

8 à 11 millions de personnes accompagnent un proche fragilisé par l'âge, la maladie ou le handicap.

Être aidant constitue un véritable rôle, malheureusement encore méconnu, y compris par les premiers concernés. Car, avant d'être proche aidant, la personne se voit comme un parent, un conjoint, un frère ou une sœur, voire simplement un ami.

Le rôle du proche aidant est irremplaçable, souvent le premier soutien de proximité du patient, œuvrant patiemment au maintien de sa santé ou de sa qualité de vie, facilitant dès que possible son quotidien. Le proche aidant est celui sur lequel la personne en demande peut toujours compter, au risque parfois d'une détérioration de sa santé, ou de s'oublier lui-même. Cette situation ne va pas toujours de soi. C'est pourquoi il est important de mieux la comprendre, de connaître l'ensemble des dispositifs d'aide et de soutien qui contribuent à un accompagnement durable et de qualité.

L'ambition de cette fiche est d'aborder les questions essentielles que peut se poser tout proche aidant d'une personne vivant avec une maladie respiratoire chronique.

## Impact sur la vie personnelle et professionnelle de l'aidant

➤ Le plus souvent, l'aidant est au chevet de son proche **en parallèle à sa vie personnelle et professionnelle** qui peuvent, de ce fait, être affectées par les besoins de l'aidé.

➤ Que la personne réalise son travail d'aidant à plein temps ou en complément de celui d'un professionnel d'aide à domicile (auxiliaire de vie, aide à domicile, aide-soignante, infirmière, travailleur social, etc.), **sa responsabilité est souvent permanente et se décline en une multiplicité de tâches** : ménagères, administratives, soutien psychique et physique, soins, etc.

➤ L'aidant peut également **ressentir une peur permanente** liée à l'imprévu, à la crainte d'un accident ou d'une aggravation soudaine de la maladie, mais aussi à l'incertitude sur l'évolution de l'état de santé de l'aidé. Ces

peurs peuvent générer une inquiétude constante, des soucis pour l'avenir, de la culpabilité et du stress. On parle de charge mentale.

➤ L'aidant peut aussi avoir le sentiment d'un **bouleversement des rôles**, qui est parfois caractérisé par un glissement vers un rôle de soignant ou vers un rôle maternant.

➤ **Le rôle d'aidant est un engagement personnel**, plus ou moins épuisant, qui nécessite parfois des compromis dont l'intéressé n'a pas toujours les clés.



image : freepik.com

## II. Prendre soin de soi pour continuer à aider dans la durée

Le rôle d'aidant implique une attention particulière concernant sa santé, sa vie sociale et professionnelle. L'aidant dispose de moins de temps pour lui, avec de rares moments de répit, de loisirs... Cela peut entraîner des effets néfastes sur sa santé : douleur, fatigue, anxiété, insomnie, dépression, épuisement mental, etc.

➤ Dans certains cas, l'aidant peut vivre **un repli sur lui-même**, un sentiment d'isolement, et parfois du désintérêt pour les activités ludiques et le travail.

➤ Si l'aidant parvient jusqu'à cette situation, témoin d'une rupture d'équilibre, **rechercher des solutions pour continuer à aider** ou pour se faire aider est primordial.

➤ **Rester vigilant quant à sa santé est essentiel** en ayant, par exemple, une activité physique et des loisirs. Prendre soin de soi nécessite souvent d'accepter ses limites, de redonner du sens à l'aide apportée. Certains aidants souhaiteront échanger avec des pairs, d'autres préféreront des solutions de répit qui leur permettent de se changer les idées, de s'extraire de leur quotidien.

