MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS
ET DE LA SANTÉ

Liberté
Égalité
Fraternité

Professionnels | Bénévoles | Aidants | Aidés

BESOIN DE REPIT

17 Fiches-repère pour vous aider

2021

RELAI ET SOUTIEN A DOMICILE

INFORMATIONS ET RESSOURCES

RELAI ET SOUTIEN A L'EXTERIEUR DU DOMICILE

RELAI ET SOUTIEN LA NUIT

J'ai besoin de...

VACANCES

PARTAGER, ECHANGER

AVANT-PROPOS

Un groupe de travail piloté par la Direction générale de la cohésion sociale a travaillé à l'élaboration de ces fiches-repère.

Il est constitué de représentants de :

- **L'association française des aidants**
- **La fondation France répit**
- **Le collectif Je t'aide**
- **L'association France Alzheimer & Maladies apparentées**
- **L'association APF France Handicap**
- **L'Union nationale des Associations Familiales**
- **La Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie.**

Ce panorama de fiches-repère a également été relu par un groupe de relecture constitué d'aidants, de professionnels de santé et d'acteurs mobilisés auprès des proches aidants.

PREAMBULE

Entre 8 et 11 millions de personnes en France aident régulièrement un ou plusieurs de leurs proches en situation de handicap, en perte d'autonomie en raison de l'âge ou atteints d'une maladie.

Est considéré comme **proche aidant** la personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap. Ces proches aidants jouent un rôle considérable dans la vie, le soutien ou encore le maintien à domicile de ces personnes, souvent au détriment de leur propre vie professionnelle et personnelle, de leur état de santé et de leur bien-être. Les **solutions de répit** permettent de proposer des relais à l'aidant, lui permettant de souffler et de s'occuper de soi, et de faire face aux impératifs de la vie quotidienne (obligations sociales, professionnelles, urgences…).

C'est pourquoi il est essentiel de les accompagner en leur délivrant une information claire et précise relative aux formes de répit existantes et l'accès à celles-ci.

La stratégie nationale « Agir pour les aidants 2020-2022 », engagée par le gouvernement le 28 octobre 2019, intègre le répit des aidants comme priorité phare.

Pour répondre à la volonté d'organiser l'offre de répit sur le territoire, un Cadre National d'Orientation paru le 19 mars 2021 présente les contours des différentes offres de répit. Ce document a été co-construit par la Direction Générale de la Cohésion Sociale (DGCS) et la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) en associant les fédérations d'organismes gestionnaires et représentatives des personnes âgées ou en situation de handicap, les associations de proches aidants et les agences régionales de santé (ARS). Il constitue un outil à destination des ARS leur permettant d'organiser, de développer et de structurer l'offre sur leur territoire, en lien avec les Conseils départementaux, en identifiant les leviers et solutions existantes et en évaluant les besoins.

A partir de ces travaux, il est donc apparu indispensable d'élaborer un panorama de **fiches-repère** à destination des aidants eux-mêmes, pour les informer sur les offres existantes et permettre aux professionnels et aux bénévoles qui les accompagnent de les orienter vers celles–ci et éventuellement, de s'en inspirer.

Ce panorama, élaboré en collaboration avec les associations et collectifs mobilisés autour des aidants, n'a pas pour ambition d'être exhaustif, de présenter les bonnes pratiques ou de proposer un classement géographique : il vise à présenter des **formes de répit existantes très diverses**, en réponse aux besoins repérés chez l'aidant. Organisé en rubriques correspondant aux différents besoins de l'aidant, ces fiches-repères sont illustrées par des exemples locaux apportés par les membres du groupe de travail. L'objectif est d'être clair et accessible au plus grand nombre. Certaines rubriques sont complétées par des « *zooms* » sur des dispositifs existants, à titre d'exemple, qui ne font pas l'objet d'une généralisation sur le territoire.

Cet ensemble de fiches-repère pourra être complété chaque année, selon le développement et les évolutions des différents dispositifs, en lien avec les besoins des aidants.

RELAI ET SOUTIEN A DOMICILE
INFORMATIONS ET RESSOURCES
RELAI ET SOUTIEN A L'EXTERIEUR DU DOMICILE
RELAI ET SOUTIEN LA NUIT
J'ai besoin de...
VACANCES
PARTAGER, ECHANGER
AUTRES DISPOSITIFS

TABLE DES MATIERES

J'AI BESOIN D'INFORMATIONS ET DE RESSOURCES 6
Dispositifs d'information à destination des proches aidants 7
Plateformes d'accompagnement et de répit 8
Sensibilisation et formation 9
Les aides financières à destination des aidants et des aidés 11
Zoom sur : Maisons des Ainés et des Aidants 13
Zoom sur : Métropole aidante de Lyon 14
J'AI BESOIN DE RELAI ET DE SOUTIEN A DOMICILE 15
Suppléance à domicile, relayage et temps libéré 16
Forfait temps libre 18
Répit parental 19
Zoom sur : Passerelle Assist'Aidant 20
J'AI BESOIN DE RELAI ET DE SOUTIEN LA NUIT 21
Garde itinérante et soins à domicile la nuit 22
Accueil de nuit 24
J'AI BESOIN DE RELAI ET DE SOUTIEN A L'EXTERIEUR DU DOMICILE 25
Accueil familial 26
Accueil de jour 27
Hébergement temporaire 29
Maison de répit et Equipe mobile de répit 30
Halte – répit 32
Zoom sur : Weekend répit dans le Morbihan 34
J'AI BESOIN D'ECHANGER ET DE PARTAGER 35
Lieux et réseaux de partage et d'expression entre pairs 36
Ateliers Artistiques pour les jeunes aidants 37
Zoom sur : La Pause Brindille 38
J'AI BESOIN DE VACANCES 39
Séjours vacances répit 40
AUTRES DISPOSITIFS 42
Téléassistance à domicile 43
Foyer restaurant 44

INFORMATIONS ET RESSOURCES

- → Dispositifs d'information pour les aidants
- → Plateformes d'accompagnement et de répit
- → Sensibilisation et formation
- → Les aides financières
- → Zoom sur : La maison des aînés et des aidants
- → Zoom sur : Métropole aidante de Lyon

Dispositifs d'information et numéros dédiés à destination des proches aidants

De nombreux dispositifs d'information (site internet) et lieux de ressources ont été déployés au niveau national et local afin de donner aux aidants un accès à une information claire et complète sur l'offre de répit.
Pour les aidants qui souhaitent poser des questions directement à des professionnels ou d'autres aidants, il existe également des numéros d'appel dédiés.

