

SITES UTILES

Partager nos initiatives solidaires sur une page Facebook réseau des Sociétales

Pour ceux ou celles qui n'ont pas encore créé de compte Facebook, un consultant est disponible chaque jour de la semaine en cours et de la suivante de 11h à 12h pour vous accompagner. Hédia LEGAY: (+33) 6 83 06 24 56 hlegay@easis-consulting.com

Faire communauté de chez soi

Des outils simples peuvent vous permettre : - de recevoir en groupe des messages, des vidéos... de manière simultanée - d'inviter des personnes isolées et seules à déjeuner ou dîner virtuellement avec vous... - de poursuivre peut-être certains ateliers (langues étrangères, café-philosophie, cercle cinéma...) => whatsapp, teams, zoom,..

Soutenir, accompagner « hot-lien »

Bénévoles et adhérents de la Fédération Marie ARENAS Marie.arenas@ag2rlamondiale.fr
06 95 60 37 89

Fédération et réseau des bénévoles Marie-Laure de La Morinerie Marie-
laure.delamorinerie@ag2rlamondiale.fr 06 37 73 01 90

Nord-Est Luis ESPARZA Luis. Esparza@ag2rlamondiale.fr 06 14 15 89 43

Pour nos aînés en EHPAD FAMILÉO

Famileo, le journal du lien, donne la possibilité aux familles de poster des photos et des messages qu'ils souhaitent partager, et qui seront ensuite livrés sous forme d'une gazette papier aux parents ou grands-parents. AG2R LA MONDIALE propose à ses retraités et actifs isolés, des moyens pour garder le contact avec ses aînés pendant la durée du confinement : un accès gratuit à Famileo pendant 2 mois, il vous suffit de vous identifier avec le code AG2R sur le site : <https://www.famileo.com/famileo/fr-FR/>

Pour les proches aidants LE COACHING DES AIDANTS

La situation inédite que le confinement impose au binôme « aidant – aidé » peut altérer la relation d'aide, surtout lorsque l'aidant se dévoue dans son rôle et cherche à faire face, seul, à toutes les situations. AG2R LA MONDIALE vous propose un accompagnement téléphonique mis à votre disposition gratuitement sur un numéro unique : **09 80 80 90 31**. Un coach certifié répond à vos appels dans les meilleurs délais. Il est à votre disposition de 8H00 à 22H00. C

Contre l'isolement de personnes âgées ASTREE

Astrée, lutte depuis plus de 30 ans contre l'isolement grâce à un réseau de bénévoles formés à l'écoute et l'accompagnement. Les bénévoles, qui ordinairement accompagnent en face à face ceux qui sont seuls, s'adaptent à la situation exceptionnelle et poursuivent leur soutien par des appels téléphoniques pendant le confinement.

<http://www.astree.asso.fr/fr/decouvrir-astree/nosactualites/soutien-telephonique-pendant-le-confinement>

Conférences et ateliers en ligne HAPPY VISIO

A suivre sur son ordinateur ou sa tablette. Objectif : faciliter l'accès à la formation et à l'information quel que soit son lieu d'habitation. Accéder gratuitement aux conférences du site **happyvisio**. Inscrivez-vous avec le code AG2R.

Garder la forme sans quitter votre domicile SIEL BLEU

AG2R LA MONDIALE et Siel Bleu se mobilisent pour vous proposer des activités ayant pour objectif d'améliorer votre bien-être au quotidien. Vous pouvez pratiquer, gratuitement et quotidiennement, des séances d'exercices physiques diffusées en direct sur sa page Facebook. Le rendez-vous est donné, chaque jour à 14h, aux personnes qui le souhaitent, pour suivre un cours d'activité physique adaptée dispensé par un professeur de cette pratique sur la page Facebook de l'association. Chaque jour, le thème du cours diffère pour que tout le monde puisse y participer selon ses envies. Seule condition pour y accéder : avoir un compte Facebook. <https://www.facebook.com/GroupeAssociatifSielBleu/>

Pour agir contre les solitudes AU BOUT DU FIL

Cette association appelle gratuitement et chaque semaine toute personne âgée qui en fait la demande. Ses appelants bénévoles contribuent ainsi à moins de solitude partout en France. Pour bavarder avec une personne seule ou recevoir des appels de convivialité par un bénévole, appelez le **09 72 63 56 25** ou envoyez un mail à : alm.as@auboutdufil.org

Et si on s'organisait entre voisins ? VOISINS SOLIDAIRES

C'est la proposition de cette Association. Il s'agit d'un kit « Coronavirus » dont l'objectif est d'aider les habitants à organiser l'entraide. Ce kit vous est proposé gratuitement par le Ministère de la Cohésion des Territoires et des relations avec les collectivités territoriales, AG2R LA MONDIALE et les partenaires de son Engagement sociétal. Il est à télécharger : <https://voissolidaires.fr/>

Vous avez plus de 70 ans ? On fait vos courses à votre place : pharmacie et alimentaire AGIRC ARRCO

Objectif : Vous éviter la contamination. Un numéro unique, le **0 971 090 971** pour être mis en relation avec une association locale qui conviendra avec vous des détails pratiques. La prestation est gratuite, vous ne paierez que vos courses.

