

## Diverses mesures d'assistances proposées par la MSA

**Certains évènements** familiaux (divorce, veuvage, prise en charge d'une personne dépendante...), économiques (surendettement, perte d'emploi, cessation d'activité...), de santé (arrêt maladie, perte de facultés ou handicap), etc. **peuvent vous amener à traverser une période de difficultés** à laquelle vous allez devoir vous adapter.

### - **Vous reposer en assurant la continuité de votre activité**

#### Dispositif d'accompagnement et d'aide au répit

Il s'adresse aux exploitants et aux salariés en situation d'épuisement professionnel.

Il vous permet d'organiser, avec l'aide d'un travailleur social MSA, un temps de répit pour prendre soin de vous et de vos proches en toute sérénité, en prévoyant un remplacement sur l'exploitation.

Si besoin, un accompagnement social personnalisé vous est proposé (groupes de paroles, consultations individuelles avec un psychologue...).

#### ○ **« Se faire remplacer pour souffler ».**

Vous **bénéficiez** ainsi **d'un accompagnement social personnalisé et adapté et d'un temps de répit** (aides au départ en vacances, temps de loisirs, groupes de paroles, consultations psychologiques, séances de sophrologie...)

Si vous êtes exploitant agricole, ce dispositif vous permet de bénéficier d'un **financement pour vous faire remplacer sur votre exploitation** pendant 7 à 10 jours avec un renouvellement possible en fonction de votre situation.

- Conditions : Vous êtes exploitant agricole, chef d'exploitation ou d'entreprise agricole ou salarié d'une structure de production ou de transformation dans un secteur d'activité exposé aux crises agricoles, et vous êtes en situation d'épuisement professionnel.
- Comment en bénéficier ? **Vous devez contacter la caisse MSA** dont vous relever. Un professionnel du service d'action sanitaire et sociale évaluera ainsi votre situation et vous proposera un plan d'action adapté.

#### ○ **La MSA vous donne la possibilité de partir en vacances en famille**

Cette possibilité dure 5 jours afin de prendre du recul sur votre situation, de vous reposer et de profiter de vos proches. Le séjour a lieu pendant les vacances scolaires et **vous êtes remplacé** sur votre exploitation. Sachez que si vous êtes exploitant le coût du remplacement est pris en charge par la MSA.

Vos journées sont organisées, des professionnels sont à votre écoute et vous pouvez échanger avec d'autres familles faisant face aux mêmes difficultés.

- Conditions : Vous êtes actif, adhérent à la MSA et vous vous trouvez en situation de difficultés financières, familiales, de santé, etc.
- Comment en bénéficier ? **Vous devez contacter votre caisse MSA** qui vous mettra en relation avec un professionnel de l'action sociale.

## - Etre accompagné en assurant la continuité de votre activité

### ○ « L'avenir en soi »

Ce programme, créé par la MSA vous permet, au travers de différents ateliers, **d'être accompagné pour faire le point sur vos réussites, vos compétences et vos connaissances pouvant vous servir à faire face à cette période** de difficultés.

Ces **ateliers** sont **collectifs** (12 personnes maximum) et **totalelement confidentiels**. Vous participez à 6 ou 8 séances d'une journée, espacées d'une ou deux semaines.

**Dans la plupart des caisses MSA, le coût de cet accompagnement est intégralement pris en charge.**

- Conditions : Vous êtes exploitant, salarié agricole, conjoint d'exploitant ou aide familial et vous êtes confronté à des difficultés personnelles et professionnelles qui vont vous amener à vivre une période de changement.
- Comment en bénéficier ? **Vous devez contacter votre caisse MSA** qui vous mettra en relation avec un professionnel de l'action sociale.

### ○ Le « Parcours confiance »

Afin de vous aider, la MSA a créé le parcours confiance. Au travers de différents ateliers, **vous êtes accompagné pour mieux comprendre vos difficultés, pour que vous repreniez confiance en vous, en vos capacités et pour que vous retrouviez l'envie de faire face à votre situation.**

Ces **ateliers** sont **collectifs** (12 personnes maximum) et sont **totalelement confidentiels**. Vous participerez à 10 ou 12 séances de deux heures environ, espacées d'une semaine chacune et animées par des professionnels formés.

**Dans la plupart des caisses MSA, le coût de cet accompagnement est intégralement pris en charge.**

- Conditions : vous êtes confronté à des difficultés personnelles et professionnelles.
- Comment en bénéficier ? **Vous devez contacter votre caisse MSA** qui vous mettra en relation avec un professionnel de l'action sociale.

D'autres dispositifs existent, tels que « Partir pour rebondir ». Ils vous seront proposés, car certains sont plus adaptés en fonction de votre situation.

