

Guide de l'aidant



Édition 2019

Assurances
Banque
Santé
Essentiel pour moi



Édito du Président



Depuis de nombreuses années maintenant, élus et salariés du groupe Macif vont à la rencontre des aidants sur tout le territoire.

De plus en plus nombreux, les aidants sont aujourd'hui 11 millions⁽¹⁾. Certains aident un parent âgé devenu dépendant, d'autres un conjoint atteint d'une maladie grave ou encore un enfant en situation de handicap. Ils sont lycéens, actifs, retraités, jeunes, vieux ... Ce sont des hommes et des femmes (presque) comme les autres qui, au-delà de leur diversité, se retrouvent confrontés à une situation à laquelle ils n'étaient pas préparés. Dans les échanges que nous avons avec eux lors de nos cafés mutualistes et de nos actions de proximité, certaines questions reviennent très souvent :

Où s'informer ? Quelles sont les aides financières pour faire face aux nouveaux besoins qui apparaissent ? Comment rendre la vie à domicile plus facile pour les personnes qui ont besoin d'aide au quotidien ? Comment faire pour « souffler un peu » quand on est aidant et que l'épuisement guette ?

Le groupe Macif se doit, dans cette situation aussi, d'être à vos côtés. C'est pour répondre concrètement à ces questions que nous avons réalisé ce guide. En quelques pages, nous avons rassemblé les principales informations clés afin de vous accompagner dans votre parcours d'aidant.



Pascal Michard, Président du groupe Macif.

(1) Source : Chiffres-Clés du Baromètre des aidants 2018 BVA- Fondation APRIL 2018 publié le 27 septembre 2018

Sommaire

- Où s'informer p.4
 - Les principales aides financières p.10
 - Être aidé à domicile p.15
 - Être accompagné en tant qu'aidant p.20
 - La Macif s'engage aux côtés des aidants p.26
-

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.



**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**

Où s'informer ?

► Après 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 1500 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 de la PCH (Prestation de compensation de handicap).

Le Conseil départemental est également en charge 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**](http://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).

Bon à savoir

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 ailleurs, **le contrat « Garantie Autonomie et Dépendance » et les contrats « Garantie 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⁾ :

- Début de la situation d'aidant : bilan des besoins de l'aidé et des solutions administratives, financières à prévoir.
- Début ou aggravation de l'état de santé de l'aidé : 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.
- Fatigue 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

Habituellement, 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)

Les points d'information locaux dédiés aux personnes âgées ont différentes dénominations en fonction des départements (Point information Seniors, Points Emeraude, Espaces Séniors...). Le nom le plus courant est le CLIC.

Pour connaître l'adresse du CLIC le plus proche, rendez-vous sur : www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/ rubrique **annuaire**.

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 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.



La Maison des aînés et des aidants

Que fait la Maison des Aînés et des Aidants ?

À Paris, les Maisons des aînés 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) qui coordonne les différents intervenants médicaux.

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

- La Maison des aînés 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), une) 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 (groupe de parole, suivi individuel) et des actions de prévention et de formation.



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.



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'Etat a 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 : <https://handicap.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

Des sites associatifs peuvent également être utiles pour être accompagné au quotidien :

- Le Collectif Je t'Aide : www.associationjetaide.org/
- 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...

Plus d'informations sur le site www.aveclesaidants.fr

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 à 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.

Si les conditions d'âge, de résidence et de perte d'autonomie sont remplies, le bénéfice de l'APA est envisageable quels que soient les revenus. Il n'y a pas de condition. En revanche au delà d'un certain niveau de revenus, une participation progressive sera demandée.

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 plusieurs fois par jour d'aides pour les soins corporels.
- **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...),
- **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.

Bon à savoir

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 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.



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 vivant en maison de retraite peuvent également bénéficier sous condition du régime de l'ASH.

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 âgée. 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 âgée.



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 : bénéficiaire 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 familial 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'ANAH - Agence nationale de l'habitat. Elle aide notamment les personnes âgées propriétaires à réaliser des travaux d'adaptation nécessaires,
- les caisses de retraite. Elles peuvent apporter 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 de 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).



À la Macif, les contrats Garantie Autonomie et Dépendance et Garantie Santé prennent notamment en charge l'évaluation des aménagements du domicile à prévoir avec une mise en relation avec des prestataires agréés et la mise en place d'un service de téléassistance⁽¹⁾.

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

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 événements.
- **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, les **contrats Garantie Autonomie et Dépendance et Garantie Santé** prévoient au titre des garanties d'assistance des prestations de soutien psychologique pour les aidants⁽¹⁾. Par ailleurs, le site www.aveclesaidants.fr propose des conseils et des informations à destination des aidants.