➤ **Néanmoins, ces solutions nécessitent de l'aidant qu'il connaisse ses droits.** Cette connaissance permet d'accéder aux aides spécifiques que peuvent apporter les acteurs concernés par les aidants. Ces aides recouvrent aussi bien la vie personnelle que professionnelle : bilan de santé « aidant » gratuit, activités sportives adaptées, aides juridiques, formations, prise en compte du statut par le médecin du travail, bénéfice de congés « aidant », etc.



image : freepik.com

## III. Comment savoir si l'on est un proche aidant ?

Un individu est un aidant <sup>1</sup> quand il accompagne au quotidien ou ponctuellement un proche en perte d'autonomie ou en état de forte dépendance, à titre non professionnel, dans les actes de la vie courante.

### ➤ Qui est aidant familial ?

Un aidant familial <sup>2</sup> peut être le conjoint, le concubin, le partenaire pacsé, l'ascendant (parent, grands-parents...), le descendant (enfants, petits-enfants...), le collatéral jusqu'au 4<sup>ème</sup> degré (frère, sœur, neveu...) ou toute personne qui entretient des liens étroits et stables avec la personne aidée.

<sup>1</sup>. Pour en savoir plus : [Article L113-1-3 du CASF](#)

<sup>2</sup>. Pour en savoir plus : [Article R245-7 du CASF](#)

## › Quels sont les actes pris en compte pour considérer que l'individu est un aidant ?

Tous les actes ou activités de la vie quotidienne <sup>3</sup> que la personne aidante prend en charge : aides ménagères, courses, démarches administratives, coordination, soins d'hygiène, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, soutien psychologique, vigilance, etc.

## › Est-il possible d'effectuer son activité d'aidant familial à son domicile ?

**Oui.** L'activité d'aidant familial peut se dérouler à son propre domicile si l'aidant y accueille son proche. Elle peut aussi s'exercer au domicile de l'aidé ou dans tous lieux où il est accueilli (hôpital, maison de retraite...).

## › Peut-on être un aidant ponctuel ?

**Oui.** Il est possible d'être le seul aidant, un aidant ponctuel <sup>4</sup> ou intervenir en complément du travail d'un professionnel de l'aide à domicile (auxiliaire de vie, aide à domicile, aide-soignante, infirmière, travailleur social, etc.).

## › Les droits de l'aidant dépendent-ils de la situation de la personne aidée ?

**Oui.** Les droits de l'aidant à un dédommagement, une rémunération, une allocation ou à la majoration des trimestres de sa retraite dépendent de la reconnaissance du taux de handicap ou de dépendance de la personne qu'il aide.



image : freepik.com

<sup>3</sup>. Soutien des aidants dans la vie quotidienne - [CNSA](#)

<sup>4</sup>. [Etre aidant seul ou de manière complémentaire](#)

# IV. Comment déterminer si l'aidé est en situation de handicap ou de dépendance ?

## › En quoi consiste un handicap ?

Au sens de la loi, un handicap <sup>5</sup> est constitué lorsqu'un malade subit, dans son environnement, une limitation d'activité ou une restriction de participation à la vie en société en raison d'une altération d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant.

<sup>5</sup>. Pour en savoir plus : [Article L114 du CASF](#)

## › Une maladie respiratoire peut-elle être considérée comme un handicap ?

**Une maladie respiratoire chronique peut être invalidante** si elle génère des limitations d'activités ou des restrictions de participation à la vie en société (activités professionnelles, familiales ou loisirs). Le terme de handicap<sup>6</sup> est à interpréter au sens large, et comprend les personnes reconnues administrativement handicapées mais également celles ayant un problème de santé depuis au moins six mois et rencontrant des difficultés importantes dans leur activité quotidienne.

## › En quoi consiste la dépendance ?

La dépendance<sup>7</sup>, c'est le fait, pour les personnes malades et vieillissantes, de **perdre leur autonomie**. Lorsque l'état de santé d'une personne, par suite d'une maladie physique, mentale ou psychique ou d'une déficience de même nature, nécessite un besoin important et régulier d'assistance d'une tierce personne pour les actes essentiels de la vie.

