



mars 2022

N°3

DES SUJETS QUI M'INTÉRESSENT

DES SOLUTIONS pour les aidants

## LE PARCOURS DU COMBATTANT DES AIDANTS

Isolement, épuisement, pertes de revenus, exclusion sociale... **des situations** très souvent rencontrées par ceux que nous appelons **les aidants**.

**Ils sont plus de 11 millions en France** à s'occuper tous les jours d'un proche malade ou handicapé. Mais **comment distinguer un aidant, d'un proche** qui soutient ponctuellement un membre de sa famille.

Depuis la loi d'adaptation de la société au vieillissement de 2015, **le rôle des aidants** est reconnu par l'Etat.

**Quelques informations** pour mieux comprendre leurs droits, les aides existantes pour les soutenir.



Service cohésion sociale - 04 94 77 54 92 - [cohesion-sociale@gareoult.fr](mailto:cohesion-sociale@gareoult.fr)



## UN AIDANT C'EST QUOI ?

Selon l'Association Française des aidants, **on parle d'aidant** à partir du moment où **une personne**, de la famille (80 % des cas), un ami ou un voisin (20 % des cas), **assure de manière régulière l'accompagnement d'un proche** rencontrant des difficultés de vie importantes et plus capable d'assurer lui-même les principaux actes de la vie quotidienne.

**Par actes de la vie quotidienne**, on entend les gestes comme se lever, s'habiller, entretenir le logement, faire les courses, préparer les repas. **Les aidants** peuvent également participer à la vie sociale (*l'accompagner à une activité ou passer du temps avec l'aidé*), coordonner des soins avec les professionnels de santé ou gérer les démarches administratives....

**A noter** que l'activité d'aidant peut aussi bien se dérouler au **domicile de l'aidé**, au **domicile de l'aidant** ou **au sein d'une structure d'accueil**.



## DES AIDES OU DISPOSITIFS EXISTANTS SOUVENT MÉCONNUS....

**Être aidant** dans la majorité des cas c'est également **soutenir** l'aidé financièrement car la perte d'autonomie pèse aussi bien sur les finances de l'aidé que de l'aidant.

**Pour l'aidé** qui est en perte d'autonomie, **il existe plusieurs aides financières :**

- **L'APA** → L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) ([var.fr](http://var.fr))
- **L'AEEH** → Allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) [service-public.fr](http://service-public.fr)
- **La PCH** → Prestation de compensation du handicap (PCH) [service-public.fr](http://service-public.fr)

A cela s'ajoutent **des aides** parfois allouées par les caisses de retraite pour les personnes âgées, par la Sécurité Sociale et les mutuelles santé qui peuvent **prendre en charge une partie des frais médicaux**.

**Pour l'aidant, il existe plusieurs dispositifs :**

- **Le droit au répit**

Il s'agit d'un **soutien financier d'un montant maximum de 500 euros par an** versé aux aidants afin qu'ils puissent proposer aux aidés d'intégrer une structure d'hébergement temporaire. Cela **permet à l'aidant de souffler** un peu et de s'accorder du temps pour lui.

**Pour bénéficier de ce dispositif**, volet de l'**APA**, la demande est à adresser au **conseil départemental du Var**. Le droit au répit englobe l'accueil temporaire, l'accueil de jour, l'aide à domicile et aussi les villages répit familles.

→ **Besoin de répit** : 17 fiches-repère pour les aidants - Ministère des Solidarités et de la Santé ([solidarites-sante.gouv.fr](http://solidarites-sante.gouv.fr))



- **Le congé de proche aidant**

Depuis 2017, **les aidants peuvent demander à leur employeur**, qui ne peut leur refuser, un **congé de « proche aidant »**. Sa durée ne peut excéder **trois mois** en continu. Cette durée peut être prolongée par les accords de l'entreprise. **Le congé « proche aidant »** peut être renouvelé sans dépasser un an sur l'ensemble de la carrière professionnelle.

**Pour en bénéficier** il faut avoir un lien étroit et stable avec l'aidé, apporter une aide à titre non professionnel et que la personne aidée ait **un taux d'incapacité égal ou supérieur à 80 %** ou une perte d'autonomie évaluée en **GIR1,2 et 3**.

