

Préparer un plan B du relais

Guide indépendant · version 1.0 · 2026-10-27

Format A4 · à imprimer à taille réelle.

Anticiper une absence ou une indisponibilité avec les interlocuteurs ; aucun protocole de soin.

Les points à préparer

1. Repérer avec la personne les tâches quotidiennes qui ne peuvent pas attendre.
2. Demander à chaque relais ce qu'il accepte, sait faire et peut assurer ; un soin doit rester organisé avec les professionnels.
3. Identifier un contact de coordination et un second interlocuteur si le premier est indisponible.
4. Vérifier les modalités d'accès, horaires, coûts et possibilités réelles avec le service ; ce document ne crée pas de réservation.
5. En danger immédiat, contacter les secours. Pour les consignes de santé, demander aux professionnels et ne pas inventer de geste.

Plan à discuter puis confirmer

Besoin indispensable	Premier relais confirmé	Second relais	Qui prévenir et quand

Questions encore à confirmer

Question	Interlocuteur	Réponse à noter	Prochain contact

Mes notes, sur papier ou dans mon fichier personnel

Sources pour vérifier les repères

<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/solutions-pour-les-aidants/soutien-financier/majoration-de-l-apa-en-cas-d-hospitalisation-du-proche-aidant>

<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.