## › Comment est évaluée la dépendance ?

**La dépendance ou perte d'autonomie se définit par l'impossibilité totale ou partielle pour le proche d'effectuer par lui-même certains actes de la vie courante, dans son environnement habituel.** Son degré de dépendance est déterminé par la grille AGGIR<sup>8</sup> (Autonomie gérontologique Groupe iso-ressources) qui définit six niveaux de dépendance (GIR 6 à GIR 1). Cette appréciation relève d'un examen réalisé à l'hôpital ou à domicile par un professionnel de l'équipe médico-sociale du département et conduit possiblement à une proposition de plan d'aide.

Le plan recense précisément les besoins du demandeur et les aides nécessaires à son maintien à domicile. Le contenu est adapté à la situation du bénéficiaire et tient compte de son environnement social et familial.

Le médecin chargé de l'évaluation de l'autonomie peut prendre contact avec le médecin traitant de la personne âgée pour obtenir des informations complémentaires sur son état de santé. Le médecin traitant a également la possibilité d'assister à l'évaluation à domicile, à la demande de la personne âgée ou de sa famille (et, dans ce dernier cas, avec l'accord exprès de l'intéressé(e)).

## › La reconnaissance du handicap ou de la dépendance est-elle importante ?

**Oui.** Elle permet d'accéder à des aides ou à des congés spécifiques. Des structures d'information sont à disposition pour identifier les aides ou congés qui peuvent être mis en place selon la situation de l'aidé ([voir la liste](#)).



image : freepik.com

<sup>6</sup>. Définition du handicap au sens large - [INSEE](#)

<sup>7</sup>. Pour en savoir plus: [Définition - Vie-publique.fr](#)

<sup>8</sup>. Pour en savoir plus: [Grille AGGIR - CNSA](#)

## V. Comment soutenir l'aidé dans ses décisions médicales ?

L'aidé a la possibilité de se faire accompagner et soutenir pendant son parcours de soins en désignant une personne de confiance.<sup>9</sup> S'il souhaite s'assurer du respect de ses volontés en cas d'inconscience et de fin de vie, il peut également rédiger des directives anticipées qui s'imposeront à sa personne de confiance, sa famille, ses proches et à ses médecins.<sup>10</sup>

### ➤ Un proche peut-il désigner sa « personne de confiance »<sup>11</sup> ?

**Oui.** L'aidé peut désigner une personne de confiance qui peut être un parent, un proche ou son médecin traitant. L'avis de la personne de confiance prime sur tous les autres.

### ➤ Quel est le rôle de la personne de confiance ?

Si l'aidé le souhaite, la personne de confiance peut l'accompagner dans ses démarches et assister aux entretiens médicaux afin de l'aider dans ses décisions. Ainsi, si elle constate qu'il se pose des questions ou formule des doutes, la personne de confiance peut le seconder dans sa recherche d'informations auprès des soignants en formalisant les réflexions ou questions dont il aura fait part. La personne de confiance sera consultée au cas où l'aidé serait hors d'état d'exprimer sa volonté et recevra l'information nécessaire afin de remplir son rôle de porte-parole et de renseigner ses volontés.

### ➤ Comment un proche peut-il désigner une personne de confiance ?

Cette désignation est faite par écrit, elle est révocable à tout moment. Le formulaire de désignation de personne de confiance<sup>12</sup> doit être contresigné et remis aux médecins (médecin généraliste/spécialiste) de l'aidé afin qu'ils l'intègrent à son dossier médical. [Voir le formulaire](#)

### ➤ Peut-on consulter le dossier médical de son aidé dont on est la personne de confiance ?

**Non.** L'accès direct au dossier médical de son proche n'est pas autorisé. Le médecin n'est habilité à délivrer de l'information qu'avec l'autorisation de la personne concernée ou pour permettre à la personne de confiance de remplir sa mission.

