	<ul style="list-style-type: none">• Condition de dépendance• Condition de ressources• Condition d'âge : être âgé d'au moins 65 ans, ou d'au moins 60 ans si vous êtes reconnu(e) inapte au travail• Etre résident Français
PRISE EN CHARGE DES REPAS DES PERSONNES ÂGÉES s'adresse aux personnes ne pouvant plus effectuer leur repas. Ce dispositif leur permet de prendre leur repas dans un foyer restaurant ou de bénéficier d'un portage des repas à domicile.	<ul style="list-style-type: none">• Condition de dépendance• Condition d'âge : Etre âgé d'au moins 65 ans, ou d'au moins 60 ans si vous êtes reconnu(e) inapte au travail• Condition de ressources• Résider en France



LE CONGÉ DE PROCHE AIDANT ➤ Y AI-JE DROIT ?

Mis en place depuis le 1er janvier 2017, dans le cadre de la loi sur l'adaptation de la société au vieillissement, le congé proche aidant vise une conciliation entre vie professionnelle et vie familiale.

Il permet à l'aidant de s'occuper d'une personne handicapée ou en perte d'autonomie, sans que celle-ci soit obligatoirement de sa famille. En effet, le salarié peut résider avec cette personne ou entretenir des liens étroits et stables (sans pour autant avoir de lien de parenté). Ce congé peut également être pris en cas de cessation de l'hébergement en établissement de la personne aidée.

Le salarié peut soit :

- **Cesser son activité** pour venir en aide à la personne
- **Travailler à temps partiel** pour venir en aide
- **Fractionner son temps de congé** (la durée minimale de congé alors d'un jour)
- **Le congé peut être renouvelé** (la durée maximale du congé (même en cas de renouvellement) est d'un an maximum pour l'ensemble de la carrière)



LE CONGÉ DE PROCHE AIDANT ➤ Y AI-JE DROIT ?

Pour prétendre au congé, le salarié doit avoir une ancienneté d'au moins un an dans l'entreprise. La demande de congé doit être formulée au moins un mois à l'avance, quinze jours en cas d'urgence, la demande de renouvellement au moins quinze jours avant la fin de la période de congé en cours.

Le salarié peut mettre fin de manière anticipée à son congé au moins un mois à l'avance. En cas de décès de la personne aidée, ce délai est ramené à deux semaines.

Ce congé permet à l'aidant de s'investir davantage dans la relation d'aide pendant un période donnée. Le salarié n'est pas rémunéré par l'entreprise durant ce congé (sauf si une convention le prévoit), néanmoins, la durée du congé de proche aidant est prise en compte pour le calcul des avantages liés à l'ancienneté. Egaleme nt, le salarié conserve le bénéfice de tous les avantages qu'il avait acquis avant le début du congé.



LE RÉPIT

Les aidants font preuve d'une réelle force et résistance, nécessaires pour aider leur proche.

L'aidant est très sollicité et s'oublie parfois. Entre les rendez-vous médicaux, les obligations liées à la maladie, la fatigue liée à l'accompagnement : l'aidant se retrouve dans une situation de fatigue qui peut être dommageable à la relation d'aide.

Il est conseillé à l'aidant de s'accorder des temps pour lui, nécessaire pour prendre du bon temps pour soi, se reposer et pour entretenir la relation d'aide. Oui mais comment faire lorsque son proche ne peut pas être seul ?

Des structures de répit existent dans la Marne, elles vous permettent de bénéficier d'un accompagnement professionnel pour votre proche aidé, durant un temps que vous aurez au préalable décidé (renseignement sur les structures disponibles auprès du CLIC dont vous dépendez, en fonction de votre lieu d'habitation).



LE RÉPIT

Pourquoi le répit est important ?

- **Avoir du temps pour soi** pour les aidants (ne pas s'oublier)
- **Permettre à l'aidant de souffler**, de se reposer et surtout ne pas craquer
- **Rappeler à l'aidant** qu'il a une vie en dehors de cette aide (famille, amis, loisirs...)
- **Préserver la santé de l'aidant**
- **Prendre du recul** et apprécier de retrouver la personne aidée en partageant un autre quotidien que celui de la maladie
- **Avoir l'esprit libre** en confiant son proche à des personnes compétentes

Quelle prise en charge financière ?

- Enfants handicapés : frais d'accueil pris en charge par l'Assurance Maladie
- Personnes en situation de handicap : les frais d'accueil sont pris en charge par l'Assurance Maladie, le forfait journalier restant étant pris en charge par certaines mutuelles
- Pour les personnes âgées de plus de 60 ans : possibilité de financement dans le cadre de l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie et dans le cadre du droit au répit. Possibilité de solliciter des aides financières complémentaires (dites extra-légales) auprès des services d'action sociale des caisses de retraite complémentaire et des mutuelles.



ET MOI DANS TOUT ÇA ?

Ce passeport se veut être une aide sur les dispositifs existants, liés à votre situation. Il a aussi pour vocation de prendre en considération vos propres réflexions pour envisager une meilleure relation d'aide au quotidien.

Il vous est proposé dans la partie qui suit, de noter des réflexions liées à des questions pour faire le point sur votre relation d'aide. Ces réflexions émanent des échanges issus des ateliers « Aidant, votre santé, parlons en ! »

- **Quelles sont mes difficultés ?**

(je ne connais pas la maladie, je suis fatigué, je ne sais pas comment aider mon proche....)

.....

.....

.....

- **Comment y remédier ?**

(participer à des ateliers sur la maladie de mon proche, prendre du temps pour moi...)

.....

.....

.....



ET MOI DANS TOUT ÇA ?

- **Quelles sont mes forces ?**

(bonne connaissance des dispositifs, loisirs, amis, familles...)

- **Vers qui je peux me tourner ?**

(MDPH, Conseil Départemental...)

- **Mes projets pour mon proche ?**

(partir en vacances ensemble, amener mon proche en accueil de jour, faire un loisir commun...)

- **Mes projets pour moi ?**

(participer à un loisir, aller visiter ma famille/mes amis, me reposer, prendre rendez-vous chez un médecin...)



MES NOTES

A large rectangular area with a rounded border, containing 15 horizontal dotted lines for writing notes.



MES NOTES

A large rectangular area with a rounded border, containing 15 horizontal dotted lines for writing notes.



MES NOTES

A large rectangular area with a rounded border, containing 15 horizontal dotted lines for writing notes.



RENSEIGNEMENTS

Elodie PARISOT - Mutualité Française Grand Est
11 rue des Elus - 51100 REIMS
06 35 17 01 12 – eparisot@mfge.fr