

## Soutenir et accompagner les aidants

Que l'on soit un membre de la famille, un voisin ou un ami, le fait d'être « aidant » constitue un effort considérable. Il est question pour eux d'accompagner au quotidien un sénior, un proche malade ou une personne en situation de handicap. Il devient donc essentiel d'être soutenu pour lutter contre l'épuisement. Mais quelles sont les solutions existantes pour trouver une aide et un répit ?



### La définition d'un aidant familial

Avec l'augmentation de l'espérance de vie et du nombre de personnes qui souffrent de handicap ou de maladie chronique, les « aidants » sont de plus en plus nombreux. Ils accompagnent régulièrement, voire quotidiennement, un sénior ou un adulte en situation de handicap et/ou permettent le maintien à domicile d'une personne âgée ayant perdu son autonomie.

Selon la Charte européenne de l'aidant familial, il peut être défini comme :  
« la personne non professionnelle qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes, notamment : nursing, soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, coordination, vigilance permanente,

soutien psychologique, communication, activités domestiques,...».

La Charte européenne de l'aidant familial a été élaborée par COFACE-Handicap (Confédération des Organisations Familiales de l'Union Européenne). Elle est un document de référence pour les différentes organisations qui représentent les personnes en situation de handicap et/ou les personnes qui présentent des besoins complexes et spécifiques en matière de dépendance. Elle accompagne également leurs familles aux niveaux national et des institutions européennes. Retrouvez toutes les informations est les téléchargements sur [le site officiel de la COFACE](#).

## Les chiffres clés

- 5.5 millions de personnes vivent à domicile, qu'elles soient âgées et/ou handicapées, sont quotidiennement aidées par des proches pour des raisons de santé ou de handicap ;
- Dans 64% des cas, l'aide est prodiguée par un seul proche ;
- Les femmes représentent 57% des 8.3 millions d'aidants ;
- Parmi les aidants, 47% occupent un emploi et 33% sont retraités.

Source : Caisse nationale de solidarité pour l'Autonomie (CNSA)

## Les congés disponibles pour les aidants ?

Les aidants ont l'opportunité de bénéficier de congés légaux, **pour la plupart non rémunérés** :

- Le congé de soutien familial de trois mois, renouvelable dans la limite d'un an pour l'ensemble de la carrière du salarié ;
- Le congé de solidarité familial de trois mois, renouvelable une seule fois et il est assorti d'une allocation journalière. Ce congé est ouvert aux salariés et aux agents de la Fonction publique ;
- Le congé de présence parentale de 310 jours sur 3 ans qui peut s'accompagner d'une allocation journalière et qui est ouvert aux salariés et fonctionnaires ;
- Les autorisations spéciales d'absence concernent les fonctionnaires et dont la durée varie selon les différentes administrations.

De plus, certaines entreprises proposent à ses salariés des aménagements de leur temps de

travail ou des jours d'absence rémunérés.

*La loi Mathys du 9 mai 2014 accorde aux salariés et fonctionnaires des jours de RTT à un collègue dont l'enfant est gravement malade.*

## **Le droit au répit existe-t-il ?**

Se reposer et se ressourcer est un besoin pour chaque aidant. Ce répit est indispensable pour prévenir et éviter un épuisement psychique et physique, et être ainsi en mesure d'accompagner son proche et éviter une situation de crise.

Le projet de loi relatif à l'adaptation de la société au vieillissement offre la possibilité d'un droit au répit pour les 8,3 millions d'aidant familiaux qui accompagnent des personnes âgées en situation de dépendance. Ils pourront ainsi percevoir une aide financière de 500 € maximum par an, accordée selon les critères de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA).

Une réforme de l'APA est actuellement étudiée pour une revalorisation des plafonds mensuels et également une baisse du ticket modérateur. Ces deux mesures doivent pouvoir offrir un financement de quelques heures d'aide-ménagère ou d'auxiliaire de vie en plus. Dans son avis rendu en mars 2014, le Conseil économique social et environnemental (Cese) estime cependant que cette enveloppe prévue dans le projet de loi n'est pas adaptée aux enjeux : pouvoir bénéficier d'un droit au répit à l'ensemble des proches aidants bénéficiaires de l'APA ou non. Le Cese préconise donc d'engager des négociations afin de réformer le congé de soutien familial, au cadre rigide et restrictif.

## **Comment s'informer et se renseigner ?**

Les aidants ont la possibilité de s'informer auprès des centres communaux d'action sociale (CCAS), des mutuelles, des centres locaux d'information et de coordination ([CLIC](#)), des maisons départementales des personnes handicapées ([MDPH](#)) et celles de l'autonomie ([MDA](#)), des caisses d'assurance maladie et de retraite, ainsi que de nombreuses associations.

Afin de les accompagner, le gouvernement a publié un Guide de l'aidant familial et a mis en place un service téléphonique disponible au

**0 820 10 39 39** (0.15 € TTC/mn). De plus, un portail national d'information et d'orientation des personnes âgées est disponible via le lien suivant :

[pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://pour-les-personnes-agees.gouv.fr)

## Pour aller plus loin

- [L'Association Française des Aidants](#) :

L'Association Française des Aidants propose également des conseils et des témoignages en la matière

- [Le Café des Aidants](#)
- [Le Conseil Français des personnes Handicapées pour les Questions Européennes \(CFHE\)](#)