<sup>9</sup>. Article L1111-6 du Code de la santé publique

<sup>10</sup>. Article 1111-11 du Code de la santé publique

<sup>11</sup>. Pour en savoir plus: [solidarites-sante.gouv.fr](http://solidarites-sante.gouv.fr)

Document HAS LA PERSONNE DE CONFIANCE Avril 2016

Toute personne majeure peut désigner une personne de confiance. Parmi ses missions, elle pourra vous accompagner dans vos démarches liées à votre santé et, si un jour vous êtes hors d'état d'exprimer votre volonté, elle sera consultée en priorité pour l'exprimer : elle pourra recevoir l'information médicale à votre place et sera votre porte-parole.

**QUEL EST SON RÔLE ?**

La personne de confiance a plusieurs missions.

- ▶ Lorsque vous pouvez exprimer votre volonté, elle a une mission d'accompagnement

La personne de confiance peut si vous le souhaitez :

- vous soutenir dans votre cheminement personnel et vous aider dans vos décisions concernant votre santé ;
- assister aux consultations ou aux entretiens médicaux : elle vous assiste mais ne vous remplace pas ;
- prendre connaissance d'éléments de votre dossier médical en votre présence : elle n'aura pas accès à l'information en dehors de votre présence et ne devra pas divulguer des informations sans votre accord.

Il est recommandé de lui remettre vos directives anticipées si vous les avez rédigées : ce sont vos volontés, exprimées par écrit, sur les traitements que vous souhaitez ou non, si un jour vous ne pouvez plus vous exprimer.

Elle a un **devoir de confidentialité** concernant les informations médicales qu'elle a pu recevoir, et vos directives anticipées : elle n'a pas le droit de les révéler à d'autres personnes.

- ▶ Si vous ne pouvez plus exprimer votre volonté, elle a une mission de référent auprès de l'équipe médicale

La personne de confiance sera la personne consultée en priorité par l'équipe médicale lors de tout questionnement sur la mise en œuvre, la poursuite ou l'arrêt de traitements et recevra les informations nécessaires pour pouvoir exprimer ce que vous auriez souhaité.

<sup>12</sup>. [Intégration de la personne de confiance dans le DMP - HAS](#)

## VI. Quels sont les droits de l'aidant ?

### › L'aidant peut-il bénéficier d'une formation ?

**Oui.** Il peut bénéficier gratuitement de [formations](#)<sup>13</sup> dispensées par des professionnels médico-sociaux afin de maîtriser l'accompagnement médical, psychologique ou social de son aidé. Il existe des formations médicales, des formations psychosociales et des formations professionnelles. Les informations sur les formations disponibles sont à chercher auprès du Centre d'information et de formation des aidants (**CIF**), des Centres locaux d'information (**CLIC**) et de Coordination Gériatriques, de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (**CNSA**), ou encore de la **Croix Rouge** ou d'autres **associations spécialisées** (Association française des aidants, Association des paralysés de France...).



image : freepik.com

L'état de santé de l'aidé touché par une maladie respiratoire peut parfois nécessiter une présence et des soins réguliers, et l'aidant peut vouloir acquérir les **compétences nécessaires pour mieux gérer les difficultés**. Dans ce cas, il est possible de faire appel à des professionnels de santé afin d'apprendre les gestes de premiers secours, ceux du quotidien ou encore de connaître les comportements psychologiques à adopter et les soins corporels à effectuer.

### › L'aidant peut-il bénéficier d'une affiliation gratuite à l'assurance retraite s'il diminue son activité professionnelle pour se consacrer à son aidé ?

**Oui**, sous certaines conditions. L'aidant peut bénéficier d'une affiliation gratuite à l'assurance vieillesse des parents au foyer (AVPF)<sup>14</sup>. Ainsi, les périodes non travaillées ou travaillées à temps partiel pour s'occuper de son proche pourront être prises en compte pour la retraite. Malgré son nom, cette possibilité n'est pas réservée uniquement aux parents mais aux proches aidants de manière générale.

