

Répit : premières démarches

Guide indépendant · version 1.4 · 2026-10-27

A4 grands caractères · texte principal 17 points.

Demander un relais avant que la situation ne devienne impossible.

Les points à préparer

1. Identifier les moments où un relais serait utile et les tâches qui pèsent le plus.
2. Échanger avec la personne accompagnée sur les formes de relais qu'elle accepterait.
3. Contacter le point autonomie ou une plateforme d'accompagnement et de répit.
4. Demander quelles solutions existent réellement sur le territoire : accueil de jour, relais, séjour ou soutien.
5. Vérifier public accueilli, accessibilité, coût, disponibilité et financements possibles.
6. Prévoir avec les professionnels la continuité des interventions nécessaires.
7. Si la sécurité n'est plus assurée ou si l'aidant principal est hospitalisé, demander rapidement une aide humaine compétente.

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>

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.