Au niveau national

Plusieurs sites internet :

- service-public.fr pour les personnes en situation de handicap et leurs proches, informe notamment sur les allocations et les aides existantes
- Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées recense notamment les aides possibles pour les personnes âgées et leurs proches – de nombreuses informations sur les solutions de répit y sont accessibles (annuaires)
- Mon Parcours handicap est une plateforme d'informations et de services pour les personnes en situation de handicap et leur proche aidant, renseignant notamment sur leurs droits et aides
- Ma Boussole Aidants recense les solutions de proximité pour les personnes âgées ou en situation de handicap et leur proche aidant

Des numéros dédiés aux aidants :

- **3646** : Service social de l'Assurance Maladie, via son compte Ameli ou à l'accueil de la caisse primaire d'assurance maladie (CPAM). Le numéro accompagne les personnes dans leur rôle d'aidant familial.
- **01 84 72 94 72** : « Avec Nos proches » pour les aidants, tous les jours de 8h à 22h
- **07 67 29 67 39** : « Association nationale Jeunes AiDants Ensemble » pour les aidants de moins de 25 ans

Particulièrement dans le champ du handicap :

- **0800 360 360** : numéro d'appel national des communautés 360, jusqu'à 18h tous les jours
- **09 83 21 34 21** : « Espace Singulier » pour les aidants, les malades et les personnes en situation de handicap

Au niveau local

Plusieurs lieux ressource :

- Les Centres Locaux d'Information et de Coordination (CLIC), dont l'annuaire se trouve ici, destinés aux personnes âgées et à leurs proches aidants. Ils renseignent sur les démarches à accomplir en fonction du besoin et sur l'offre de service disponible localement
- Les Centres Communaux d'action sociale (CCAS) renseignent sur les aides, aident dans les démarches administratives et orientent vers les services spécialisés. Pour connaître votre CCAS, contactez votre mairie
- Les dispositifs d'appui à la coordination (DAC) apportent des réponses coordonnées aux besoins des personnes âgées, en situation de handicap et de leurs aidants, faisant face à des situations complexes
- Les Maisons Départementales des Personnes Handicapées (MDPH), dont l'annulaire est disponible ici, ont pour vocation d'informer et d'accompagner les personnes en situation de handicap et leur proches aidants

Des sites internet :

Certains sites internet locaux, départementaux ou régionaux peuvent renseigner sur les offres à destination des aidants existantes sur leurs territoires. A titre d'exemple, on peut citer Métropole Aidante, Soutenir les Aidants, IsèreADOM, Aidants49, Maison des Aînés et des Aidants Paris Centre… Ma Boussole Aidants recense également des solutions de proximité.

Des numéros de téléphone locaux dédiés

- **0806 806 830** : « Allo, j'aide un proche », pour un entretien psychologique gratuit. Plateforme ouverte de 18h à 22h tous les jours, et mise en place par le pôle MND de l'ARS Occitanie.

- **Udaf** : Les Unions départementales des associations familiales dont les numéros sont disponibles ici

1 PLATEFORMES D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT (PFR)

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les **plateformes d'accompagnement et de répit (PFR) s'adressent aux aidants** s'occupant d'une personne atteinte d'une maladie neurodégénérative, d'une personne âgée en perte d'autonomie, d'une personne en situation de handicap ou d'une personne atteinte d'une maladie chronique invalidante, et proposent **différents types d'offre de répit et de soutien**.

QUELS OBJECTIFS ?

→ **Fournir des services et un accompagnement spécifique** pour l'aidant et/ou le couple aidant-aidé
→ **Proposer une solution d'accueil** pour la personne aidée
→ **Prévenir les risques d'épuisement** et favoriser le libre choix du lieu de vie de l'aidé et de son aidant

COMMENT ÇA MARCHE ?

Fonctionnement

Les équipes de la PFR proposent :

- Des modes d'accueil et d'accompagnement personnalisés avec possibilité d'un accueil à la journée, sur des créneaux particuliers (demi-journées, horaires tardifs…)
- Une orientation vers des séjours de répit et la mise en place de prestations de suppléance à domicile adaptées, programmées ou en urgence

Activités proposées

- Information, orientation, sensibilisation, formation des proches aidants et du couple aidant-aidé
- Accueil de jour, hébergement temporaire, prestations de suppléance à domicile ou de temps libéré pour l'aidant via la PFR ou un tiers (autres structures d'accueil, services d'aide et d'accompagnement à domicile, etc.)
- Accompagnement personnalisé tout au long du parcours de l'aidant et soutien psychologique
- Activités renforçant le lien social, actions de prévention à destination du couple aidant-aidé

Ces accompagnements sont pour la plupart gratuits. Une **participation financière peut être demandée aux bénéficiaires** pour la réalisation de certaines prestations.

COMMENT Y ACCEDER ?

→ Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées référence les PFR de chez vous
→ Le site Soutenir les aidants recense les PFR des Hauts-de-France
→ Votre mairie ou votre conseil départemental peuvent également vous renseigner
→ Les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
→ **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées peuvent vous renseigner sur les PFR présentes dans vos territoires : Annuaire des MDPH

2 SENSIBILISATION ET FORMATION

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les aidants se retrouvent souvent seuls à s'occuper de leurs proches et doivent réaliser un certain nombre de tâches qui nécessitent des savoirs-être et savoir-faire particuliers (connaissances du secteur médico-social et des solutions de répit, apprentissage de certains gestes, de ses propres limites, gestion de ses émotions…). Pour les aider, il existe des **ateliers de sensibilisation et de formation** qui cherchent à améliorer la relation aidant-aidé et l'autodétermination des aidants.

QUELS OBJECTIFS ?

- → **Se reconnaître** en tant qu'aidant
- → **Être en capacité d'évaluer** ses propres besoins et attentes
- → **Prendre soin de sa santé** (physique et psychologique) et apprendre à déléguer
- → **Connaître l'environnement médico-social** et les solutions de répit
- → **Comprendre la maladie de son proche**, ses conséquences et se former à certains gestes techniques
- → **Analyser et lever les schémas** de culpabilité

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- Des ateliers individuels ou par groupe d'aidants, animés par un professionnel
- L'atelier de sensibilisation est de quelques heures sur une thématique choisie par l'aidant, et l'atelier de formation est un parcours sur plusieurs jours

Les professionnels mobilisés

- Psychologues
- Travailleurs sociaux / assistants sociaux
- Infirmières
- Pairs aidants
- Ergothérapeutes / kinésithérapeute

Les ateliers de sensibilisation et de formation **sont toujours gratuits** pour l'aidant.

COMMENT Y ACCEDER ?

- → Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées propose un annuaire des formations
- → Les plateformes de répit (PFR) peuvent vous informer sur l'offre de formation disponible répondant à vos besoins – *voir Fiche PFR p.6*
- → Les sites des associations soutenant les aidants peuvent également être consultés
- → Les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- → **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH

QUELQUES EXEMPLES

Ateliers de sensibilisation

La Maison des Aidants® Association Nationale

La Maison des Aidants organise des groupes d'échanges et ateliers entre aidants. Il s'agit de 5 ou 6 rendez-vous qui s'appuient sur les témoignages recueillis auprès des aidants et de leurs difficultés. L'objectif est la sensibilisation à leur rôle, l'acquisition de connaissances et la verbalisation de la culpabilité des aidants. Plus d'info ici.

La Formation des Aidants

Formation gratuite en ligne proposée par l'Association française des aidants pour se questionner et analyser les situations de la relation au proche malade, en situation de handicap ou de dépendance et trouver les réponses adéquates, pour mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez soi. Plus d'info ici.

