

Guide de l'aidant

ÉDITION 2025

La Macif, c'est vous.

SOMMAIRE

OÙ S'INFORMER	4
LES PRINCIPALES AIDES FINANCIÈRES	11
ÊTRE AIDÉ À DOMICILE	17
ÊTRE ACCOMPAGNÉ EN TANT QU'AIDANT	22
LES MESURES DE PROTECTION	23
LE RÉPIT DE L'AIDANT	24
LES DISPOSITIFS DÉDIÉS AUX JEUNES AIDANTS	28
VOUS ÊTES SOCIÉTAIRE ET / OU ADHÉRENT MACIF ? DES DISPOSITIFS SPÉCIFIQUES EXISTENT DANS VOS CONTRATS	30



Vous aidez un proche âgé en situation de **DÉPENDANCE**



Vous aidez un proche en situation de **HANDICAP**



Vous aidez un proche atteint d'une **MALADIE GRAVE** et **INVALIDANTE**

Les informations contenues dans le présent guide n'ont pas vocation à être exhaustives. Les dispositifs évoqués sont soumis à des disparités territoriales et à conditions. Ce guide est édité à titre purement informatif.

OÙ S'INFORMER

AUPRÈS DES SERVICES PUBLICS DE PROXIMITÉ

LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS) OU LA MAIRIE DE VOTRE LIEU DE RÉSIDENCE



Les CCAS sont en charge de l'action sociale dans les communes. Lorsqu'il n'y a pas de CCAS, notamment dans les **communes de moins de 1 500 habitants,** c'est **directement à la Mairie** qu'il convient de s'adresser, ou à l'intercommunalité si elle dispose d'un Centre Intercommunal d'Action Sociale.

Que fait le CCAS ?

Pour soutenir les habitants de la commune, notamment les personnes âgées et les personnes en situation de handicap, le CCAS :

- attribue des **aides financières,** en nature ou sous forme de prêts,
- développe des activités, comme par exemple la **gestion d'établissements d'hébergement pour personnes âgées** ou des **services à domicile,**
- met en œuvre des **actions d'animation ou de soutien :** lutte contre l'isolement, maintien du lien social, accès à la culture et aux loisirs, actions de prévention, adaptation du logement…

Pour quelles démarches s'adresser à la Mairie ou au CCAS ?

- L'information sur les droits, les aides et les prestations sociales, l'orientation vers le bon organisme,
- la demande d'APA (Allocation personnalisée d'autonomie), que certains CCAS instruisent par délégation du conseil départemental,
- la demande d'ASH (Aide sociale à l'hébergement),
- le portage de repas,
- les demandes d'aides extralégales.

Pour coordonner leur action, plusieurs CCAS de communes voisines peuvent se regrouper et mettre leurs budgets et leurs compétences en commun. Il s'agit alors de **CIAS (Centres intercommunaux d'action sociale),** aux attributions identiques à celles d'un CCAS.

LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL

Que fait le Conseil départemental ?

Le Conseil départemental est notamment **en charge du versement de l'APA** (Allocation personnalisée d'autonomie), de l'ASH (Aide sociale à l'hébergement) et de la PCH (Prestation de compensation du handicap).

Le Conseil départemental est également en charge, avec l'Agence Régionale de santé, de l'autorisation et du contrôle des services d'aide à domicile, des résidences-autonomie (ex logements-foyers) et des EHPAD (Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes).

Par ailleurs, il est responsable de tout ce qui concerne la prise en charge des personnes en situation de handicap depuis la scolarisation jusqu'à la reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé (RQTH). **Mais pour ces derniers, l'interlocuteur est la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).**

Pour quelles démarches s'adresser au conseil départemental ?

Concernant les personnes âgées :

- faire une demande d'APA,
- obtenir la liste des services d'aide à domicile autorisés, la liste des établissements d'hébergement pour personnes âgées,
- obtenir la liste des accueillants familiaux...

LA CAISSE D'ALLOCATION FAMILIALE (CAF)

Que fait la CAF ?

La Caisse d'allocations familiales est l'organisme qui couvre la branche familiale de la Sécurité sociale. Les missions des CAF s'orientent autour de quatre grands axes qui sont :

- la petite enfance,
- l'enfance et la jeunesse,
- le logement et le cadre de vie,
- la solidarité et l'insertion.

Pour quelles démarches s'adresser à la CAF ?

La CAF intervient notamment sur l'aide au logement et sur certaines prestations à destination des personnes en situation de handicap.

Pour plus d'infos, rendez-vous sur ***www.caf.fr***[1]

(1) Pour faire une simulation de l'Aide au logement :
https://wwwd.caf.fr/wps/portal/caffr/aidesetservices/lesservicesenligne/estimervosdroits/lelogement

LES MAISONS DÉPARTEMENTALES DE L'AUTONOMIE

Les Maisons départementales de l'autonomie (MDA) se mettent progressivement en place dans une logique de rapprochement entre les services du Conseil départemental et ceux de la MDPH (Maison départementale des personnes handicapées). Ce rapprochement est facultatif et dépend de la volonté de chaque département.

Que fait la Maison départementale de l'autonomie ?

La MDA est **un lieu unique** où les personnes âgées et les personnes handicapées peuvent **accéder à l'information** sur les dispositifs les concernant. Dans certaines MDA, il est possible de **déposer des demandes de prestations d'aide à l'autonomie.**

Pour quelles démarches s'adresser à la Maison départementale de l'autonomie ?

Selon la configuration locale, on peut s'adresser à la MDA pour :

- s'informer sur ses droits et dispositifs existants,
- déposer une demande d'APA (Allocation personnalisée d'autonomie),
- déposer une demande de PCH (Prestation de compensation du handicap),
- déposer une demande de CMI (Carte mobilité inclusion) : CMI invalidité, CMI priorité ou CMI stationnement,
- déposer une demande d'ASH (Aide sociale à l'hébergement).



Les **organismes de complémentaire santé** peuvent aider ponctuellement leurs adhérents dans le cadre de leur politique d'aide sociale, par exemple pour aider un adhérent en difficulté face à des dépenses liées à une situation de dépendance.

Par exemple, **les contrats "Garantie Autonomie et Dépendance" "Garantie Accident" et les contrats "Santé" de la Macif** intègrent des prestations d'assistance qui soulagent le quotidien des aidants tout au long de la prise en charge de l'aidé[1] :

- Accompagnement de l'aidant : aide aux démarches administratives, bilan social et aide à la décision de devenir aidant.
- Au domicile : évaluation des aménagements du domicile à prévoir, mise en relation avec des prestataires agréés et mise en place d'un service de téléassistance.
- Hospitalisation de l'aidant : mise en place d'un relais comprenant la prise en charge du déplacement d'un proche, l'intervention d'un auxiliaire de vie, le portage de repas.
- Épuisement de l'aidant : possibilité de faire appel à un psychologue et mise en relation avec des services de proximité.
- Installation de l'aidé en établissement spécialisé : mise en relation avec une entreprise de déménagement et prise en charge du nettoyage du logement quitté.

(1) Les garanties sont accordées dans les conditions et limites du contrat souscrit.

LES CAISSES DE RETRAITE

Le plus souvent, les caisses de retraites interviennent auprès des personnes âgées encore relativement autonomes (GIR 5 et 6), c'est-à-dire en amont des dispositifs comme l'APA (Allocation personnalisée d'autonomie).

