

Contacts et numéros utiles

Les sites internet



service-
public.fr



Le portail
d'information
de la CNSA



Mon
Parcours
handicap



Ma
boussole
aidants

Des numéros dédiés aux aidants

- **3646** : Service social de l'Assurance Maladie
- **01 84 72 94 72** : « Avec Nos proches »
- **07 67 29 67 39** : « Association Nationale Jeunes Aidants Ensemble »

Particulièrement dans le champ du handicap :

- **0800 360 360** : numéro d'appel national des communautés 360
- **09 83 21 34 21** : « Espace Singulier » pour les aidants, les malades et les personnes en situation de handicap

Les contacts locaux

- **CLIC** : les Centres Locaux d'Information et de Coordination destinés aux personnes âgées et à leurs proches aidants.
- **CCAS** : les Centres Communaux d'Action Sociale renseignent sur les aides, sur les démarches administratives et orientent vers les services spécialisés. Pour connaître votre CCAS, contactez votre mairie.
- **MDPH** : les Maisons Départementales des Personnes Handicapées.



Votre prestataire
de santé
à domicile

© D Medica. Document et photos non contractuels. Crédits photo : Canva. Édition 01/2025. Ne pas jeter sur la voie publique. Informations sous réserve d'erreurs typographiques.

Aidants à domicile

Soutien et solutions



www.dmedica.com

Aidants familiaux : Quelles options pour accompagner un proche âgé ?

Devenir salarié de son proche âgé

Vous pouvez être rémunéré en tant qu'aidant, tout en maintenant ou non une autre activité professionnelle.

✓ Les avantages

- Valorisation financière de votre engagement.
- Protection sociale : cotisations retraite et couverture santé.
- Organisation facilitée : horaires réguliers, stabilité.
- Lien de confiance renforcé avec votre proche aidé.

🔍 Les points de vigilance

- Fatigue et isolement : sans cadre clair, le risque d'épuisement est réel.
- Tensions familiales : équilibre parfois fragilisé, sentiment de désengagement des autres proches.
- Réalité des soins : certains gestes (toilette, changes) peuvent être difficiles à vivre entre membres d'une même famille.

Le congé de proche aidant

Un dispositif pour suspendre temporairement votre travail afin de vous consacrer à votre proche.

📄 Conditions

- Le proche aidé doit résider en France.
- Durée : définie par convention collective ou accord d'entreprise. À défaut, 3 mois renouvelables, dans la limite de 1 an sur toute la carrière.



Quelles aides financières disponibles ?

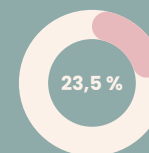
Aides	Rôle et Conditions
APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie)	Sert à financer les dépenses nécessaires pour permettre de rester à domicile. Les conditions : • Être âgé d'au moins 60 ans. • Être dans une situation de perte d'autonomie (GIR1, 2, 3 ou 4 selon la grille Aggir). • Résider en France.
ASPA (Allocation de Solidarités aux Personnes Âgées)	L'Aspa est une prestation mensuelle accordée aux retraités ayant de faibles ressources (revenus et patrimoine) et vivant en France. Elle est versée par la caisse de retraite (Carsat, MSA ...).
L'allocation simple	Aide versée par l'État sous certaines conditions. Les règles sont différentes selon que la personne vit en couple ou seule.
MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées)	Guichet unique pour toutes les démarches liées aux diverses situations de handicap. • Prestation de Compensation du Handicap (PCH) : aide personnalisée permettant la prise en charge de dépenses liées au handicap (aide humaine, matérielle, animale...). Sous conditions, avant 60 ans. • Allocation Adulte Handicapé (AAH) : assure un revenu minimum. Distribuée sous réserve de plusieurs critères. • Carte Mobilité Inclusion (CMI)

Le saviez-vous ?



+ de 9 millions⁽¹⁾

de personnes déclarent apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie en 2021.



des personnes âgées entre 60 et 65 ans déclarent apporter une aide, quelle qu'en soit la forme.⁽²⁾

32 %

des personnes ignorent qu'elles sont aidantes.⁽³⁾

Sources :

(1) (2) <https://solidarites.gouv.fr/agir-pour-les-aidants>

(3) <https://www.silvereco.fr/un-tiers-des-aidants-na-pas-conscience-de-son-role-le-collectif-je-taide-publie-son-barometre-des-aidants/>

L'aide au répit

Lors d'une première demande d'APA, d'une révision ou d'un renouvellement de plan d'aide APA, l'équipe médico-sociale réalise une évaluation à domicile.

Elle prend en compte les besoins de la personne et des proches aidants, notamment en terme de répit. L'aide au répit doit être inscrite dans le plan APA.

Une majoration de l'APA est possible (sous conditions) pour financer une solution de répit.