Savoir Etre Aidant

Savoir Etre Aidant est une formation gratuite en ligne des associations Campus Urbain et FuturAge. Vidéos sur différentes thématiques visant à mieux comprendre les enjeux du vieillissement et du rôle des aidants, tout en identifiant les dispositifs et les structures sur lesquels s'appuyer. Plus d'info ici.

RePairs Aidants

C'est une action de sensibilisation-formation pour les aidants familiaux qui aident un proche en situation de handicap. Réalisée par APF France Handicap dans le cadre d'une convention signée avec la CNSA, elle propose des modules de formation avec un professionnel selon le thème et un pairformateur (aidant familial formé à la co-animation). Plus d'info ici.

Ateliers de formation

Centre d'Information et de formation des aidants

Organisme de formation et de conseils qui propose des parcours pédagogiques spécifiques de formation pour former les aidants, sur plusieurs journées ou demi-journées consécutives, sur les connaissances de la maladie et ses conséquences, les gestes techniques… Les aidants bénéficient d'une attestation de formation à la fin du cursus. Plus d'info ici.

Les aides financières

Plusieurs aides financières existent et peuvent aider l'aidant et la personne accompagnée à financer les solutions de répit qui leur conviennent.

Pour les personnes âgées en perte d'autonomie :

→ **L'allocation personnalisée d'autonomie** (APA) peut financer certaines solutions de répit, notamment un accueil temporaire (accueil de jour, accueil de nuit ou hébergement temporaire) en établissement ou en famille d'accueil. L'APA permet également de financer le relayage à domicile.
Si le plafond du plan d'aide APA est atteint, la personne aidée peut se voir attribuer une enveloppe complémentaire dans la limite de 509,76€ par an pour financer des aides au répit. Cette enveloppe complémentaire concerne uniquement les proches aidants assurant une présence ou une aide indispensable à sa vie à domicile, et qui ne peuvent être remplacés pour assurer cette aide par une personne de leur entourage

cnsa
Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Pour les personnes âgées et leurs aidants, le portail d'information grand public Pour les personnes âgées donne des informations exhaustives et utiles sur les solutions de financement.

Pour les personnes en situation de handicap :

→ **La prestation de compensation du handicap** (PCH) ou **l'allocation d'éducation de l'enfant handicap** (AEEH) peuvent permettre de financer des solutions de relayage à domicile.
La PCH permet également de financer un séjour temporaire en accueil familial ou des séjours de vacances de répit :

- L'élément 1 **« aide humaine »** peut financer, dans la limite des plafonds réglementaires, l'entretien personnel, les déplacements et la participation à la vie sociale de la personne
- L'élément 3 **« Surcoûts liés au transport »** peut financer des surcoûts liés à un départ annuel en congé (5000€ ou 12000€ sous conditions sur 5 ans)
- L'élément 4 **« charges exceptionnelles »** peut financer des surcoûts liés aux séjours de répit ordinaires ou des vacances adaptées dans la limite des plafonds réglementaires (1800€ en 3 ans).

Service Public.fr

Pour les personnes en situation de handicap et leurs aidants, les sites service-public.fr et monparcourshandicap.gouv.fr/aides, informent sur les allocations et aides existantes.

Pour les accueils en établissement :
Sous réserve de remplir les conditions d'attribution fixées par le conseil départemental de résidence, la personne accueillie en établissement pour un séjour en accueil temporaire peut bénéficier de l'aide sociale à l'hébergement, prestation subsidiaire ayant vocation à couvrir les dépenses d'hébergement restant à la charge de la personne. Le département peut également proposer des aides sociales extra-légales permettant le financement de certaines solutions de répit.

D'autres dispositifs permettent de financer des solutions de répits :

- Les **caisses d'allocations familiales** peuvent également financer des solutions de répit pour les parents d'enfant en situation de handicap.
- Le **centre communal ou intercommunal d'action sociale** (CCAS ou CIAS) peut proposer des aides extra-légales pour le financement de solutions de répit.
- Les **caisses de retraite de base, les caisses complémentaires, les mutuelles ou les complémentaires santé** peuvent contribuer à financer les solutions de répit via des aides extra-légales (via les fonds d'action sociale).
- Les **banques, mutuelles complémentaires et sociétés d'assurances** s'adressent de plus en plus aux aidants. Des produits de l'assurance dépendance permettent ainsi de financer des solutions de répit, de la suppléance au domicile et des aides à la recherche de solutions ou encore des séances de soutien psychologique.
- Les **services de relayage à domicile** en mode mandataire en emploi direct sont éligibles au crédit d'impôt à hauteur de 50% de la rémunération et des cotisations sociales afférentes versées.

Zoom sur

MAISON
des aînés et des aidants

Les **six Maisons des Aînés et des Aidants** installées à Paris sont des lieux ressources de proximité qui accueillent, informent, orientent et accompagnent les personnes âgées de 60 ans et plus ainsi que leurs proches aidants.

Elles sont constituées d'une équipe pluridisciplinaire spécialisée dans l'accompagnement des seniors et de leur entourage : travailleurs sociaux, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, médecins gériatres…

Pour les professionnels qui accompagnent ces publics, elles sont des **organisations repères** pour leur connaissance du secteur et l'appui aux situations plus ou moins complexes.

Cofinancées par la **ville de Paris** et **l'Agence régionale de santé d'Île-de-France**, les Maisons des Ainés et des Aidants regroupent en un même lieu les trois dispositifs de soutien gérontologique : le centre local d'information et de coordination gérontologique (CLIC), le réseau de santé et le service de gestion de cas MAIA pour les situations les plus complexes.

Il est possible d'être reçu sur place avec ou sans rendez-vous ou prendre contact par téléphone ou par courriel.

Vous trouverez ici les Maisons des Aînés et des Aidants (sur le site Paris.fr)

Cliquez ici pour télécharger le dépliant

Zoom sur

métropole aidante©

ASSOCIATION LOI 1901

Premier « **guichet unique territorial** » de l'aide aux aidants en France créé en 2019, la Métropole aidante s'adresse à tous les **proches aidants** résidant dans la métropole de Lyon, quels que soient l'âge ou la situation de santé de la personne accompagnée.

L'association « Métropole aidante » **recense, structure et coordonne près de 300 propositions de répit et de soutien aux aidants**, accessibles grâce à un site internet, un lieu d'accueil, d'écoute, d'information et d'orientation en centre-ville et une ligne téléphonique.

Les adhérents et les équipes salariées se mobilisent au quotidien pour une meilleure lisibilité de l'offre, et un accès facilité aux solutions de répit et d'accompagnement.

Créé en 2018 à l'initiative de la Fondation France Répit, Métropole aidante réunit aujourd'hui un collectif de 150 acteurs institutionnels, associatifs et privés et bénéficie du soutien de la métropole de Lyon, de l'ARS Auvergne Rhône-Alpes et du groupe Apicil.