Pour les personnes en situation de fragilité, les caisses de retraite peuvent proposer ponctuellement, au titre de leur politique d'action sociale, des **aides financières et matérielles** (financement d'aides techniques comme des barres d'appui ou des marches antidérapantes, financement de l'intervention d'une aide à domicile…).

L'objectif de ces aides est de permettre à la personne âgée de continuer à vivre chez elle le mieux possible et de la soutenir ponctuellement lorsqu'elle rencontre des difficultés (besoin d'aide à domicile, hospitalisation…).

Pensez à contacter la caisse de retraite de base ou, le cas échéant, la caisse de retraite complémentaire afin de vous informer des aides disponibles.

LES CENTRES LOCAUX D'INFORMATION ET DE COORDINATION (CLIC)

Que fait le CLIC ?

Les personnes âgées et leurs proches peuvent y trouver tous les renseignements nécessaires pour faire face à une situation de perte d'autonomie. Les CLIC ont une mission d'**accueil,** d'**écoute,** d'**information,** de **conseil** et de **soutien** aux personnes âgées et à leurs familles.

Pour les situations complexes, les dispositifs d'appui à la coordination peuvent faciliter le parcours en apportant une réponse coordonnée aux besoins.

Pour quelles démarches s'adresser au CLIC ?

Au-delà de leur rôle d'information et de conseil, les CLIC peuvent développer d'autres types d'accompagnement, tels que :

- l'évaluation des besoins d'aide de la personne âgée,
- l'élaboration d'un plan d'accompagnement,
- le suivi du plan d'accompagnement élaboré avec l'aidant et son proche âgé dépendant, **en coordination** avec les différents professionnels impliqués.

Le CLIC peut s'appeler différemment en fonction du lieu d'habitation, mais leurs missions restent les mêmes :

- Espace d'autonomie.
- Point d'information local.
- Pôle d'autonomie territorial.
- Coordination gérontologique.
- Pôle d'Autonomie Territorial.

Pour trouver le point d'accueil le plus proche de chez vous, ou celui de la personne âgée concernée par la demande, vous pouvez consulter l'annuaire du portail national de l'information pour l'autonomie des personnes âgée et leur accompagnement ***(https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-points-dinformation-et-plateformes-de-repit).***



LA MAISON DES AINÉS ET DES AIDANTS

Que fait la Maison des ainés et des aidants ?

À Paris et à Rennes, les Maisons des ainés et des aidants (M2A) sont le regroupement du CLIC, de la MAIA (Méthode d'action pour l'intégration des services d'aide et de soins dans le champ de l'autonomie) et du PAERPA (Personnes âgées en risque de perte d'autonomie). Elles coordonnent les différents intervenants médicaux.

Pour quelles démarches s'adresser à la Maison des ainés et des aidants ?

- La Maison des ainés et des aidants accueille et conseille les personnes âgées de plus de 60 ans et leur entourage dans tous les domaines de la vie quotidienne (prestations, droits, aides à domicile, soutien aux aidants).

Elle peut notamment :

- réaliser une évaluation à domicile par un médecin gériatre, et/ou un(e) assistant(e) social(e), un(e) ergothérapeute, un(e) infirmier(ère) ou un(e) psychologue,
- proposer un plan d'aide et de soins et le coordonner (aide à domicile, téléassistance, port de repas),
- assurer un suivi intensif des situations complexes (gestion de cas),
- mettre en place des actions de soutien pour les aidants (groupes de parole, suivi individuel) et des actions de prévention et de formation.

LES CENTRES DE RESSOURCES TERRITORIAUX

À partir de 2023, des centres de ressources territoriaux vont se déployer en région. Ils proposeront des actions sur le bienvieillir ainsi qu'un accompagnement renforcé à domicile.

LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES (MDPH)

Que fait la MDPH ?

La MDPH est un lieu qui accueille, informe, oriente et accompagne les personnes handicapées et leur famille.

Pour quelles démarches s'adresser à la MDPH ?

Les MDPH ont pour mission d'accompagner les personnes handicapées et leur famille dès l'annonce du handicap et tout au long de son évolution. Elles traitent notamment les demandes d'aides des personnes en situation de handicap.
De plus, toute personne en situation de handicap, atteinte d'une maladie invalidante ou dont l'âge limite ses capacités physiques à réaliser certains actes de la vie quotidienne (voir focus sur les GIR), peut s'adresser à la MDPH pour demander :

- une carte d'invalidité,
- une carte européenne de stationnement,
- une carte de priorité,
- une reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé (RQTH).

LE SERVICE SOCIAL DE L'ASSURANCE MALADIE

Le service social de l'Assurance Maladie :

- informe sur les droits et les aides pour les dépenses de santé (parcours de soins coordonnés, médecin traitant, complémentaire santé, financement de vos soins...),
- conseille dans les démarches et aides à la recherche de solutions adaptées aux situations,
- accompagne afin d'éviter le non recours aux droits et aux soins,
- conseille sur les thèmes de prévention en santé (bilan de santé, dépistage, vaccination...),
- oriente vers les services et professionnels de santé proches du domicile.

SUR INTERNET

L'État et les organismes de Sécurité sociale ont mis en place des sites internet à disposition du grand public pour l'informer sur les différentes démarches, les interlocuteurs à solliciter, ainsi que leurs coordonnées.

- Le portail pour les personnes âgées : ***www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr***
- Le portail pour les personnes en situation de handicap : ***www.monparcourshandicap.gouv.fr***
- L'Assurance Retraite : ***www.lassuranceretraite.fr/portail-info/retraites***
- L'Assurance Maladie : ***www.ameli.fr***
- La Caisse d'Allocations Familiales : ***www.caf.fr***
- La Mutualité Sociale Agricole : ***www.msa.fr***
- Handéo (Services d'aides à domicile certifiés) : ***www.handeo.fr/cap-handeo***

Les sites internet des associations de patients peuvent aussi être de bonnes ressources pour les aidants qui accompagnent un proche atteint d'une maladie grave. Par exemple : La Ligue contre le cancer, France Alzheimer, France Parkinson, etc.

POUR VOUS AIDER À CHOISIR VOTRE SERVICE D'AIDE À DOMICILE

PAR TÉLÉPHONE

Numéro national du Secrétariat d'état chargé des personnes handicapées pour les personnes en situation de handicap et leurs proches aidants en difficultés (accessible aux sourds et malentendants) au **0800 360 360** du lundi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h et le vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h.

LES PRINCIPALES AIDES FINANCIÈRES

L'ALLOCATION PERSONNALISÉE D'AUTONOMIE (APA)

L'APA est une allocation destinée aux personnes âgées en perte d'autonomie qui ont besoin d'aide pour accomplir les actes essentiels de la vie quotidienne : se lever, se laver, s'habiller..., ou dont l'état nécessite une surveillance régulière.

L'APA à domicile aide à payer les dépenses nécessaires pour rester vivre au domicile malgré la perte d'autonomie.

L'APA en établissement aide à payer une partie du tarif dépendance en EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) : **elle est versée directement à l'établissement.**

Quelles sont les conditions pour bénéficier de l'APA ?