RESTONS ENGAGÉ AU PRESENT ET SOLIDAIRE

Le Gouvernement appelle à la mobilisation générale des solidarités <https://covid19.reserve-civique.gouv.fr/>

Vous souhaitez confectionner des masques ? (Site du Ministère de la santé)
<https://solidarites-sante.gouv.fr/.../com.../article/faqmasques>

La Croix Rouge Française : Conciergerie solidaire pour les – de 70 ans Toute personne vulnérable confinée en situation d’isolement social peut appeler 7j/7, de 8h à 20h, **le 09 70 28 30 00** pour bénéficier d’une écoute chaleureuse et rassurante de la part des bénévoles formés à l’écoute, de la possibilité de commander des produits de première nécessité que des volontaires de la Croix-Rouge leur livreront chez elles en toute sécurité dès le lendemain.

Un moyen de communication indispensable pour vous et vos proches, **WhatsApp** est un service de messagerie instantanée, téléchargeable sur votre smartphone ou iPhone. Celui-ci permet à deux personnes ou à des groupes plus grands d’échanger des messages, images, vidéos ou des messages audio via leur connexion Internet.

<https://repaircafe.org/fr/a-propos/>

Informatique

Renforcer votre autonomie face au numérique grâce à des ateliers pédagogiques sur la découverte du numérique avec un accompagnement personnalisé dans des structures ou à domicile avec **Unis cité**.

Garder le contact

Mieux communiquer avec vos proches, faire vos courses en ligne, effectuer des téléconsultations... Solidarité Numérique, propose de vous accompagner avec des médiateurs engagés en faveur de l’inclusion numérique. Appelez le **01 70 772 372** Avec 1 lettre, 1 sourire, les résidents

Boîte à outil – Forum

- Avez-vous encore droit au remboursement de votre voyage ou séjour ? L'ordonnance n° 2020-315 du 25 mars 2020 vient limiter, à titre provisoire, le droit au remboursement en accordant aux agences de voyages la possibilité de proposer des avoirs

https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do;jsessionid=06B0BB4613A5769063404A2C5CCFF447.tplgfr38s_1?cidTexte=JORFTEXT000041755833&dateTexte=20200326

- Comment tenir une assemblée générale 2020 de votre association ? Le Gouvernement a adopté deux ordonnances (Ordonnance n° 2020-321 du 25 mars 2020, Ordonnance n° 2020-318 du 25 mars 2020) sur ces sujets qui donnent des règles temporaires

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000041755899&dateTexte=&categorieLien=id>

EN CHEMIN VERS L'ENGAGEMENT CITOYEN

Le confinement est l'occasion idéale de trier et collecter des vêtements que vous ne portez plus pour les offrir à des associations telles que Emmaüs, Le Secours Populaire, La Croix Rouge, Tissons la Solidarité.

<https://emmaus-france.org/ou-donner-ou-acheter/>

Découvrez aussi **La Cravate solidaire** qui se charge de donner une seconde vie à vos vêtements professionnels

<http://lacravatesolidaire.org/>

Les **Chaussettes orphelines** qui redonneront vie à vos chaussettes trouées et dépareillées.

<https://chaussettesorphelines.com/>

Si vous le souhaitez, participez à l'opération Fais une blouse pour les soignants. Que vous ayez une machine à coudre, ou que vous soyez débutant en couture, tout ce qu'il vous faut c'est du fil à coudre, des ciseaux, un grand tissu de type drap, nappe ou housse de couette en coton épais, lavable à 60°, un peu de patience et beaucoup de bonne volonté !

<https://www.faisuneblouse.com/>

Renforçons les solidarités

Découvrez l'**Accorderie**, une initiative aidant à combattre la pauvreté et l'exclusion grâce à l'échange de services et la coopération.

<https://vimeo.com/39772824>

Collectez vos objets à réparer pour une sortie à prévoir prochainement dans un **Repair Café**. Ces « cafés de la réparation » sont des lieux de partage et de rencontres où vous pouvez faire réparer tous vos objets (appareils électriques, bicyclettes, jouets...). Ils favorisent un changement de mentalité, condition première à une société durable construite par tous.

<https://repaircafe.org/fr/a-propos/>