RELAI ET SOUTIEN A DOMICILE

- → Suppléance à domicile, relayage et temps libéré
- → Forfait temps libre
- → Répit parental
- → Zoom sur : Passerelle Assist'aidant

3 SUPPLEANCE A DOMICILE, RELAYAGE ET TEMPS LIBERE

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Le principe de la suppléance à domicile consiste **en l'intervention à domicile d'un professionnel ou d'un bénévole** en relai d'un proche aidant. On rencontre ce dispositif sous d'autres noms : **relayage, temps libéré et baluchonnage**. Le **temps libéré** est un type de suppléance à domicile, souvent proposé par les plateformes de répit (PFR), qui consiste en l'intervention ponctuelle et limitée dans le temps de professionnels au domicile de l'aidant.

QUELS OBJECTIFS ?

→ **Soulager et offrir du répit** à l'aidant en le remplaçant auprès de la personne aidée
→ **Lutter contre le repli** de l'aidant et du couple aidant-aidé
→ **Ménager du temps à l'aidant** pour des activités, des obligations ou projets personnels tout en permettant à la personne aidée de rester dans un environnement familier et sécurisant

COMMENT CA MARCHE ?

Durée

La suppléance à domicile peut se faire sur une **durée courte** (quelques heures, une demi-journée, une journée) ou sur une **durée consécutive de moins de 36 heures** pour un seul intervenant dans le respect des règles du droit du travail.

Fonctionnement

Un professionnel vient au domicile pour relayer l'aidant, ce qui permet :

- Que la personne aidée reste à son domicile, préserve ses repères et son rythme de vie
- De prévenir la perte d'autonomie au domicile en articulation, s'il y a, avec les services et professionnels intervenant déjà mis en place (SAAD, SSIAD…)
- Le soulagement de l'aidant pour limiter l'impact négatif de son rôle sur sa santé

Une **participation par heure d'intervention est le plus souvent facturée** à l'aidant (sauf certaines PFR qui ne facturent pas aux bénéficiaires les prestations de temps libéré).

Le reste à charge des bénéficiaires peut être financé par :

- Des complémentaires santé (AGIRC/ARCCO) ou des mutuelles
- Des co-financements apportés par des assurances, des caisses de retraite
- Des aides communales extralégales
- La prestation de compensation du handicap (PCH ou l'AEEH) et plus particulièrement l'élément 1 « aide humaine » peut financer l'entretien personnel, les déplacements et la participation à la vie sociale de la personne
- Un financement jusqu'à 500€ supplémentaires lorsque l'aidé bénéficie de l'APA et que son plafond d'aide est atteint : informations sur le portail d'information grand public Pour les personnes âgées
- Un crédit d'impôt à hauteur de 50% des dépenses engagées si la suppléance à domicile se fait par emploi direct, en mode mandataire (l'aidant de la personne accompagnée est alors employeur)

COMMENT Y ACCEDER ?

- Les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- Votre mairie ou votre conseil départemental peuvent également vous renseigner
- **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées (MDPH) peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH

QUELQUES EXEMPLES

L'association Bulles d'Air

Située à Chambéry, Bulles d'Air propose un service de **suppléance à domicile** avec une antenne en Isère, une en Savoie, une dans l'Ain et une autre pour la Drôme et l'Ardèche. Plus d'info ici

Baluchon France ®

Baluchon France favorise le répit de longue durée. Elle aide aussi les porteurs de projets de répit qui s'engagent sur un certain nombre de critères permettant de garantir la conformité de leur service et satisfaire à des engagements de qualité pour assurer la santé et la sécurité de l'aidant, de l'aidé et le professionnel. Plus d'info ici

MiRéDo

MiRédo propose des relayages à domicile, en Corrèze, Haute Vienne et en Creuse. Pour les bénéficiaires du relayage, un soutien financier est apporté notamment par le Conseil départemental 19, *AG2R La Mondiale* et *Klésia*. Le dispositif permet la mise en œuvre d'un relayage à domicile de 2 jours à une semaine (5 jours et 4 nuits) pour permettre aux aidants de prendre du répit. L'intervenant assurant le relayage est un auxiliaire de vie sociale formé aux spécificités du handicap. Ce professionnel assure l'aide et l'accompagnement nécessaire à la personne en situation de handicap, sur toute la durée de l'opération de suppléance. Plus d'info ici

D'autres associations proposent des formes de **relayage à domicile** dans le cadre de l'expérimentation de dérogations au droit commun du travail (loi ESSOC) qui permet l'intervention à domicile d'un seul professionnel, en relai du proche aidant, auprès de la personne accompagnée sur une période allant de 36h à 6 jours consécutifs et qui a été prolongée jusqu'au 31 décembre 2023 : Liste des porteurs engagés dans l'expérimentation.

4 FORFAIT TEMPS LIBRE

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Le principe du « **forfait temps libre** » est de proposer aux aidants une solution de répit à domicile. Il permet aux aidants de **bénéficier d'heures de temps libre dans l'année**. Pendant ces temps libres, un professionnel qualifié se déplace au domicile pour remplacer l'aidant et être auprès du proche aidé. Ces « forfaits temps libre » sont proposés par les plateformes d'accompagnement et de répit (PFR).

QUELS OBJECTIFS ?

- → **Ménager du temps pour l'aidant** pour sa vie professionnelle ou personnelle, ou pour des imprévus
- → **Prévenir une situation d'épuisement** de l'aidant
- → **Proposer une prise en charge individualisée** et rassurante pour la personne aidée

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- L'aidant doit exprimer le besoin de disposer de temps libre auprès de la PFR, pour se détendre ou pour assurer des activités que l'on ne peut pas faire en compagnie de son proche (démarche administrative, rendez-vous ou participation à un événement particulier, etc.)
- Un professionnel prend le relai auprès de la personne aidée pendant que l'aidant est absent.
- Les activités réalisées avec la personne aidée seront adaptées et choisies selon ses envies (atelier cognitif, activité manuelle, discussion, promenade, jeu de société…).

Selon les forfaits, **une participation financière peut être demandée aux familles**. Il s'agit généralement d'une participation de 5€ / heure d'intervention.

COMMENT Y ACCEDER ?

- → Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées référence les PFR de chez vous
- → Le site Soutenir les aidants recense les PFR des Hauts-de-France
- → **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées (MDPH) peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH
- → Les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- → Votre mairie ou votre conseil départemental peuvent également vous renseigner

QUELQUES EXEMPLES

PFR Yvelines Nord-Est

Cette PFR propose un **forfait temps libre** aux aidants de personnes ayant la maladie d'Alzheimer ou apparentée. Un professionnel se déplace au domicile pour donner du temps libre aux aidants en semaine de 9h à 17h, sur un créneau de 1h à 3h (5€/heure). Plus d'infos ici

PFR Jeanne Garnier (Paris Ouest)

Leur « forfait temps libre » s'adresse aux aidants de personnes malades d'Alzheimer ou de maladies apparentées vivant dans un même domicile, dans Paris Ouest. L'aidant, moyennant 5€/heure, pourra bénéficier de 48 heures de temps libre annuels. Plus d'infos ici

5 REPIT PARENTAL

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Le **dispositif d'aide et d'accompagnement à domicile**, porté par les caisses d'allocations familiales (CAF), agit en faveur du **répit parental**, notamment pour les parents d'enfants en situation de handicap. Il s'agit de faire intervenir des professionnels au domicile des familles pour accompagner l'enfant, via les services d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD) familles, afin de permettre aux parent de s'absenter.