Pour bénéficier de l'APA, il faut :

- être âgé de 60 ans ou plus,
- résider en France de façon stable et régulière,
- être en perte d'autonomie, c'est-à-dire avoir un degré de perte d'autonomie évalué comme relevant du **GIR 1, 2, 3 ou 4** par une équipe pluridisciplinaire de professionnels (ex : travailleur social, ergothérapeute...) du Conseil départemental ou un organisme qu'il mandate.

Si vous remplissez les conditions d'âge, de résidence et de perte d'autonomie, vous pouvez obtenir l'APA, quels que soient le montant de vos ressources.

En revanche, son montant dépend du niveau de vos ressources. Au-delà d'un certain montant, une participation progressive vous sera demandée (ou "reste à charge").

BON à SAVOIR

L'APA ne fait l'objet d'aucune récupération des sommes reçues ni du vivant ni au décès de son bénéficiaire. Le département ne peut donc pas demander le remboursement des sommes versées au bénéficiaire si sa situation financière s'améliore de son vivant, ni les récupérer sur sa succession à son décès.

Focus :

Qu'est-ce que le GIR ? (Groupe Iso Ressources)

Le GIR est une évaluation du niveau de perte d'autonomie d'une personne âgée. Il est calculé à l'aide de la grille AGGIR. Le GIR permet de savoir si une personne âgée peut bénéficier ou non de l'APA (allocation personnalisée d'autonomie). Il existe 6 niveaux de perte d'autonomie : le GIR 1 est le niveau de perte d'autonomie le plus fort et le GIR 6 est le niveau de perte d'autonomie le plus faible.

Voici une description des caractéristiques des personnes correspondant aux **6 GIR** :

- **GIR 1 :** les personnes confinées au lit, dont les facultés mentales sont gravement altérées, et qui ont besoin d'une présence continue d'intervenants. Les personnes en fin de vie.
- **GIR 2 :** les personnes confinées au lit ou au fauteuil, dont les facultés mentales ne sont pas totalement altérées, et qui ont besoin d'une prise en charge pour la plupart des activités de la vie courante. Les personnes qui ont des fonctions mentales altérées, mais qui ont conservé leur capacité à se déplacer.
- **GIR 3 :** les personnes ayant conservé leurs facultés mentales mais qui ont besoin d'aide pour les soins corporels, plusieurs fois par jour.
- **GIR 4 :** les personnes ne faisant pas leurs transferts seules (par exemple se lever seules du fauteuil) mais qui, une fois levées, peuvent se déplacer à l'intérieur du logement. Elles doivent parfois être aidées pour la toilette et pour s'habiller. Les personnes n'ayant pas de problème pour se déplacer mais devant être aidées pour les activités corporelles et pour la préparation des repas.
- **GIR 5 :** les personnes qui peuvent avoir besoin d'une aide ponctuelle pour la toilette et les activités domestiques : préparation des repas, ménage…
- **GIR 6 :** les personnes autonomes pour tous les actes importants de la vie courante.

Comment est réalisée l'évaluation du GIR ?

Lors d'une demande d'APA à domicile, l'équipe médicosociale APA du conseil départemental, ou un organisme mandaté par ce dernier, va organiser une visite d'évaluation au domicile de la personne âgée. Le professionnel qui va se déplacer va utiliser la grille nationale AGGIR (autonomie-gérontologie-groupe iso ressources) pour déterminer votre GIR.

Dans un EHPAD, c'est le médecin coordonnateur de l'établissement qui va évaluer le GIR.

LA PRESTATION DE COMPENSATION DU HANDICAP (PCH)

La PCH (Prestation de compensation du handicap) est destinée aux personnes qui ont besoin d'une aide dans la réalisation des actes de la vie quotidienne du fait d'un handicap. La PCH peut prendre en charge en totalité ou en partie les dépenses liées au handicap.

Il faut avoir une limitation absolue ou deux limitations graves parmi une liste de 19 activités comme se mettre debout, marcher, se laver, utiliser les toilettes, parler, entendre, voir... Un plan de compensation est proposé par la CDAPH (Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées).

Pour faire une demande de PCH il faut :

- soit être âgé de moins de 60 ans lors de la première demande,
- soit être âgé de moins de 75 ans et avoir rempli les conditions d'accès à la PCH avant 60 ans,
- soit être encore en activité professionnelle, même au-delà de l'âge légal de départ à la retraite.

La PCH peut financer cinq types d'aide :

- **les aides humaines :** intervention d'une tierce personne, y compris de l'aidant familial, pour l'accomplissement des actes essentiels de la vie quotidienne (toilette, habillage, alimentation, déplacements, surveillance...).
  À partir du 1er janvier 2023, l'aide humaine va être élargie aux personnes ayant un handicap psychique ou mental ou une surdicécité (sourd, aveugle).
- **les aides techniques :** équipements conçus et adaptés pour pallier le handicap,
- **les aides pour l'aménagement du logement et du véhicule et les surcoûts liés au transport,**
- **les charges spécifiques** c'est-à-dire les dépenses permanentes et prévisibles liées au handicap et n'ouvrant pas droit à une prise en charge au titre d'un des autres éléments de la PCH (par exemple, les protections pour incontinence, l'abonnement à un service de téléalarme...) ou les charges exceptionnelles c'est-à-dire les dépenses ponctuelles liées au handicap et n'ouvrant pas droit à une prise en charge au titre d'un des autres éléments de la PCH,
- **les aides animalières,** uniquement pour les chiens guides ou chiens d'assistance.



Un bénéficiaire de la PCH peut continuer à en bénéficier jusqu'à la fin de sa vie si besoin.

Après 60 ans, les personnes éligibles à la fois à l'APA et à la PCH, en fonction de leur situation, peuvent choisir l'une ou l'autre des aides.

La PCH peut être plus favorable que l'APA, notamment en cas de besoin d'aides techniques ou d'aménagement du logement. L'APA et la PCH ne sont pas cumulables.

L'ALLOCATION ADULTE HANDICAPÉ (AAH)

L'AAH est une aide financière qui permet d'assurer un niveau minimum de ressources. Cette aide est attribuée sous réserve de respecter des critères d'incapacité, d'âge, de résidence et de ressources. Elle est accordée sur décision de la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH). Son montant vient compléter les éventuelles autres ressources de la personne en situation de handicap.

Les démarches se font auprès de la MDPH.

L'ALLOCATION JOURNALIÈRE DU PROCHE AIDANT (AJPA)

L'AJPA est un revenu de remplacement pour les aidants de personnes en perte d'autonomie, ou en situation de handicap. Ces derniers doivent par contrainte, réduire, ou arrêter temporairement leur activité professionnelle pour s'occuper de leur proche.

L'AJPA s'adresse à toute personne qui :

- réduit ou interrompt son activité pour accompagner un proche,
- a besoin de temps pour prendre soin de son enfant, de son conjoint, d'un parent, d'un membre de sa famille jusqu'au 4e degré (grand-oncle, grand-tante, petit neveu, cousin germain) ou d'une personne en situation de handicap ou âgée avec laquelle elle vit ou entretient des liens étroits et stables, à qui elle vient en aide de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, selon les critères d'attribution.

