

# Préparer sa sortie d'hospitalisation

## ✓ Auprès de qui se renseigner ?

La plupart des établissements de santé ont un service social auprès de qui vous pouvez vous renseigner sur les aides éventuelles à la suite de votre hospitalisation. Si tel n'était pas le cas, ce serait le cadre de santé du service qui pourra vous accompagner dans certaines démarches.

L'assistant de service social pourra vous indiquer les aides possibles (humaines, financières...) et si besoin prévoir avec vous et votre entourage les interventions nécessaires pour votre retour à domicile.

## ✓ Quelles aides financières possibles en sortie d'hospitalisation ?

### ➤ **PAR VOTRE MUTUELLE**

La plupart des contrats prennent en charge quelques heures d'aide à domicile, sur une période donnée, lorsque vous rentrez chez vous après une hospitalisation. Renseignez-vous auprès de votre mutuelle pour savoir si vous pouvez en bénéficier.

Quelques jours avant votre sortie, contactez le numéro d'assistance de votre mutuelle qui vous précisera le nombre d'heures qui vous est attribué et qui prendra contact directement avec le service d'aide à domicile pour mettre en place les aides. Si vous souhaitez un service d'aide à domicile en particulier, précisez-le lors de cet appel.

### ➤ **PAR VOTRE CAISSE DE RETRAITE PRINCIPALE**

Il faut s'adresser à votre caisse de retraite principale, c'est-à-dire celle où vous avez cotisé le plus grand nombre de trimestres.

Attention votre caisse n'interviendra que si vous n'êtes pas éligible à l'APA.

Ces aides peuvent être soumises à des critères de ressources. Les personnes ayant des très faibles ressources (équivalentes à l'ASPA/ anciennement minimum vieillesse) s'adresseront au CCAS de leur commune pour un dossier d'aide sociale.

Pour certaines caisses de retraite, la demande doit obligatoirement être faite par l'établissement de santé, avant votre sortie. Pour d'autres caisses de retraite, c'est le service d'aide à domicile qui pourra faire la demande avec vous.

### ➤ **PAR LE CONSEIL DEPARTEMENTAL**

Les personnes de plus de 60 ans qui au quotidien dépendent d'une tierce personne pour assurer les gestes de la vie courante (toilette, habillage, préparation de repas...) peuvent solliciter l'APA (Aide Personnalisée à l'Autonomie).

### ➤ **PAR VOTRE CAISSE DE RETRAITE COMPLEMENTAIRE**

Les caisses de retraites complémentaires peuvent avoir des dispositifs spécifiques pour les sorties d'hospitalisation. Vous devez contacter la caisse à laquelle vous avez cotisé le plus grand nombre de trimestres.

**En cas de doute  
n'hésitez surtout  
pas à vous  
renseigner auprès  
du service social  
de l'établissement.**

**Dans tous les cas, nous vous invitons à vous assurer des aides nécessaires avant la fin de votre hospitalisation.  
N'hésitez pas à vous faire conseiller par le service social de l'établissement où vous êtes hospitalisé.**