QUELS OBJECTIFS ?

- → **Accompagner les parents dans les démarches** médicales, administratives ou visant à l'inclusion de leur enfant (entrée à l'école, recherche de structures d'accueil…)
- → **Permettre aux parents de faire face à l'épuisement** en leur libérant du temps de répit pour des activités personnelles ou professionnelles

COMMENT CA MARCHE ?

Durée

L'accompagnement se fait sur une durée d'un an maximum, sans limite d'heures d'intervention. Le temps de répit, durant lequel les parents pourront s'absenter, peut représenter jusqu'à 50% des heures de l'intervention du SAAD.

Fonctionnement

Plusieurs types d'accompagnement : garde de l'enfant, repérage, diagnostic et reconnaissance des troubles chez l'enfant ; accompagnement dans le repérage et les démarches vers les services spécialisés, les acteurs médicaux ou paramédicaux, les structures et professionnels de l'accueil des jeunes enfants, etc.

La CAF finance partiellement les heures d'interventions des SAAD. Une participation financière par heure d'intervention, modulée selon le quotient familial, est demandée aux bénéficiaires.

COMMENT Y ACCEDER ?

- → Les conditions d'éligibilité à ce dispositif :

  Parents d'un enfant de moins de 18 ans en situation de handicap
  - ou bénéficiaire de l'allocation de l'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) ;
  - ou faisant l'objet d'une orientation de la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) ou d'une prise en charge spécialisée ;
  - ou en cours de reconnaissance du handicap ;
  - ou pour lequel les parents bénéficient de l'allocation journalière de présence parentale (AJPP).

- → Les parents d'enfants en situation de handicap peuvent faire leur demande d'accompagnement auprès de leur CAF de rattachement, ou directement auprès d'un SAAD famille conventionné avec la CAF. Site des CAF. Si les parents s'adressent directement au SAAD, celui-ci assure une évaluation des besoins qui devra être validée par la CAF.

Zoom sur

PASSERELLE ASSIST'AIDANT
Le répit à domicile • Association

La Passerelle Assist'Aidant, présente dans Paris Centre (1er, 2ème, 4ème, 5ème, 6ème, 13ème, 14ème arrondissement) et en Indre-et-Loire, propose une sensibilisation des aidants de personnes âgées au domicile, en leur apportant soutien en fonction des besoins et en construisant un plan d'aide personnalisé.

Ce plan d'aide permet :

- Un suivi et un accompagnement sur un an, grâce à 6 visites au domicile réparties sur l'année ;
- La mise à disposition d'une équipe pluridisciplinaire de professionnels diplômés (psychologue, médecin gérontologue, sophrologue, ergothérapeute, diététicien, médiateur familial…) ;
- Un travail en partenariat avec les autres dispositifs existants ;
- Une information et une orientation vers des dispositifs adaptés ; le plan d'accompagnement se conclut en effet sur un bilan qui permet d'orienter l'aidant familial vers des dispositifs existants.

L'aidant peut se renseigner auprès d'une assistante sociale, du CCAS de sa Mairie ou contacter directement Passerelle Assist'Aidant pour se renseigner (leur site est disponible ici). Cependant, seul un professionnel du secteur du maintien à domicile peut demander l'intervention de Passerelle Assist'Aidant.

L'intégration du proche aidant dans le dispositif se fait après validation d'un comité technique, qui établit le plan d'aide en lien avec le psychologue de Passerelle Assist'Aidant.

RELAI ET SOUTIEN LA NUIT

→ Garde itinérante et soins à domicile

→ Accueil de nuit

6 GARDE ITINERANTE ET SOINS A DOMICILE

DE QUOI PARLE-T-ON ?

La garde itinérante de nuit est un dispositif **de passages de courte durée à domicile en dehors des horaires d'intervention des services intervenant en journée**, pour de l'aide, du soin ou plus simplement une présence. Ces passages peuvent être programmés ou en urgence.
Ce dispositif s'inscrit dans le champ du service à la personne lorsqu'il est effectué par un service d'aide à domicile, et dans le champ médico-social lorsqu'il est effectué par un SSIAD ou un SPASAD.

QUELS OBJECTIFS ?

- → **Offrir des prestations de compensation des actes de la vie courante** en relais de dispositif de soin (SSIAD/ SPASAD) ou d'aide (SAAD)
- → **Soutenir et soulager le proche aidant** en jouant le rôle de référent pour la téléassistance à domicile, en le rassurant ou le suppléant ponctuellement ou sur une courte durée
- → **Réduire les hospitalisations évitables et/ou permettre le retour à domicile** en sécurité après une hospitalisation

COMMENT CA MARCHE ?

Durée

- Interventions limitées dans la durée (souvent 1/2h) spontanées, régulières ou intermittentes
- Des créneaux de nuit de 20h à 7h avec des éventuelles astreintes

Fonctionnement

Les actes proposés sont divers :
- Aide au coucher, Aide à la mobilisation
- Discussion, soutien, maintenance
- Surveillances diverses (prise de médicament, de repas, hydratation, etc.)
- Sécurisations de l'environnement (ex : fermer les volets)

C'est une **prestation payante**, mais il est possible de mobiliser l'APA (pour les personnes âgées en perte d'autonomie), la PCH (pour les personnes en situation de handicap) ou l'ARDH (aide au retour à l'hospitalisation financée par la CARSAT), ou les mutuelles. Lorsqu'un **SSIAD de nuit** intervient, l'assurance maladie prend en charge la prestation via la dotation du service, le bénéficiaire ne paye rien.

COMMENT Y ACCEDER ?

- → **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées (MDPH) peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire
- → **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- → Le médecin traitant peut être sollicité concernant les soins à domicile
- → Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées recense les solutions mobilisables la nuit

QUELQUES EXEMPLES

« La vie à domicile » de la Maison de la santé et des aidants

L'association propose une garde de nuit. Créée en 2004 à Bordeaux Métropole – Mérignac. Service habilité à l'aide sociale, soumis à un cahier des charges spécifique du Département, qui l'engage sur l'accompagnement des personnes à faibles revenus. Plus d'infos ici.

L'Entraide

L'Entraide propose une garde itinérante de nuit en Auvergne-Rhône-Alpes à partir de 19h, en relais des soins du SSIAD en journée. Des aides-soignantes assurent l'aide au coucher, la prise du traitement et la surveillance de nuit. Ce service fonctionne comme un SSIAD de nuit avec un encadrement et des astreintes 24h/24.