Comment bénéficier de l'AJPA :

- Si vous êtes salarié ou agent de la fonction publique, vous devez au préalable faire une demande de congé de proche aidant auprès de votre employeur.
- Si vous êtes déjà allocataire de la Caf, vous pouvez faire une demande en ligne sur Mon Compte, dans la rubrique "Demander une prestation".
- Si vous n'êtes pas encore allocataire de la Caf ou si vous êtes allocataire de la MSA, vous devez faire une demande sur papier téléchargeable :
  - sur le site de la Caf,
  - sur le site de la MSA.

L'ASSURANCE VIEILLESSE DES AIDANTS (AVA)

L'affiliation à l'Assurance Vieillesse des Aidants (AVA) est gratuite. Celle-ci permet à tous les aidants de valider des trimestres pleins de retraite (par le versement de cotisations par la CAF à leur caisse retraite) sur des périodes non travaillées ou travaillées à temps partiel, pour élever leurs enfants ou s'occuper d'un enfant ou d'une personne en situation de handicap.

Depuis le 1er septembre 2023, cette assurance vieillesse étend le droit à des aidants au-delà du simple statut familial, sans condition liée à un domicile commun entre l'aidant et l'aidé.

Qui peut bénéficier de l'AVA ?

Tous les aidants accompagnant une personne en situation de handicap ou en perte d'autonomie peuvent en faire la demande d'affiliation, soit à la maison départementale des personnes handicapées (MDPH), soit auprès de la CAF ou de la Mutualité Sociale Agricole (MSA) selon les situations.

Comment bénéficier de l'AVA ?

Si vous êtes aidant :
- d'un enfant en situation de handicap,
- ou d'un adulte en situation de handicap.

Dans ce cas, il est conseillé de cocher la demande d'affiliation à l'assurance vieillesse des aidants à la maison départementale des personnes handicapées (MDPH).

Vous pouvez bénéficier de l'affiliation à l'AVA directement auprès de la Caf ou de la MSA dans les deux cas suivants :
- si vous êtes aidants et si vous bénéficiez d'un congé proche aidant avec l'allocation journalière du proche aidant (AJPA),
- si vous êtes aidant et vous bénéficiez de l'AJPP (allocation journalière de présence parentale).

Dans les 2 cas, l'affiliation à l'AVA est automatique, aucune démarche n'est à faire par l'aidant. Toutes les informations sur ***https://www.monparcourshandicap.gouv.fr/aidant***

LES AIDES AU LOGEMENT - LES AIDES DE LA CAF (DOMICILE ET ÉTABLISSEMENTS)

L'APL (Aide Personnalisée au Logement) et l'ALS (Allocation de Logement à caractère Social), sont destinées à réduire les dépenses de logement de la personne fragilisée pour l'aider à payer son loyer, les mensualités de remboursement de son prêt ou le tarif hébergement d'une maison de retraite.

L'APL est versée uniquement si le logement est conventionné. S'il n'est pas conventionné APL, il est possible de percevoir l'ALS. La demande des aides au logement se fait auprès de la CAF (ou de la MSA, si la personne aidée relève de ce régime).

À NOTER : ces deux aides ne sont pas cumulables.

Plusieurs paramètres entrent en ligne de compte pour le calcul de l'aide au logement :
- les ressources de la personne,
- le coût de l'hébergement en établissement,
- le lieu où est situé l'établissement.

LES AIDES AU LOGEMENT - POUR LES PERSONNES VIVANT EN ÉTABLISSEMENT : L'AIDE SOCIALE À L'HÉBERGEMENT (ASH)

L'ASH prend en charge une partie ou la totalité des frais d'hébergement du résident. L'ASH peut être demandée auprès du Conseil départemental. Lorsque la personne âgée est éligible à ce dispositif, le Conseil départemental paie alors la différence entre le montant de la facture et sa contribution (ou celle de ses obligés alimentaires).

Dans quelles situations l'ASH est-elle accordée ?

Pour bénéficier de l'ASH, il faut [1] :

- **avoir plus de 65 ans** (ou plus de 60 ans si l'on est reconnu inapte au travail),
- **résider en France de façon stable et régulière** ou disposer d'un titre de séjour en cours de validité,
- **avoir des ressources inférieures au montant des frais d'hébergement.**

Les personnes handicapées vieillissantes bénéficient d'un régime spécial de l'ASH, plus favorable.

L'ASH peut être accordée pour un hébergement :

- en résidence-autonomie (ex-logement-foyer),
- en EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes),
- en USLD (unité de soins de longue durée).

Pour que l'ASH soit accordée, il faut que ces établissements disposent de places habilitées à recevoir des bénéficiaires de l'aide sociale.

Les montants d'ASH versés sont récupérables par le Conseil départemental.

S'agissant d'aide sociale, tous les Conseils départementaux disposent de leur propre règlement d'aide sociale, auquel il convient de se référer pour connaître l'ensemble des conditions requises. Les règles sont donc différentes en fonction des départements.

(1) Source : www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr

ÊTRE AIDÉ À DOMICILE

LES SERVICES D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT À DOMICILE (SAAD)

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile emploient des aides ménagères et auxiliaires de vie qui interviennent chez les personnes âgées et en situation de handicap.

Les interventions des aides à domicile concernent principalement : l'entretien du logement et du linge, l'aide au lever, l'aide à la toilette, l'aide aux courses, la préparation des repas, la prise des repas, l'aide au coucher.

Les SAAD sont spécifiquement habilités à intervenir auprès d'une population considérée comme fragile : enfants de moins de 3 ans, familles en difficulté ou en situation d'exclusion, **personnes en situation de handicap et personnes âgées en perte d'autonomie.**

Le fonctionnement d'un SAAD est subordonné à une **autorisation administrative.**

Auprès des personnes âgées : les interventions des services d'aide à domicile ont pour objectif de favoriser ou maintenir l'autonomie et permettre aux personnes de continuer à vivre chez elles le plus longtemps possible.

Auprès des personnes en situation de handicap : les interventions des services d'aide à domicile ont pour objectif d'accompagner les personnes dans les actes de la vie quotidienne.

Renseignez-vous auprès de la mairie ou du CCAS.

Trois modes de prestations

Il est possible de recourir à des prestations d'aide à domicile selon trois modes :

- **le mode prestataire :** dans ce cas, l'intervenant à domicile est salarié du Service d'Aide à Domicile et d'Accompagnement. C'est le service qui recrute, encadre et forme les intervenants à domicile. Il élabore le planning des interventions et assure leur continuité. Le paiement de l'intervention s'effectue directement au service sur la base d'un tarif horaire,
- **le mode mandataire :** dans ce cas, l'intervenant à domicile est salarié de la personne auprès de laquelle il intervient. Cependant c'est le Service d'Aide à Domicile qui propose le recrutement de l'intervenant et effectue certaines démarches à la place de la personne âgée moyennant des frais de gestion,
- **le mode gré à gré :** dans ce cas, l'intervenant à domicile est salarié de la personne auprès de laquelle il intervient.

Des garanties de qualité supplémentaire : la certification

Un service d'aide à domicile certifié a fait l'objet d'une évaluation de la qualité de son service par un organisme indépendant. En particulier la certification **"Cap handéo Service à la personne" garantit aux personnes une intervention à domicile sécurisée et adaptée à la situation de handicap ou de dépendance.** Il s'agit d'un gage de sérieux et de qualité. L'intervention sera effectuée par du personnel formé à intervenir auprès de personnes en situation de handicap [1].

