



Mes contacts et remplaçants sur papier

Guide indépendant · version 1.0 · 2026-10-27

Format A4 · à imprimer à taille réelle.

Un support vierge pour convenir de rôles et de relais, avec l'accord des personnes.

Les points à préparer

1. Demander l'accord de la personne aidée et de chaque contact avant d'inscrire ou partager ses coordonnées.
2. Noter le rôle et la disponibilité réellement acceptés ; ne pas supposer une permanence.
3. Prévoir un remplaçant et demander ce qu'il peut effectivement assurer.
4. Conserver la feuille en lieu sûr et décider ensemble qui peut la consulter.
5. Actualiser les coordonnées après un changement ; en danger immédiat consulter les secours, sans attendre un contact ordinaire.

Contacts acceptés, à compléter hors du site

Rôle ou besoin	Contact et moyen	Disponibilité	Remplaçant

Mes notes, sur papier ou dans mon fichier personnel

Sources pour vérifier les repères

<https://www.monparcourshandicap.gouv.fr/aidant/les-solutions-de-repit-pour-les-aidants>

<https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F33954>

Repères documentaires, sans approbation professionnelle attestée. Les conditions et coordonnées peuvent évoluer.

Ne transmettez aucun dossier personnel au guide. À compléter hors du site. Ce document ne remplace pas un professionnel ou un organisme compétent.