### › Doit-on stopper totalement son activité professionnelle pour bénéficier de cette affiliation gratuite à l'assurance vieillesse ?

**Non.** Mais il faut cependant avoir arrêté partiellement son activité professionnelle dans l'objectif de se consacrer à son proche et à la condition d'être un aidant familial.

<sup>13</sup>. [Formations pour les aidants - CNSA](#)

<sup>14</sup>. [Affiliation AFPV - Service-Public.fr](#)

## › L'aidant peut-il bénéficier d'une majoration de durée de l'assurance vieillesse ?

**Oui, sous certaines conditions.** En tant qu'aidant d'un enfant ou d'un adulte en situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'une majoration de durée de l'assurance vieillesse d'un trimestre par période de 30 mois, dans la limite de huit trimestres. Cette disposition résulte de la loi du 20 janvier 2014 et est applicable aux périodes d'accompagnement d'un proche intervenues à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2014.

## › L'aidant peut-il bénéficier d'un départ à la retraite, à taux plein, à l'âge de 65 ans ?

**Oui.** Si vous accompagnez une personne en situation de handicap qui perçoit la prestation de compensation handicap (PCH) ou la majoration tierce personne, vous pouvez prétendre à une retraite à taux plein dès 65 ans au lieu de 67 ans à condition d'avoir interrompu votre activité professionnelle pour accompagner un proche pendant au moins 30 mois consécutifs.<sup>15</sup>



## › Vous hébergez votre aidé et vous rémunérez un salarié pour s'occuper de lui. Pouvez-vous bénéficier d'un crédit d'impôt ?

**Oui.** Un aidant participant au maintien à domicile d'une personne en perte d'autonomie éligible à l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) peut bénéficier d'avantages fiscaux, notamment un crédit d'impôt à 50% pour l'emploi d'un salarié à domicile ou d'un prestataire de services à la personne<sup>16</sup>, ou encore une déduction forfaitaire pour l'accueil d'une personne âgée de plus de 75 ans.<sup>17</sup>

## › Pouvez-vous faire reconnaître votre rôle d'aidant auprès des professionnels de santé ?

**Oui.** Vous pouvez indiquer votre rôle dans votre Dossier médical partagé (DMP) et dans celui de votre proche<sup>18</sup>. Ce qui permet de faire connaître officiellement à toute personne consultant le DMP les informations relatives à votre relation avec votre aidé. Ainsi, les médecins pourront vous contacter si la situation de votre aidé le nécessite ou pourront prendre les mesures nécessaires, pour lui, si votre état de santé ne vous permet pas d'assumer votre rôle.

<sup>15</sup>. [Circulaire de la CNAV du 16 octobre 2016](#)

<sup>16</sup>. [Dépenses éligibles au crédit d'impôt - impots.gouv.fr](#)

<sup>17</sup>. [Accueil d'une personne âgée - impots.gouv.fr](#)

<sup>18</sup>. [DMP - Déclaration de l'aidant - Assurance Maladie](#)

## ➤ En quoi consiste le dossier médical partagé (DMP) ?

Le dossier médical partagé (DMP) est un carnet de santé numérique qui **conserve et sécurise les informations liées à sa santé** : traitements, résultats d'examens, allergies, etc. Il permet de les regrouper et de les partager avec les professionnels de santé de son choix. Ce dossier peut être créé en ligne ([www.dmp.fr](http://www.dmp.fr)), en pharmacie, ou encore auprès de son organisme de sécurité sociale.<sup>19</sup>

## ➤ L'aidé bénéficie d'un financement pour des aides humaines. Peut-on bénéficier d'une rémunération en tant que proche aidant ?