PORTAGE DE REPAS

Le rôle du service de portage de repas : bénéficier de portages de repas à domicile permet de continuer à manger des repas complets et équilibrés sans avoir à faire les courses ou la cuisine.

Qui peut bénéficier de ce service ? Cette prise en charge est possible si l'état de santé de la personne ne lui permet pas de faire la cuisine ou les courses.

Outre cette condition liée à la perte d'autonomie, il faut être âgé de 65 ans au moins (ou plus de 60 ans si l'on est reconnu inapte au travail) et avoir des ressources ne dépassant pas un certain plafond. Dans le cas où les ressources de la personne dépassent le plafond, votre caisse de retraite, peut également proposer cette prise en charge.

ATTENTION : si les conditions pour recevoir l'APA sont remplies, les frais de portage de repas peuvent être pris en charge par l'APA. Cette possibilité dépend du département du lieu d'habitation de la personne aidée.

À qui s'adresser ? La demande doit être faite auprès de la mairie (CCAS).

(1) Pour trouver la liste des services certifiés Cap'Handéo : http://www.handeo.fr/cap-handeo/annuaire

DES SERVICES ACCESSIBLES SUR PRESCRIPTION MÉDICALE

LES SERVICES DE SOINS INFIRMIERS À DOMICILE (SSIAD)



Le rôle du SSIAD : il contribue au maintien des personnes à leur domicile. Ses interventions sont prises en charge par l'Assurance maladie. Elles se font sur prescription médicale. Les SSIAD assurent également une coordination avec les autres intervenants médicaux et paramédicaux : services d'aide à domicile, kinésithérapeutes, médecins...

Pour quel type de service contacter le SSIAD ? Pour des soins de nursing comme la toilette et des actes infirmiers, pansements, distribution de médicaments, injections...

LES SERVICES POLYVALENTS D'AIDE ET DE SOINS À DOMICILE (SPASAD)



Le rôle du SPASAD : assurer à la fois les missions d'un SSIAD (service de soins infirmiers à domicile) et celles d'un service d'aide à domicile et d'accompagnement.

Pour quel type de service contacter le SPASAD ? Pour des soins infirmiers et des aides à domicile. Pour bénéficier de l'intervention d'un SPASAD pour des soins infirmiers, il est nécessaire d'avoir une prescription médicale, comme dans le cadre d'un recours à un SSIAD. Il faut également être âgé de plus de 60 ans ou être en situation de handicap.

L'HOSPITALISATION À DOMICILE (HAD)



Le rôle de l'HAD : l'HAD est une hospitalisation à temps complet au cours de laquelle les soins sont effectués au domicile de la personne. L'HAD couvre maintenant l'ensemble du territoire national, et constitue désormais une des réponses à l'aspiration grandissante de la population à être soignée dans son environnement familier quand la situation le permet.

Qui peut bénéficier de ce service ? Toute personne dont la situation clinique le justifie et dont les conditions de vie au domicile le permettent peut se voir proposer une HAD. La notion de domicile est très large, puisqu'elle recouvre le domicile où réside la personne aidée mais également les établissements d'hébergement collectif pour toutes populations : personnes âgées, personnes handicapées, personnes en situation de précarité sociale, mineurs protégés, demandeurs d'asiles... **Lorsque l'HAD intervient dans un établissement d'hébergement, elle met en place les conditions d'une bonne coopération avec l'équipe de la structure d'accueil.**

À qui s'adresser ? Seul un médecin hospitalier ou un médecin traitant peut orienter une personne en HAD. L'accord du médecin traitant est nécessaire et donc toujours sollicité, car il prend, pendant le séjour en HAD, la responsabilité médicale des soins, conjointement, le cas échéant, avec des confrères spécialistes.

SÉCURISER LE MAINTIEN À DOMICILE

Il s'agit de proposer du matériel qui favorise l'autonomie d'une personne âgée ou d'une personne en situation de handicap tant pour manger, que pour se déplacer ou faire sa toilette. Ce matériel peut également faciliter le rôle de l'aidant comme le lève personne ou le lit médicalisé.

TÉLÉASSISTANCE



Le rôle de la téléassistance : celle-ci permet de sécuriser les personnes dépendantes qui vivent seules chez elles. En cas de problème (chute, malaise...), la personne peut contacter une plateforme téléphonique joignable 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 en appuyant sur un médaillon ou une montre portée en permanence. Selon le degré d'urgence de la situation, un proche est contacté ou une intervention est déclenchée pour porter assistance à la personne.

Qui peut bénéficier de ce service ? Toutes les personnes en ressentant le besoin peuvent bénéficier de la téléassistance.

À qui s'adresser ? Au point d'information local ou à la mairie qui vous communiqueront les coordonnées des organismes qui proposent ce service sur le territoire concerné. Ils sont également un relais d'informations sur les aides existantes.

Par ailleurs, une prise en charge d'une partie des frais d'abonnement est possible par le biais de l'Allocation personnalisée d'autonomie et de la Prestation de compensation du handicap.

AMÉNAGEMENT DU LOGEMENT ET ÉQUIPEMENT



Le rôle de l'aménagement du domicile : pour continuer à vivre le plus longtemps possible à domicile, grâce à des solutions pour adapter le logement et le rendre plus sécurisant. Ce peut être l'installation d'équipements spécifiques : siège de douche mural, douche italienne, lève-personne, monte-escalier électrique, WC surélevés, lit médicalisé, revêtements de sol antidérapants, chemin lumineux...

À qui s'adresser ? Vous pouvez contacter entre autres :

- l'Agence nationale de l'habitat (ANAH) : elle aide les personnes âgées propriétaires à réaliser des travaux d'adaptation nécessaires,
- les caisses de retraite : elles peuvent apporter des conseils en aménagement et financement,
- les collectivités territoriales : elles peuvent accorder des aides, des prêts ou des subventions.

Comment les financer ? Les conditions et les montants des prises en charge sont propres à chaque organisme.

Certains travaux d'aménagement peuvent être pris en charge dans le cadre de l'APA ou de la PCH.

Par ailleurs, des crédits d'impôts peuvent être accordés pour certaines dépenses liées à l'installation d'équipements pour personnes âgées ou handicapées ***(www.service-public.fr)***.



ÊTRE ACCOMPAGNÉ EN TANT QU'AIDANT

ÊTRE SOUTENU DANS SON RÔLE D'AIDANT

Accompagner au quotidien un proche en perte d'autonomie prend beaucoup de temps et d'énergie d'où l'importance de se faire accompagner dans son rôle d'aidant.

- **Le groupe de parole :** le groupe de parole est l'occasion d'échanger sur son quotidien et de mettre en commun différentes expériences.
- **Les cafés des aidants :** ce sont des lieux, des temps et des espaces d'information, destinés à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de leurs proches.
- **Soutien psychologique :** un accompagnement psychologique permet de remettre de l'ordre dans ses émotions et constitue une véritable force pour assumer le rôle d'aidant. Il permet de verbaliser librement ses émotions et de trouver des solutions pour faire face aux évènements.
- **La formation :** se former au rôle d'aidant a pour but de mieux accompagner son proche, tout en préservant sa santé et sa vie personnelle. L'objectif est aussi de mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez soi.
- **La mobilité :** sortir de chez soi est parfois compliqué. Des solutions mises en place par la ville, le département ou des associations existent. N'hésitez pas à les solliciter.