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

► 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/ rubrique annuaire.

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.

La Macif s'engage aux côtés des aidants

► Un engagement et des actions concrètes pour aller plus loin

Dès 2002, la Macif prend conscience des enjeux liés à la perte d'autonomie et à l'aide aux aidants. L'importance du maintien à domicile pour les personnes en situation dépendance est avérée, c'est pourquoi la Macif s'intéresse à son incidence sur l'entourage de la personne aidée. C'est alors qu'elle décide de la création d'un programme d'accompagnement des aidants avec :

- **En 2007**, l'ouverture d'un site internet d'informations et de conseils destiné au grand public : www.aveclesaidants.fr.
- **En 2009**, la mise en place du Programme Aidants&Aidés et ses **22 ateliers citoyens** dans toute la France pour appréhender les besoins des aidants.
- **En 2010**, les **états Généraux des Aidants** organisés par la Macif le 23 Novembre.

Des propositions pour mieux soutenir les aidants ont été portées et remises aux pouvoirs publics via le **Manifeste SOS Aidants : 15 propositions pour agir⁽¹⁾**.

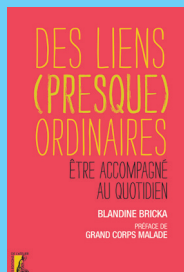
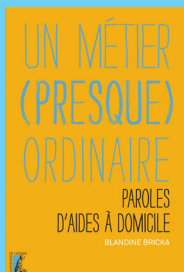
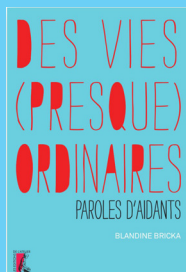
► Des actions spécifiques menées par la Macif chaque année pour soutenir les aidants et sensibiliser le grand public à cette thématique

Depuis, l'engagement de la Macif se traduit par un travail de terrain au plus près des aidants :

- en se mobilisant pour la **Journée Nationale des Aidants** (chaque année le 6 octobre),
- en accompagnant l'association Handéo dans sa démarche de certification des services d'aide et d'accompagnement au domicile,
- en animant tout au long de l'année des cafés mutualistes à destination de ses sociétaires, des ateliers de sensibilisation sur différentes thématiques,
- en organisant des forums, des tables rondes ou des ciné-débats.

(1) Pour télécharger le Manifeste S.O.S. Aidants : <http://www.aveclesaidants.fr/wp-content/uploads/2011/03/Le-Manifeste-SOS-Aidants-1-1.pdf>

Tome 1 : Des vies (presque) ordinaires, Paroles d'aidants
 Tome 2 : Un métier (presque) ordinaire, Paroles d'aides à domicile
 Tome 3 : Des liens (presque) ordinaires, Être accompagné au quotidien



► 2019 : La Macif soutient un court métrage sur les aidants : Vis ta vie

Le synopsis :

Depuis maintenant deux ans, Marc accompagne sa femme dans sa maladie. Des signes graves et alarmants ont conduit à l'hospitalisation de cette dernière. Marc de plus en plus seul, va se remémorer ses années d'aidant afin de faire face à des choix difficiles. Comment doit-il agir ? Comment doit-il réfléchir ? À qui doit-il penser ? Marc va faire face à la dure réalité du rôle de l'aidant...

Réalisé par Nicolas Royer et produit par NC Films, Vis ta vie sortira officiellement le 19 septembre 2019. Pour plus d'informations sur les dates de diffusion : <https://www.instagram.com/prodncfilms/>



Retrouvez également le guide « **Être aidant et travailler** » édité par la Macif en 2017, pour tout savoir sur les aides et les dispositifs légaux existants à disposition des aidants en emploi. Vous pouvez retrouver ce guide en ligne sur le site www.aveclesaidants.fr

Assurances
Banque
Santé
Essentiel pour moi



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

Les **contrats Garantie Autonomie et Dépendance** et **Garantie Santé** distribués par la **Macif** sont assurés par des mutuelles régies par le Livre II du Code de la mutualité et adhérentes à la Mutualité Française.



Les **garanties d'assistance** sont assurées par **IMA ASSURANCES** : société anonyme au capital de 7 000 000 € entièrement libéré. Entreprise régie par le Code des assurances. RCS NIORT 481 511 632. Siège social : 118, avenue de Paris - 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 : 2 et 4, rue de Pied de Fond - 79000 Niort - Intermédiaire en opérations de banque et en services de paiement pour le compte exclusif de Socram Banque. N° Orias 13005670 (www.orias.fr).