**Oui.** Le financement de son salaire, à hauteur des heures prévues dans le plan d'aide est possible, par l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) ou par la prestation compensatoire de handicap (PCH). Il est possible d'être le salarié de son aidé si les deux personnes ne vivent pas en couple (mariage, PACS, concubinage), si l'aidant n'est pas en retraite, s'il n'exerce pas d'activité professionnelle à temps plein et s'il n'est pas son représentant légal (tutelle, habilitation familial).<sup>20</sup>

## ➤ Le conjoint de l'aidé peut-il bénéficier d'une dérogation et obtenir une rémunération du fait de l'arrêt de son activité professionnelle pour s'occuper de son proche ?

**Oui via la PCH.** Par exception, si l'état de santé du conjoint nécessite une aide totale pour la plupart des actes essentiels de la vie quotidienne, et que la présence de l'aidant doit être constante ou quasi-constante, le financement du salaire de ce dernier, à hauteur des heures prévues dans le plan d'aide, est possible, ceci quel que soit la nature du lien avec lui<sup>21</sup>. La demande de PCH est à effectuer auprès de la MDPH via le [formulaire Cerfa 15692\\*01](#).

## ➤ L'aidé peut-il financer lui-même le salaire de l'aidant ?

**Oui.** Si l'aidé dispose de moyens financiers suffisants, il peut financer lui-même le salaire de l'aidant en l'absence d'APA ou de PCH<sup>22</sup>. Un contrat de travail classique de particulier-employeur peut être conclu et l'aidé pourra rémunérer l'aidant par [chèque emploi service \(CESU\)](#). Selon sa situation (âge, état de santé, de dépendance ou de handicap), l'aidé peut bénéficier d'une exonération de cotisations patronales de Sécurité sociale.<sup>23</sup>

Le formulaire est intitulé "DEMANDE À LA MDPH" et concerne l'article 44 de la loi n° 2015-912 du 22 juillet 2015. Il est destiné à la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH). Le formulaire est divisé en plusieurs sections :

- À qui s'adresse ce formulaire ?** : Le formulaire s'adresse à la personne présentant un handicap. Si la personne est âgée de moins de 18 ans, les parents sont invités à répondre pour elle. Si la personne est âgée de plus de 18 ans et a une mesure de protection, son tuteur répond avec elle ou son curateur l'accompagne dans sa demande.
- Pour obtenir de l'aide pour remplir ce formulaire, vous pouvez vous adresser à l'accueil de la MDPH.**
- Vous allez expliquer à la MDPH votre situation, vos besoins, vos projets et vos attentes. En fonction des conditions prévues par la réglementation, vous pourrez peut-être bénéficier des droits suivants :**
- Que dois-je remplir ?** : Le formulaire est divisé en plusieurs parties (A, B, C, D, E, F) à remplir en fonction de la situation de la personne.
- Vous avez déjà un dossier à la MDPH ?** : Oui/Non. Dans quel département : [ ] N° de dossier : [ ]

19. [DMP - Utilité, création - Assurance Maladie](#)

20. [Payer un aidant - Service-Public.fr](#)

21. [Payer un aidant membre de la famille - Code du travail](#)

22. [Services à la personne - Service-Public.fr](#)

23. [CESU - Avantage fiscal - URSSAF](#)



## › L'aidant travaillant à temps plein peut-il obtenir un dédommagement financier du temps qu'il consacre à son aidé le soir et le weekend ?

**Oui.** Lorsque le plan d'aide de la PCH reconnaît le rôle d'aidant dans le cadre des aides humaines nécessaires, celui-ci recevra un dédommagement<sup>24</sup> calculé sur la base du SMIC horaire net applicable aux emplois familiaux à hauteur des heures accordées dans le plan d'aide. Ce montant est majoré si l'aidant réduit ou abandonne son activité professionnelle. Il n'est pas imposable<sup>25</sup>.

## › Peut-on bénéficier d'un congé pour s'occuper de son enfant atteint d'une maladie chronique (respiratoire) et gravement malade ?