À la Macif, la plupart des sociétaires et adhérents bénéficient au titre des garanties d'assistance des prestations de soutien psychologique pour les aidants[1].

(1) Source : www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr

LES MESURES DE PROTECTION

La Curatelle est une mesure d'assistance qui s'applique à une personne majeure nécessitant une assistance ou un contrôle dans certains actes de la vie courante, en raison d'une altération de ses facultés corporelles ou mentales. Cette mesure permet à la personne d'être accompagnée sans la priver totalement de ses droits. La personne placée en curatelle garde son autonomie dans les actes simples de la vie mais doit être assistée pour les actes importants. (Exemple : vente d'un bien).

La Tutelle est une mesure de représentation judiciaire permettant la protection d'une personne majeur ainsi que tout ou une partie de son patrimoine si son état ne lui permet de veiller sur ses propres intérêts, par perte d'autonomie. Elle concerne les personnes qui ont perdu leur autonomie et qui ont besoin d'être représentées dans les actes de la vie civile. Contrairement à la curatelle, la personne ne peut pas réaliser les actes de la vie courante. Avant la tutelle, il y a plusieurs mesures de protection adaptées possibles. La tutelle apparaît en dernier recours en cas de stricte nécessité.

Qui peut demander ces mesures de protection ?

- Majeur lui-même ou personne à protéger.
- Personne avec qui le majeur ou la personne à protéger vit en couple.
- Parent ou allié.
- Personne qui entretient, avec le majeur, des liens étroits et stables.
- Personne qui exerce déjà une autre mesure de protection juridique (curateur ou mandataire).

En plus des personnes citées ci-dessus, il y a d'autres personnes habilitées à demander ces mesures.

Pour la curatelle il s'agit :
- du Procureur de la République, de sa propre initiative,
- d'un tiers (médecin, directeur d'établissement de santé...).

Pour la Tutelle il s'agit :
- d'une Personne responsable de l'habilitation familiale,
- du Procureur de la République,
- personne ou service appartenant à un établissement de santé ou un établissement social ou médico-social où la personne à protéger est hébergée ou soignée.

Pour plus d'informations vous pouvez joindre Allô Service Public au 3939 qui délivre des informations sur vos droits, vos obligations et les démarches à accomplir.

Qui peut être nommé ?

- Époux ou époux.
- Partenaire de Pacs.
- Concubin ou concubine.
- Parent.
- Allié (par exemple, beau-frère ou belle-mère).
- Personne résidant avec le majeur à protéger ou entretenant avec lui des liens étroits et stables (par exemple, un ami proche).
- Mandataire judiciaire à la protection des majeurs.

LE RÉPIT DE L'AIDANT

LE DROIT AU RÉPIT POUR LES PROCHES AIDANTS DE PERSONNES ÂGÉES DÉPENDANTES

La loi d'adaptation de la société au vieillissement du 28 décembre 2015 a créé un droit au répit. Ce droit au répit permet aux proches aidants des personnes âgées en perte d'autonomie de se reposer ou de libérer du temps.

Quelle aide financière ?

Le droit au répit peut être activé quand le plafond du plan d'aide APA de la personne aidée est atteint. Ces plafonds sont déterminés selon le GIR correspondant au niveau de perte d'autonomie d'une personne âgée. Le droit au répit peut alors financer dans la limite de 500 € par an :

- l'accueil de la personne aidée dans un accueil de jour ou de nuit,
- un hébergement temporaire en établissement ou en accueil familial,
- un renforcement des aides à domicile.

LES PLATEFORMES D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT

Les plateformes d'accompagnement et de répit apportent un soutien aux proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie. Il est possible de les contacter directement pour obtenir des conseils et du soutien.

Une offre de services diversifiée

Chaque plateforme d'accompagnement et de répit propose une offre de services aux proches aidants qui lui est propre.

Concrètement, les plateformes d'accompagnement et de répit peuvent organiser :

- **des sessions de formation à destination des proches aidants :** "comment se préserver, faire attention à sa santé ?", "quelles aides mobiliser… ?",
- **des temps de répit** sous la forme d'interventions d'aide à domicile sur une demi-journée ou plus pour permettre au proche de s'absenter,
- **la recherche d'une structure médico-sociale,** par exemple : un hébergement temporaire, un accueil de jour, en fonction des besoins de l'aidant et de la personne qu'il accompagne,
- **des sorties culturelles ou conviviales** qui permettent à la personne âgée et à son proche de partager un bon moment ensemble et de rencontrer du monde,
- **des groupes d'échanges entre aidants.**

Pour connaître l'adresse de la plateforme d'accompagnement et de répit la plus proche de votre domicile, rendez-vous sur : ***www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-points-dinformation-et-plateformes-de-repit***

Quel coût ?

L'accès aux conseils et à l'information dispensé par les professionnels de la plateforme est **gratuit.**

Une contribution peut être demandée pour certaines prestations. Par exemple, il est possible que la plateforme d'accompagnement demande une participation quand elle organise l'intervention d'une aide à domicile pour permettre à l'aidant de se libérer.

L'ACCUEIL DE JOUR



Les personnes âgées qui vivent chez elles peuvent être accueillies une à plusieurs journées par semaine dans une structure proposant un accueil de jour. Fréquenter un accueil de jour leur permet également de préserver leur autonomie grâce aux activités adaptées proposées.

Ces temps passés hors du domicile contribuent aussi à rompre leur isolement, à garder une vie sociale et permettent aux proches aidants de libérer du temps pour leurs propres occupations.

L'accueil de jour s'adresse :

- principalement aux personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées et, pour certains accueils de jour, aux personnes atteintes d'autres maladies neuro-dégénératives comme la maladie de Parkinson par exemple,
- aux personnes âgées en perte d'autonomie physique.

L'HÉBERGEMENT TEMPORAIRE EN ÉTABLISSEMENT



Pour les personnes âgées

La plupart des EHPAD proposent, en plus d'un hébergement permanent, des places spécialement dédiées à l'hébergement temporaire.

Elles sont occupées par des personnes âgées de passage pour quelques semaines ou quelques mois. Ces résidents temporaires partagent la vie quotidienne des résidents permanents de l'établissement et sont accueillis dans les mêmes conditions.

Il existe des EHPAD exclusivement dédiés à l'hébergement temporaire : tout leur accompagnement est tourné vers le retour à domicile. Ce type d'établissement est assez rare.

Les résidences autonomie (ex logement-foyer) ou résidences services : ce sont des structures non médicalisées qui proposent, en plus de leurs places d'hébergement permanent, quelques places dédiées à des séjours temporaires.

Pour les personnes en situation de handicap

Un accueil peut être proposé dans un établissement médico-social de type :

- institut médico éducatif (IME),
- foyer d'hébergement,
- structure sanitaire (hôpital, etc.).

L'accueil temporaire est organisé pour une durée limitée au maximum à 90 jours par an, à temps complet ou partiel. Il peut être organisé en mode séquentiel, c'est-à-dire par périodes programmées sur l'année.

L'ACCUEIL FAMILIAL TEMPORAIRE



L'accueil familial est une solution d'hébergement pour les personnes qui ne peuvent ou ne veulent plus vivre chez elles, momentanément ou définitivement. L'accueil familial constitue une alternative à l'hébergement en établissement.