- **L'AJPA** (*Allocation Journalière du Proche Aidant*)

Depuis octobre 2020, une **allocation compense une partie de la perte de salaire de l'aidant** qui prend un congé non rémunéré, dans la limite de **66 jours** au cours du parcours professionnel. **L'aidant** a droit à un maximum de 22 AJPA par mois. **L'indemnité** peut être versée à la **demi-journée ou la journée**.

**L'allocation** est versée par les Caisses d'allocations familiales (CAF) ou la Mutualité Sociale agricole (MSA).

- **La consultation annuelle** pour **les aidants** d'une personne atteinte de maladie d'Alzheimer ou apparentée

**La consultation annuelle** est un **temps spécifique**, dédié à l'état de santé de l'**aidant naturel**, quel que soit son âge, dont les objectifs sont la prévention, le repérage et la prise en charge des **effets délétères sur sa santé** que cet accompagnement peut induire. **Cette consultation** se fait auprès de son **médecin généraliste**. Elle complète le suivi standardisé réalisé **tous les 6 mois** chez les patients souffrants d'une **maladie d'Alzheimer** ou apparentée, dans lequel une évaluation médicale des aidants et des proches est programmée.



## SE FORMER POUR MIEUX SOUTENIR

**Les aidants** ne sont que très rarement préparés au bouleversement de leur vie que **va engendrer ce soutien**.

Former les aidants leur permet d'**être outillés** pour mieux comprendre le **handicap** ou la **dépendance** de leur proche, de les **accompagner** dans une meilleure compréhension de ses conséquences sur leur quotidien, de **mieux réagir et interagir** mais aussi d'apprendre à **se préserver**.

**Plusieurs organismes proposent des formations** en ligne ou en présentiel. Quelques pistes....

- Association Française des aidants
- France Alzheimer VAR - Formation des aidants familiaux à Hyères
- APF France handicap Var - 83
- ADAFMI - contact@adafmi.com

**Des plateformes d'accompagnement** et de **répit** apportent également un **soutien aux proches aidants** de personnes âgées en perte d'autonomie. **Ces plateformes** apportent de l'**information** ; un **soutien** aux proches aidants (*individuel ou en groupe*), des **solutions de répit** ; l'objectif étant de **prévenir les risques d'épuisement** et de **diminuer le stress et l'anxiété** des aidants.

→ <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie-s-informer-et-anticiper/a-qui-s-adresser/les-plateformes-daccompagnement-et-de-repit>

### Contacts utiles :

#### **Centre Local d'Information et de Coordination Gériatrique - CLIC**

Maison des Services Publics  
2, rue de l'hôpital  
83170 - BRIGNOLES  
Tél. 04 905 18 96

#### **Accueil de jour Alzheimer «Lou Souléou Maïa»**

Quartier la tour  
272 chemin de Bonavaou  
83170 - BRIGNOLES  
Tél. 04 98 05 18 96

#### **Accueil de jour «Le Fil d'Argent»**

Chemin des Plantades  
83130 - LA GARDE  
Tél. 04 94 28 22 65

#### **Permanence à Garéoult - France Alzheimer**

4, place de la Mairie :  
Accueil et écoute tous les 2<sup>ème</sup> mardi du mois de  
9h à 12 - Sur rendez-vous.

#### **Accueil de jour Les Pensées Alzheimer Aidants Var**

512 avenue de Rome avenue de Rome  
83500 - LA SEYNE SUR MER  
Tél. 04 94 94 94 94

**Contacts : Anne SAUVE, référente Centre Var :**  
07 66 01 03 45

**Secrétariat de France Alzheimer Var :**  
04 94 09 30 30

#### **ADAFMI**

contact@adafmi.com  
Tél. 04 94 69 44 86

### **Plus d'informations sur le sujet des aidants**

Numéro unique pour tout renseignement au **0 800 360 360**

**Guide du proche aidant** (octobre 2021) [guide\\_proche-aidant.pdf](#) ([economie.gouv.fr](http://economie.gouv.fr))

Le **CCAS** reste à votre disposition pour toutes informations complémentaires.

Contact au **04 94 77 87 12** ou [ccas@gareoult.fr](mailto:ccas@gareoult.fr)

## TOUTES MES INFOS

sur [www.gareoult.fr](http://www.gareoult.fr) / rubrique «**JE SUIS SENIOR**»



Mes démarches  
et mes droits



Inscrivez-vous à  
la Lettre d'infos  
numérique



Me maintenir  
en forme