SPASAD APF France Handicap

Le SPASAD APF France Handicap de la Haute-Vienne développe depuis 2006, un service de garde itinérante de nuit ("Veille Itinérante de Nuit"), qui fonctionne avec deux tournées : une de 18h à minuit et une seconde de 22h à 7h. Cette équipe d'auxiliaires de vie sociale effectue des interventions programmées et des interventions non programmées sur appel (de personnes au préalable enregistrées sur leur fichier). Les bénéficiaires sont des personnes en situation de handicap, une prise en charge financière via la PCH est possible. Pour en savoir plus, vous pouvez envoyer un mail à : spasad.limoges@apf.asso.fr.

7 ACCUEIL DE NUIT

DE QUOI PARLE-T-ON ?

L'accueil de nuit est un **mode d'hébergement à temps partiel en établissement médico-social**, prévu pour des personnes vivant à domicile. Il est généralement proposé dans un EHPAD ou en résidence autonomie. Un type d'offre similaire peut être proposé par des établissements du secteur du handicap.

QUELS OBJECTIFS ?

→ **Soutenir la vie à domicile** en permettant aux personnes accueillies de demeurer dans leur cadre de vie habituel, en profitant temporairement d'un cadre sécurisé et de prestations pendant le séjour
→ **Permettre aux proches aidants de prendre du repos** et de bénéficier de temps de répit

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- L'accueil peut s'étendre du dîner au petit-déjeuner.
- Le personnel de l'établissement assure la surveillance et l'accomplissement des actes de la vie quotidienne (aide au coucher, lever, habillage, toilette, prise de repas, prise de médicament…).
- Des activités supplémentaires sont parfois organisées.

C'est une **prestation payante mais en partie financée**. Pour les bénéficiaires : pour couvrir le reste à charge, il est possible de mobiliser de l'aide financière apportée par l'allocation personnalisée d'autonomie (l'APA) à domicile.

COMMENT Y ACCEDER ?

→ Vous pouvez vous renseigner auprès des établissements médico-sociaux à proximité
→ Vous pouvez vous renseigner auprès de votre Plateforme d'accompagnement et de répit (PFR)
→ Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées recense des structures d'accueil proposant ce type d'offres
→ **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres

QUELQUES EXEMPLES

Résidence du Père Laurent (Herbignac, Loire-Altantique)

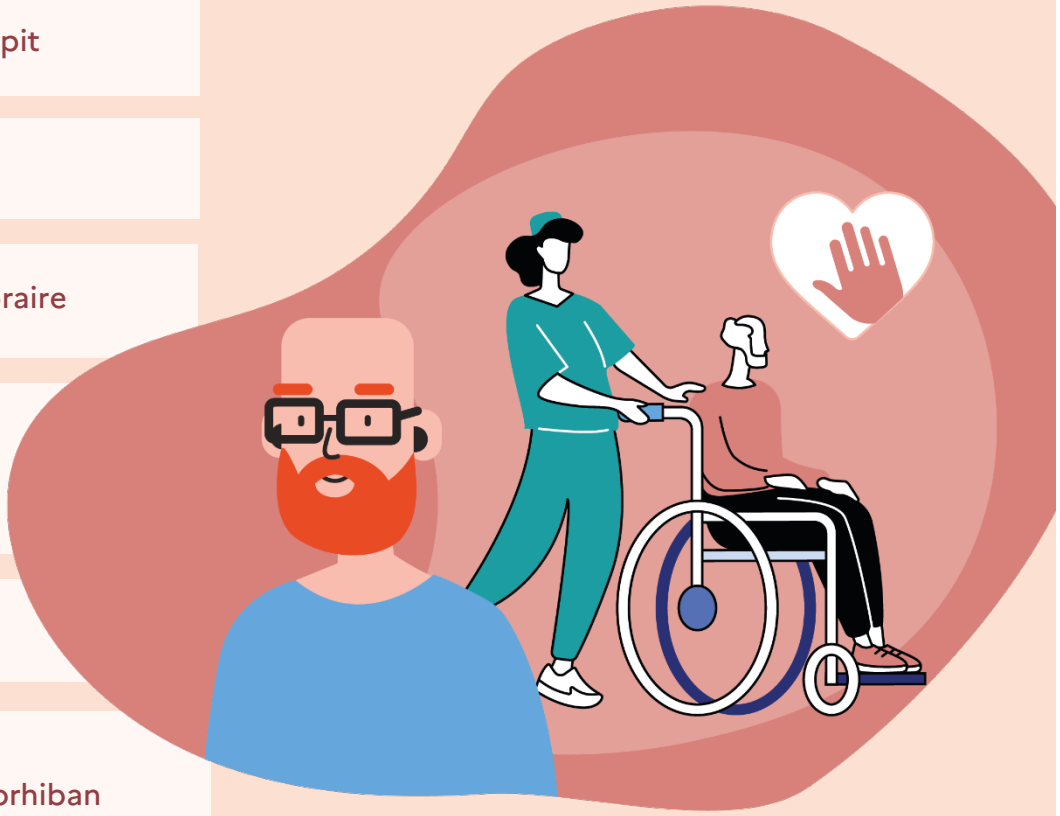
L'accueil de nuit proposé est destiné aux personnes vivant à domicile atteintes de la maladie d'Alzheimer (ou autres maladies apparentées) pour une durée de 15 jours à 3 mois consécutifs, renouvelables sous conditions. Prise en charge de 18h à 9h. Les repas sont inclus, mais pas les transports (des aides du département existent). Le reste à charge est de 30 euros pour la nuitée. Plus d'infos ici.

EHPAD La Madeleine (Bergerac, Dordogne)

L'accueil de nuit est destiné aux personnes âgées en situation de dépendance vivant à domicile. Prise en charge prévue de 17h30 à 8h30, par une équipe d'aides médico-psychologiques formées en soins gérontologiques. Le coût de 35 euros par nuit comprend animation, restauration et transport. Il est possible de bénéficier d'une aide financière via l'allocation personnalisée d'autonomie (APA). Plus d'infos ici.

RELAI ET SOUTIEN A L'EXTERIEUR DU DOMICILE

- → Accueil familial de répit
- → Accueil de jour
- → Hébergement temporaire
- → Maison de répit et équipe mobile de répit
- → Halte-répit
- → Zoom sur : Week-end dans le Morhiban



8 ACCUEIL FAMILIAL DE REPIT

DE QUOI PARLE-T-ON ?

L'accueil familial est un dispositif placé sous la responsabilité du Président du conseil départemental permettant à une personne âgée ou en situation de handicap de bénéficier d'un accueil chez un particulier. Elle dispose au minimum d'une chambre, participe à la vie de famille et bénéficie d'un accompagnement personnalisé. C'est une alternative entre le maintien à domicile et l'accueil en établissement.

QUELS OBJECTIFS ?