L'accueil familial est proposé par **des accueillants familiaux agréés par le Conseil départemental.** L'accueillant familial peut être une personne seule ou un couple.

Les accueillants familiaux reçoivent des personnes âgées ou des personnes handicapées chez eux et **leur font partager leur vie de famille,** moyennant rémunération. Ils proposent aux personnes accueillies un accompagnement ponctuel ou au long cours dans un cadre familial qui leur permet de bénéficier d'une présence aidante et stimulante et d'un accompagnement personnalisé.

Les accueillants familiaux peuvent accueillir des personnes seules ou en couple.

LE RELAYAGE OU RÉPIT À DOMICILE



Le relayage (ou baluchonnage) est un dispositif qui permet à l'aidant de prendre quelques jours de vacances pendant que son proche reste à son domicile. Il ne remplace pas les services déjà mis en place au domicile.

Une présence est ainsi assurée au domicile de la personne âgée ou handicapée jour et nuit, 24 heures sur 24, pendant plusieurs jours. L'avantage de ce type de solution de répit est de ne pas perturber les habitudes du proche dépendant.

Une ou des visites sont organisées en présence de l'aidant en amont de la période de relayage afin de prendre connaissance des lieux et du rythme du proche aidé.

Ce type de dispositif fonctionne aujourd'hui principalement sous forme mandataire (particulier employeur). Il tend à se développer sous forme prestataire (via un service d'aide à domicile), mais cela reste encore assez rare.

Renseignez-vous auprès du CLIC ou du CCAS.

LES SÉJOURS VACANCES



Certaines structures proposent des séjours pour les personnes dépendantes et leurs aidants. Aidants et personnes accompagnées sont accueillis ensemble, avec une continuité des soins assurée par l'établissement.

Des activités sont proposées à tous, mais avec une possibilité de prise en charge du proche dépendant lorsque l'aidant souhaite souffler. Ces séjours se démocratisent, et de nombreuses initiatives associatives, municipales ou privées, se mettent en place tout au long de l'année.

Renseignez-vous auprès de la plateforme de répit.

LES UNITÉS DE SOINS PALLIATIFS

Les unités de soins palliatifs peuvent accueillir, pour un temps déterminé, les patients atteints d'une maladie grave évolutive ou nécessitant un temps d'accompagnement important et proposer ainsi un répit et un soutien aux familles.

L'Assurance Maladie prend en charge le séjour en dehors du forfait hospitalier.

L'admission dans ces unités est prescrite par un médecin. Mais les places étant limitées, c'est le médecin responsable de l'unité des soins palliatifs qui priorise les demandes.



Pour en savoir plus sur les offres de répit :

- **Pour les personnes âgées :** ***https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie/a-qui-s-adresser/les-plateformes-d-accompagnement-et-de-repit***
- **Pour les personnes en situation de handicap :** ***https://handicap.gouv.fr/besoin-de-repit-17-fiches-repere-pour-les-aidants***

LES DISPOSITIFS DÉDIÉS AUX JEUNES AIDANTS

Qui sont les jeunes aidants ?

"On considère qu'un Jeune Adulte Aidant est une personne âgée entre 18 et 25 ans qui apporte des soins, une aide ou un soutien à un membre de sa famille (parent, frère/sœur, grand-parent...) ou un autre proche (ami, petit-ami) sans être rémunéré. Ce proche a besoin d'aide car il a une maladie chronique physique (cancer, maladie cardiaque, etc.), un problème de santé mentale (dépression, schizophrénie, addiction, etc.), est en situation de handicap ou de perte d'autonomie. En France, environ 1 étudiant sur 6 serait jeune adulte aidant !"

Définition de l'étude Campus-Care lancée en 2020 à travers le programme de recherche JAID, Laboratoire de Psychopathologie et Processus de Santé, Université Paris Cité.

En France il y aurait entre 700 000 et 1 000 000 de jeunes de 16 à 25 ans qui sont co-aidants ou aidants de proches vulnérables. Ceux-ci sont en lien avec les professionnels de santé, la famille et gèrent seuls le quotidien et la prise de décisions difficiles. Et pourtant, malgré les chiffres, ces jeunes aidants sont encore peu connus et invisibilisés. Certains d'entre eux n'ont pas conscience qu'ils sont aidants, considérant leur aide comme légitime et normale. Les jeunes aidants peuvent avoir des tâches lourdes à porter ce qui peut avoir un impact sur leur santé physique et mentale. Ce statut engendre de l'épuisement, un isolement des difficultés de concentration, des absences des retards et peut nuire à leur réussite scolaire pour ceux qui sont étudiants. Mais à contrario, cela leur permet de développer également des capacités d'adaptations, leur sens des responsabilités et développe leur maturité.

(Source étude CREDOC/Macif : l'Aidance des jeunes de 16 à 25 ans, Paris, 2023)

Les jeunes aidants étudiants

Il est essentiel de pouvoir accompagner ces jeunes aidants. 15,9 % des étudiants sont des aidants. Ainsi les établissements d'enseignement supérieur ont mis en place plusieurs solutions :

- aménagement d'études comprenant l'organisation de l'emploi du temps, dispense d'assiduité aux cours, mise à disposition de cours en ligne,
- les étudiants aidants peuvent aussi bénéficier de points supplémentaires pour favoriser leur accès aux bourses sur critères sociaux, sous certaines conditions,
- les formations dédiées aux aidants : en ligne ou présentiel pour se préserver et mieux accompagner leur proche,
- aide au répit (même que pour les personnes âgées),
- les campus connectés : possibilité de se rendre dans un tiers-lieu équipé proche de votre domicile pour suivre une formation diplômante sans vous éloigner du proche aidé.

Pour plus d'informations consulter la brochure dédiée aux étudiants aidants sur le site du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.

Les principaux interlocuteurs

Certaines associations sont spécialisées dans la thématique des jeunes aidants et peuvent apporter des informations ainsi que du soutien via leurs dispositifs.

- **L'association JADE (Jeunes AiDants Ensemble) : *https://jeunes-aidants.com/*** propose une permanence téléphonique au **07 67 29 67 39** de 8h30 à 18h30.

- **L'association La Pause Brindille : *https://lapausebrindille.org/*** a une ligne d'écoute appelé Brind'Écoute au **06 03 42 22 04** et dispose d'un chat en ligne sécurisé disponible 3 fois par semaine.

- **Fil santé jeune** c'est un service de renseignements à destination des jeunes de 12-25 ans : ***https://www.filsantejeunes.com/*** dispose d'une ligne d'écoute téléphonique ouverte du lundi au dimanche de 9h à 23h et un chat est ouvert tous les jours de 9h à 22h.

- **Nightline** est une association engagée pour la santé mentale des jeunes et des étudiants. Sa mission est d'offrir des ressources disponibles conçues par les jeunes et pour les jeunes, avec l'appui de professionnels.
  Leur service d'écoute nocturne est confidentiel, gratuit et anonyme, ouvert de 21h à 2h30. Les écoutants sont présents dans toute la France. Pour trouver le numéro de la Nightline de votre secteur, consultez le site ***https://www.nightline.fr/***

VOUS ÊTES SOCIÉTAIRE ET / OU ADHÉRENT MACIF ? DES DISPOSITIFS SPÉCIFIQUES EXISTENT DANS VOS CONTRATS

Vous assistez une personne en situation de vieillissement ? Vous accompagnez un proche en situation de handicap ou atteint d'une maladie ?

