

# ACTEURS INTERNES QUI PEUVENT ÊTRE MOBILISÉS

*Un certain nombre d'acteurs peuvent être mobilisés au sein de votre entreprise, pour répondre à votre situation :*



## LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

La DRH vous informe des dispositions qui peuvent avoir été prises au sein de votre entreprise sur ce sujet (par exemple, aménagement des horaires de travail, dons de jours de RTT...). Elle peut également vous aider à communiquer auprès de votre manager, si vous en ressentez le besoin. Elle coordonne l'action des différents acteurs de l'entreprise afin de vous apporter une meilleure information sur vos droits et sur les solutions qui peuvent être déployées.



## LES SERVICES SOCIAUX ET LA MÉDECINE DU TRAVAIL

Des assistantes sociales, des infirmières ou des médecins du travail peuvent intervenir à vos côtés. De par leurs missions, ils sont tenus à la confidentialité. Ils pourront vous accompagner pour :

- répondre à vos problématiques administratives et budgétaires : constitution de dossiers pour mobiliser les aides légales et extra-légales relatives aux aidants,
- être reconnu comme aidant et vous apporter un soutien psychologique,
- identifier vos enjeux de santé : repérage des premiers signes d'épuisement, conseils pour gérer au mieux la charge mentale et physique.



Les conciergeries d'entreprises peuvent également proposer **des solutions à destination des aidants familiaux** : services à la personne, garde d'enfants...

## LES MANAGERS

Votre manager de proximité pourra réfléchir avec vous à des solutions d'aménagement de votre temps de travail et être le relais de votre situation auprès de la DRH.