→ Proposer une souplesse dans la prise en charge : l'accueil peut être permanent (contrat conclu pour une durée indéterminée) ou temporaire, à temps complet (24h/24) ou à temps partiel (par exemple en format d'accueil de jour), ou séquentiel (par exemple, un weekend tous les mois).
→ Eviter l'isolement et développer une vie sociale stimulante pour la personne accueillie

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- Le Conseil départemental forme et contrôle les accueillants familiaux et assure le suivi social et médico-social des personnes accueillies.
- L'accueillant doit justifier de conditions d'accueil assurant la santé, la sécurité, le bien-être physique et moral des personnes accueillies, s'engager à assurer la continuité de l'accueil et à suivre les formations organisées relatives aux besoins de la personne accueillie.
- Les conditions matérielles et financières de l'accueil sont définies dans un **contrat d'accueil** conclu entre l'accueillant et l'accueilli ou son représentant légal, conformément à un modèle national. Ce contrat garantit à l'accueillant des droits en matière de rémunération, de congés payés et de couverture sociale.

La personne accueillie rémunère l'accueillant et verse des cotisations sociales. Cette rémunération recouvre : services rendus + indemnités de sujétions particulières + indemnité de congé, soit au total, environ 30€ minimum par jour, cotisations sociales incluses.

Des aides peuvent financer la rémunération de l'accueillant :
- Aides sociales : Allocation Personnalisée d'Autonomie, Prestation de Compensation du Handicap, Aide sociale départementale (prestation subsidiaire qui a vocation à couvrir les dépenses restant à la charge de la personne)
- Un crédit d'impôt égal à 50 % de la rémunération et des cotisations sociales afférentes versées (dans la limite de 12 000 €, avec cas particuliers).

Pour le financement de l'indemnité de mise à disposition de la pièce réservée à la personne accueillie : les allocations logement peuvent être mobilisées.

COMMENT Y ACCEDER ?

S'adresser à son Conseil départemental qui l'orientera vers un accueillant familial susceptible de répondre à ses besoins et à ses attentes. Vous pouvez trouver votre Conseil départemental ici .

EXEMPLE

Conseil départemental du Nord

Le Conseil départemental du Nord a développé 8 réseaux de soutien et de formation (un par territoire) pour les 520 accueillants familiaux. L'objectif est de développer l'accueil familial temporaire avec des formules plus souples et avec un soutien des plateformes de répit qui peuvent jouer les facilitateurs

9 ACCUEIL DE JOUR

DE QUOI PARLE-T-ON ?

L'accueil de jour (AJ) est une modalité d'accueil non permanent et sans hébergement, pour les personnes âgées en perte d'autonomie, atteintes de maladie d'Alzheimer et apparentées, en situation de handicap ou atteintes de maladie chronique invalidante.

En fonction de la situation, la personne pourra être accueillie pour une ou plusieurs journées par semaine, voire demi-journée, dans un établissement social ou médico-social. L'accueil peut être organisé sur des places spécifiques dans une structure assurant de l'hébergement permanent, ou au sein d'une structure exclusivement destinée à l'accueil de jour.

Pour les personnes en situation de handicap, en cas d'urgence, il est possible d'être admis dans un établissement proposant de l'accueil de jour sans notification préalable de la CDAPH, le directeur de l'établissement devant effectuer une régularisation administrative par la suite.

QUELS OBJECTIFS ?

→ Soutenir le projet de vie à domicile de la personne aidée et assurer une continuité dans leur parcours
→ Eviter l'isolement, entretenir et préserver les capacités de la personne aidée
→ Proposer du temps de répit pour le proche aidant ou pour une situation d'urgence

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- Pour les personnes âgées, 3 types d'actions peuvent être proposées (de manière non exclusive) : activités de stimulation cognitive, activités autour de la nutrition (confection des repas…), activités de bien-être (sorties, techniques de relaxation, activités physiques adaptées)
- Pour les personnes en situation de handicap : interventions éducatives, culturelles, thérapeutiques, activités pédagogiques, ludiques, physiques adaptées, participation aux tâches quotidienne (si possible), actions de bien-être.
- En fonction du niveau d'autonomie des personnes accueillies, des ateliers de cuisine, peinture, écriture etc., peuvent être organisés.

Pour les personnes âgées, l'accueil de jour peut être en partie ou entièrement financé par l'allocation personnalisée d'autonomie (APA). Il est possible dans certains départements de bénéficier de l'aide sociale à l'hébergement (ASH) en complément. Si le plafond de l'APA est atteint, le droit au répit peut être activé pour aider au financement du reste à charge. L'assurance maladie finance le transport entre le domicile de la personne aidée et le lieu d'accueil.

Pour les personnes en situation de handicap une demande de prise en charge du département auprès de la MDPH peut être faite. Le reste à charge est entièrement financé par l'assurance maladie pour les mineurs en situation de handicap ; pour les adultes en situation de handicap, il s'élève à 2/3 du montant du forfait journalier hospitalier.

Le coût restant à charge peut être financé par la caisse de retraite, la complémentaire santé, une assurance ou encore certaines communes.

Une aide ponctuelle peut également être accordée en cas d'hospitalisation du proche aidant. La demande doit être faite au Conseil départemental.

COMMENT Y ACCEDER ?

- Les plateformes de répit (PFR) peuvent renseigner les aidants sur les accueils de jour existants
- Le site Trajectoire permet de rechercher un accueil de jour
- Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées recense les accueils de jour
- **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées (MDPH) peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH. Une orientation de la CDAPH est nécessaire pour l'admission en accueil de jour – sauf urgence.

EXEMPLE

L'accueil de jour itinérant

L'accueil de jour itinérant est une organisation mise en place pour favoriser le maintien à domicile des personnes âgées en situation de dépendance (et parfois les personnes en situation de handicap) : elle répond directement aux besoins dans des zones moins densément peuplées. Une équipe pluridisciplinaire se déplace au plus proche des personnes en proposant des activités au sein de locaux situés à proximité de leur domicile.

Afin de trouver l'accueil de jour itinérant le plus proche, vous pouvez vous renseigner auprès d'un CLIC pour les personnes âgées (Centre Local d'Information et de Coordination), d'un CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) ou de la plateforme de répit.

10 HEBERGEMENT TEMPORAIRE

DE QUOI PARLE-T-ON ?

L'hébergement temporaire est un mode d'accueil s'adressant aux personnes en situation de handicap et aux personnes âgées dépendantes, atteintes de la maladie d'Alzheimer ou apparentée. Il peut intervenir dans le cadre d'une situation complexe ou de crise, mais également être une transition entre le domicile et la vie en collectivité ou être mobilisé suite à une hospitalisation.

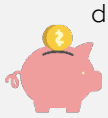
QUELS OBJECTIFS ?

- → Héberger temporairement la personne lorsque le maintien à domicile est compromis
- → Constituer un premier essai de vie en collectivité avant une entrée en établissement
- → Servir de transition avant le retour à domicile après une hospitalisation
- → Répondre à un besoin de répit de l'aidant

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- L'hébergement s'étend une période limitée dans le temps (90 jours/an)
- Des activités sont proposées en fonction des besoins et de la situation de la personne accueillie (ateliers thérapeutiques, relaxation, soins esthétiques, socialisation, activités favorisant un retour à domicile si besoin…)



Une participation aux frais d'hébergement est demandée aux personnes accueillies Des aides existent pour aider à financer le reste à charge :

- L'aide sociale à l'hébergement (ASH)
- Personnes âgées : l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) et les aides des mairies et départements. En savoir plus sur ce lien
- Personnes en situation de handicap : le reste à charge est entièrement financé par l'assurance maladie pour les mineurs en situation de handicap ; pour les adultes en situation de handicap, il est du montant du forfait journalier hospitalier.