Vous êtes un aidant. Quand un proche rencontre une fragilité, une perte d'autonomie, on n'a souvent qu'une idée fixe : l'aider à tout prix. Or, il est nécessaire de trouver le bon équilibre : tant pour vous que pour la personne que vous aidez. C'est pourquoi la Macif vous accompagne pour mieux gérer votre quotidien pour qu'aidant ne soit plus synonyme de parcours de combattant.

MES GARANTIES MACIF

La Macif vous propose un accompagnement **personnalisé** dans ce moment délicat pour vous aider à prendre soin au quotidien de votre proche dépendant. Avec les garanties d'**aide aux aidants** incluses dans plusieurs de nos contrats, une équipe de professionnels est à votre écoute, en toute confidentialité, et répondra à vos besoins.

AIDE ADMINISTRATIVE	Bilan de l'aidant (statut, reconnaissance, législation), aides aux démarches administratives, déplacement d'une personne à domicile.
AMÉNAGEMENT ET SÉCURITÉ DU DOMICILE	Ergothérapeute, suivi des travaux, téléassistance.
AIDE AU DÉMÉNAGEMENT	Nettoyage du logement quitté et mise en relation avec des professionnels du déménagement.
RELAIS EN CAS D'HOSPITALISATION	Prise en charge de la venue d'un proche, mise en place d'une garde de jour.
ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE	1 à 5 entretiens téléphoniques et, si nécessaire, jusqu'à 3 entretiens en face à face.
SOLUTION DE RÉPIT	Mise en relation avec un réseau de services de proximité (aide à domicile, auxiliaire de vie, portage de repas).

Pour en savoir plus : ***https://www.macif.fr/assurance/particuliers/les-moments-cles/jaccompagne-une-personne-dependante***

JE CHERCHE DES INFORMATIONS JURIDIQUES

Beaucoup de questions juridiques se posent pour les aidants familiaux : la rémunération, l'allocation, la retraite des aidants, le statut, la reconnaissance, la législation, le congé de proche aidant, le droit au répit, l'épuisement, la cotisation retraite, les spécificités pour les maladies telles que Alzheimer, etc.

La Macif vous accompagne et vous propose un **accès gratuit** – en tant que sociétaire Macif et adhérent à un contrat individuel santé ou prévoyance Apivia Macif Mutuelle [1] – à une plateforme digitale d'informations juridiques **MACIF Juris** où vous pourrez trouver des réponses aux principales questions juridiques que vous pouvez vous poser en tant qu'aidant.

JE SOUHAITE DES SOLUTIONS FINANCIÈRES ADAPTÉES

Épargner régulièrement pour préparer l'avenir

En situation de dépendance, les frais peuvent vite devenir importants et les aides publiques ne compensent malheureusement pas la totalité des coûts. Pour assumer cette charge financière, il est important de se constituer un capital pour y faire face, en économisant régulièrement.

Bien rédiger sa clause bénéficiaire pour assurer l'avenir de ses proches en cas de décès

Avec l'épargne assurance-vie, vous désignez les bénéficiaires de votre choix qui percevront un capital dans un cadre fiscal avantageux [2].

Votre clause bénéficiaire est modifiable à tout moment. Pensez à l'adapter à votre situation et profitez ainsi de tous les avantages de l'assurance-vie.

Bénéficier du dispositif Épargne Handicap [3]

Vous ou votre enfant êtes en situation de handicap ?

Sachez qu'il existe un dispositif fiscal spécifique permettant de bénéficier d'une réduction d'impôt [2] pour les versements effectués sur un contrat d'assurance-vie ouvert au nom d'une personne en situation de handicap.

(1) L'accès à cette plateforme est réservé :
– aux sociétaires, particuliers personnes physiques, détenteurs d'un contrat d'assurance IARD (Incendie Accident Risques Divers, tels que par exemple les contrats Auto et Habitation) souscrit auprès de la MACIF, société d'assurance mutuelle, et à ce titre disposant d'un numéro de sociétaire MACIF ;
– aux adhérents, personnes physiques ayant souscrit à titre individuel un contrat de prévoyance ou de complémentaire santé assuré par Apivia Macif Mutuelle.
(2) Dans les conditions et limites de la réglementation fiscale en vigueur.
(3) Seuls les contrats Multi Vie et Jeewan Patrimoine bénéficient des avantages du dispositif Épargne Handicap. Ce dispositif est accordé dans les conditions et limites de la réglementation et selon la fiscalité en vigueur.

JE FAIS FACE À UN COUP DUR

La vie réserve parfois son lot d'épreuves. Vous êtes aidant et vous ressentez une difficulté, un besoin d'être accompagné ? En tant que sociétaire vous bénéficiez, sans frais complémentaire, du service **Macif Solidarité Coups Durs**.

Profitez d'un accompagnement personnalisé et de solutions concrètes pour améliorer votre quotidien, si vous êtes par exemple concerné par l'une de ces situations :

- Déséquilibre budgétaire.
- Perte d'autonomie d'un proche.
- Maladie et hospitalisation.
- Décès d'un proche.
- Perte d'emploi, Transition professionnelle.
- Violence intra familiale.
- Précarité étudiante.
- etc.

Contactez le service par téléphone au **09 69 32 84 19** (appel non surtaxé), du lundi au vendredi de 9h à 18h et le samedi de 9h à 12h, ou consulter la plateforme en ligne.

Toutes les informations sur ***www.macif.fr***

JE CHERCHE DES CONSEILS ET INFORMATIONS APPROFONDIS

Des ateliers et rencontres près de chez vous

La Macif vous propose près de chez vous des rencontres dédiées : ateliers de sensibilisation avec des professionnels, rencontres avec les acteurs locaux, ciné-débats, cafés mutualistes, conférences et forums dédiés aux aidants. Plus de 2 000 actions mutualistes sont réalisées chaque année sur tout le territoire.

NOTES

NOTES

NOTES

Les garanties et services sont accordés dans les conditions et les limites prévues au contrat souscrit.

Les contrats Garantie Autonomie et Dépendance, Garantie Santé, Garantie Hospitalisation, Garantie Santé Entreprises et Garantie Santé des Indépendants distribués par la Macif sont assurés par **Apivia Macif Mutuelle** - Mutuelle régie par le Livre II du Code de la mutualité et adhérente à la Mutualité Française. SIREN : 779 558 501. Siège social : 17-21 place Étienne Pernet - 75015 Paris cedex 15.

Les **garanties d'assistance** sont assurées par **IMA ASSURANCES :** société anonyme au capital de 157 000 000 € entièrement libéré. Entreprise régie par le Code des assurances. RCS NIORT 481 511 632. Siège social : 118 avenue de Paris - CS 40000 - 79033 Niort cedex 9.

Le contrat Garantie Accident est assuré par **Macif,** société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le code des Assurances. Siège social : 1 rue Jacques Vandier - 79000 Niort.

MACIF - MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE. Société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le Code des assurances. Siège social : 1 rue Jacques Vandier - 79000 Niort.

Guide de l'aidant - 09/25 - Document non contractuel. Imprimé avec des encres à base végétale par une entreprise Imprim'vert. Crédit photos : Shuttterstock - Mathilde Parquet / Pic and Pick.