

## Quand demander l'aide du service social de la ligue pulmonaire valaisanne

***Si vous vous retrouvez dans les situations décrites ci-dessous, n'hésitez pas à demander les conseils gratuits de l'assistante sociale***

### **A. Si vous bénéficiaire d'une rente d'invalidité ou de vieillesse :**

- j'aimerais prendre une retraite anticipée, mais je ne sais pas comment procéder .
- je perçois une rente d'invalidité, ai-je bien vérifié que toutes mes assurances me versent leurs prestations (2<sup>ème</sup> pilier, prestations complémentaires, etc.) ?
- je bénéficie d'une rente AVS-AI, dois-je continuer à payer les cotisations AVS?
- je bénéficie de prestations complémentaires, j'ai la possibilité de me faire rembourser certains frais. Lesquels ?
- je séjourne dans un home, que puis-je me faire rembourser ? qui financera le prix de pension si je n'ai pas les moyens financiers d'y faire face ?
- je bénéficie d'une rente de veuf (ve) ou d'une rente d'orphelins, puis-je quand même demander les prestations complémentaires et à quelles conditions ?
- suis-je exonérée des taxes Billag (télé-radio) si je suis bénéficiaire d'une rente AI ou AVS ?
- ai-je une assurance-accidents ?
- suis-je bien assuré concernant les transports d'urgence en ambulance ?
- je n'arrive plus à m'habiller seul, à me déplacer seul, à me doucher seul, puis-je prétendre à une rente d'impotence ?

**B. Si je suis sans revenu ou sans activité lucrative suite à ma maladie ou par choix:**

- à qui dois-je m'adresser pour avoir le minimum vital ?
- pourrai-je avoir droit aux allocations familiales ?
- dois-je quand même payer des impôts ?
- qui va payer ma caisse-maladie ?
- dois-je payer des cotisations AVS-AI ?
- dois-je vérifier mes assurances pour qu'il n'y ait pas de lacunes ?

**C. J'ai des enfants, que puis-je vérifier ?**

- j'ai des enfants aux études ou en apprentissage. Des organismes publics et privés pourraient peut-être m'aider financièrement par l'octroi de bourses ou de prêt d'honneur. Est-ce que je les connais ? En ai-je fait la demande ?
- j'élève seul mes enfants et je rencontre des difficultés relationnelles avec eux, à qui puis-je m'adresser ?

**D. Quelques questions pouvant concerner tout le monde :**

- j'aimerais partager mon temps avec d'autres personnes concernant les loisirs (faire partie d'un groupe de marche, par exemple, apprendre à utiliser un ordinateur), où m'adresser ?
- je souhaite savoir quel organisme pourrait m'aider pour un problème que je rencontre (deuil à faire, problème de dépendance, etc.)
- je dois faire face à un deuil, ou j'aimerais me préparer à cette éventualité, quelles démarches entreprendre, comment gérer toutes les démarches administratives ?
- j'ai droit à des pensions alimentaires de mon ex-mari mais il ne me les verse pas régulièrement, que puis-je faire ?
- ma situation financière s'est dégradée ou celle de mon ex-conjoint s'est nettement améliorée, puis-je demander la correction du montant de ma pension alimentaire, de mes rentes en général ?
- je dois recourir à l'aide d'un avocat, mais je ne pourrai le payer, comment dois-je procéder ?

- puis-je changer sans autre de caisse-maladie ? laquelle est la moins chère ?
- dois-je m'assurer en perte de gain si je suis au chômage ?
- suis-je assuré en perte de gain maladie ?