**Oui.** Le congé de présence parentale<sup>26</sup> permet de cesser temporairement son activité professionnelle pour s'occuper d'un enfant de moins de vingt ans gravement malade ou atteint d'un handicap d'une particulière gravité. Ce congé est octroyé sans condition d'ancienneté. Il n'est pas rémunéré par l'employeur mais il est possible de solliciter l'allocation journalière de présence parentale (AJPP) qui permet d'être indemnisé par la CAF (au maximum 310 jours étalés sur 3 ans). Ce congé est renouvelable si l'état de santé de l'enfant le justifie.

## › Peut-on bénéficier d'un congé pour s'occuper d'un enfant ou d'un proche majeur ?

**Oui.** Le congé de proche aidant<sup>27</sup> permet de cesser temporairement son activité professionnelle (maximum un an sur toute la carrière) pour s'occuper d'un proche atteint d'un handicap ou en perte d'autonomie d'une particulière gravité. Ceci sans condition d'ancienneté. Ce congé n'est pas rémunéré par l'employeur mais il est possible de solliciter l'allocation journalière de proche aidant (AJPA) qui permet d'être indemnisé par la CAF pendant 3 mois (maximum 66 jours) sur toute la durée de la carrière.

## › Existe-t-il une solution qui permette de prendre un congé sans subir de perte de salaire ?

**Oui.** Bénéficier des dons de jours de congés ou de RTT de la part de ses collègues<sup>28</sup> doit être demandé auprès de son entreprise. Ces dons financent le congé, sans perte de salaire et tout en conservant l'ensemble de ses droits liés au travail effectif, par exemple la prise en compte de la période pour le calcul de l'ancienneté. La personne est considérée en congés payés.



image : freepik.com

<sup>24</sup>. [Dédommagement aidant - Service-Public.fr](https://www.service-public.fr)

<sup>25</sup>. [Dédommagement aidant - Fiscalité - Service-Public.fr](https://www.service-public.fr)

<sup>26</sup>. [Congé de présence parentale - Service-Public.fr](https://www.service-public.fr)

<sup>27</sup>. [Congé de proche aidant - Service-Public.fr](https://www.service-public.fr)

<sup>28</sup>. [Don de jours de repos - Service-Public.fr](https://www.service-public.fr)

## ➤ Peut-on exercer une autre activité professionnelle pendant la durée de son congé de présence parentale ou de proche aidant ?

**Non.** Toutefois, l'aidant peut être employé par son aidé lorsque celui-ci perçoit l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) ou la prestation de compensation du handicap (PCH) mais [ces montants ne sont pas cumulables avec l'AJPA](#) <sup>29</sup> ou l'[AJPP](#) <sup>30</sup>.

## ➤ Peut-on demander un congé afin de rester auprès de son proche qui est en fin de vie ?

**Oui.** Il s'agit du congé de solidarité familiale <sup>31</sup>. Ce congé permet d'assister un proche dont la maladie met en jeu le pronostic vital. Le proche assisté doit se trouver en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable, quelle qu'en soit la cause. Ce congé n'est pas rémunéré par l'employeur. Cependant, il est possible de percevoir l'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie, en faisant une demande d'AJAP auprès du centre national de gestion des demandes d'allocations journalières d'accompagnement d'une personne en fin de vie (CNAJAP).

## ➤ Peut-on bénéficier d'une aide pour financer un remplaçant et ainsi partir quelques jours en vacances ?

**Oui.** La CAF <sup>32</sup> ou la MSA <sup>33</sup> pour les mineurs et le département pour les bénéficiaires de l'APA, peuvent financer **des temps de répit** afin de permettre à l'aidant d'avoir du temps pour lui. Des aides financières sont également possibles si l'aidant doit être hospitalisé. <sup>34</sup>

## ➤ Existe-t-il d'autres financements d'aides humaines en dehors de l'APA et de la PCH ?

**Oui.** Des aides financières existent, à demander auprès du Centre communal d'action sociale (CCAS) de la mairie ou auprès de la caisse de retraite de l'aidé pour rémunérer une aide à domicile et/ou financer le portage des repas. <sup>35</sup> Ces aides sont attribuées lorsque la réalisation de tâches ménagères devient difficile ou en cas de perte d'autonomie. Elles sont soumises à des conditions de ressources. Pour en bénéficier, le proche doit être âgé de 65 ans ou de 60 ans lorsqu'il a une reconnaissance de son inaptitude au travail.



<sup>29</sup>. [Prestations non cumulables avec l'AJPA - solidarites-sante.gouv.fr](#)

<sup>30</sup>. [AJPP - Règles de non cumul - Service-Public.fr](#)

<sup>31</sup>. [Congé de solidarité familiale - Service-Public.fr](#)

<sup>32</sup>. [Structures de répit - CAF](#)

<sup>33</sup>. [Répit - MSA](#)

<sup>34</sup>. [Aidant hospitalisé - CNSA](#)

<sup>35</sup>. [Aide ménagère - Service-Public.fr](#)



## Pour aller plus loin

### Quelles sont les structures d'information ?

- <http://handicap.gouv.fr>, ou sur [www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr) ;
- **Les Maisons départementales des personnes Handicapées (MDPH)** ([www.mdph.fr](http://www.mdph.fr)), **les Maisons départementales de l'autonomie (MDA)** qui accompagnent les personnes en situation de handicap ou de dépendance et leur famille ;
- **Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de sa mairie** ([www.annuaire-mairie.fr](http://www.annuaire-mairie.fr)) qui propose de l'aide dans la constitution des dossiers de demande d'aide sociale ou médicale, et disposent des coordonnées des organismes d'aide à la personne à proximité.

### Quelles sont les structures ou services qui peuvent seconder l'aidant ?

- **Les plateformes d'accompagnement et de répit** : elles apportent de l'information, un soutien aux proches aidants (soutien psychologique, conseils...), des solutions de répit. [Pour en savoir plus](#)  
[Accéder à l'annuaire des points d'information locaux](#)
- **Les Maisons de répit** : elles accueillent des familles, malades et aidants, pour les soulager temporairement dans leur vie quotidienne.
- **Les foyers-restaurants** : ces lieux sont accessibles aux personnes âgées dépendantes mobiles, et proposent des services de repas uniquement le midi, servis à table.
- **La préparation et le portage de repas à domicile** : cette solution peut être ponctuelle ou régulière (voir avec le CCAS).
- **La téléassistance** : il s'agit d'une téléalarme qui permet de sécuriser la personne vivant seule en lui permettant d'alerter en cas de besoin. [Pour en savoir plus](#)
- **L'hébergement temporaire** : en établissement hospitalier pour personnes âgées ou dépendantes [www.lesmaisonsderetraite.fr](http://www.lesmaisonsderetraite.fr). [Pour en savoir plus](#)
- **Les séjours de vacances** : Ils permettent de partir en congé selon des modalités adaptées à la situation [www.tourisme-handicaps.org](http://www.tourisme-handicaps.org)
- **Accueil temporaire de jour** : ces lieux, maisons de retraite ou hôpitaux gériatriques, peuvent accueillir une personne âgée dépendante, dans la limite de 90 journées par an. [Pour en savoir plus](#). Accéder au portail de l'accueil temporaire et des relais aux aidants : [www.accueil-temporaire.com](http://www.accueil-temporaire.com).

### JURIS SANTÉ

Association Loi 1901 d'intérêt général  
contact@jurissante.fr - Tel: 04 26 55 71 60  
Site Internet: [www.jurissante.fr](http://www.jurissante.fr)



### RESPIR'AGORA

La plateforme qui crée du lien avec les personnes vivant avec une maladie respiratoire et leurs aidants  
Site Internet: [www.respiragora.com](http://www.respiragora.com)