COMMENT Y ACCEDER ?

- → Les plateformes de répit (PFR) peuvent renseigner les aidants sur les accueils de jour disponibles
- → Le portail d'information grand public Pour les personnes âgées recense les hébergements temporaires
- → **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- → **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées (MDPH) peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles : Annuaire des MDPH. Une orientation de la CDAPH est nécessaire pour l'admission en hébergement temporaire – sauf urgence.

EXEMPLE

Les maisons d'accueil temporaire (Nouvelle

Ce sont des structures de 17 places d'hébergement temporaire et 10 places d'accueil de jour pour les personnes âgées, en priorité celles atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées et/ou en perte d'autonomie et vivant à domicile. Elles ont la particularité de proposer sur un site unique les différentes modalités d'accueil temporaire : accueil de jour et hébergement temporaire, sans être adossées à un EHPAD. Les principaux objectifs recherchés sont le répit des aidants et la préservation de l'autonomie des bénéficiaires.

11 MAISON DE REPIT ET EQUIPE MOBILE DE REPIT

DE QUOI PARLE-T-ON ?

La Maison de répit est un dispositif d'hébergement et d'accompagnement, répondant aux besoins des proches aidants. Elle accueille, pour la journée ou pour des séjours courts et réguliers, la personne aidée et/ou ses aidants, dans un cadre médical sécurisé. Des activités thérapeutiques, sociales, de bien-être ou des formations, peuvent être proposées. La Maison de répit dispose également d'une équipe mobile chargée d'évaluer les situations avant le séjour, afin d'accompagner le couple aidant-aidé.

QUELS OBJECTIFS ?

→ Soutenir et accompagner les proches aidants en proposant une solution de répit
→ Permettre aux proches aidants de se ressourcer au sein de la Maison de répit, être accompagné
→ Permettre le maintien à domicile des personnes fragiles en évitant les ruptures de parcours

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- La Maison de répit peut être portée par tout acteur, public et/ou privé. Elle assure une surveillance médicale et une continuité des soins pour la personne aidée
- Des séjours courts sont proposés pour la personne aidée seule, pour le proche aidant seul ou pour le couple aidant-aidé
- Les modalités d'accueil, les objectifs et la durée du séjour sont précisés une fois l'admission validée. Un calendrier d'accueils programmés peut être mis en place.
- L'Équipe mobile est chargée de l'accompagnement des proches aidants et plus largement des couples aidants-aidés. Elle assure le lien entre le domicile et la Maison de répit
- Le cas échéant et sur demande des familles, la Maison de répit peut accueillir et accompagner la fin de vie, pour des patients déjà suivis par le dispositif

Une participation aux frais d'hébergement à hauteur du forfait hospitalier journalier est demandée aux personnes accueillies. Les séjours sont gratuits pour les enfants malades ou en situation de handicap et pour les personnes relevant de la Couverture Médicale Universelle.
Des prises en charge par les organismes de protection sociale, les caisses de retraites et mutuelles sont possibles, dans le cadre de contractualisations.

COMMENT Y ACCEDER ?

→ L'accès aux places d'hébergement (temporaire) s'effectue pour les personnes aidées dans les conditions du droit commun en fonction de la typologie des places.
→ Il existe pour l'instant une maison de répit ouverte en France : la Maison de répit de Lyon, actuellement accessible aux enfants et adultes de moins de 60 ans malades ou en situation de handicap résidant dans la métropole de Lyon, et s'ils le souhaitent, à leurs proches aidants

EXEMPLE

Maison de répit et équipe mobile de la métropole de Lyon

MAISON DE **RÉPIT**
DE LA MÉTROPOLE DE LYON

La Maison de répit de Lyon accueille des **personnes malades ou en situation de handicap** seules (de 0 à 60 ans, habitant la Métropole de Lyon) lorsque leurs proches ne sont plus en mesure de les prendre en charge, ou simplement pour gérer ou prévenir une situation d'épuisement. Elle propose :

- 30 jours de répit annuel, consécutifs ou fractionnés (selon le souhait des familles)
- Une surveillance médicale assurée par des soignants présents 24h/24
- Une continuité de soins, en lien avec les médecins traitants
- Des équipements, des services et des activités adaptées
- Un accompagnement assuré par des professionnels et bénévoles formés.

La Maison de répit de Lyon propose également des **séjours familiaux**, pour lesquels un ou plusieurs proches peuvent être accueillis dans la chambre de la personne malade ou handicapée ou dans des chambres séparées, ou dans un studio familial, pour un temps de répit et d'accompagnement en vue d'un retour plus serein au domicile. Il existe alors :

- La possibilité de séjourner avec ou à proximité de leur proche
- Un soutien psychologique et social
- Des lieux et des temps de parole, de rencontres et d'échanges
- Des activités de bien-être (spa, sophrologie, activités physiques douces...)

Des informations sont accessibles sur le site internet de la Maison de répit de Lyon ici et celui de la Fondation France Répit ici.

12 HALTE - REPIT

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les haltes-répit permettent à des personnes âgées en perte d'autonomie, en situation de handicap ou atteintes de maladies chroniques ou neurodégénératives, de participer quelques heures, une demi-journée ou une journée à des activités socioculturelles et ludiques, en dehors du domicile. La personne aidée est prise en charge dans un lieu agréable, adapté et sécurisé et encadré par du personnel formé. La halte-répit est une solution souple et non médicalisée.

QUELS OBJECTIFS ?

→ Permettre aux aidants d'avoir du répit, de concilier vie professionnelle et personnelle, de se ressourcer sereinement, ou bien d'avoir une solution pour les imprévus
→ Permettre aux aidés de bénéficier d'un lieu d'accueil avec une prise en charge individualisée
→ Proposer un cadre rassurant alliant socialisation, stimulation et valorisation des acquis

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- Les haltes répit peuvent être des structures indépendantes, portées par des associations et/ou une commune via son centre communal d'action sociale (CCAS), être adossées à un établissement médico-social ou être portées par une Plateforme d'accompagnement et de répit (PFR).
- Accueil sur une ou plusieurs demi-journées, dont la fréquence varie selon la halte-répit.
- Plusieurs activités sont possibles en fonction du profil de la personne accueillie : activités créatives, jeux de société, ateliers de mémoire, chant, musique, promenades, ateliers cuisine, ateliers de bien-être, de motricité ou simulation sensorielle (écoute musicale, massage…), etc.

Selon les haltes-répit, une participation financière peut être demandée aux familles.

COMMENT Y ACCEDER ?

Il est possible de se renseigner auprès de sa mairie, d'un CCAS (dont l'annuaire est accessible sur le site annuaire.action-sociale.org), d'un centre intercommunal d'action sociale (CIAS) ou auprès d'un Centre Local d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) (annuaire disponible sur le site pour-les-personnes-agees.gouv.fr).

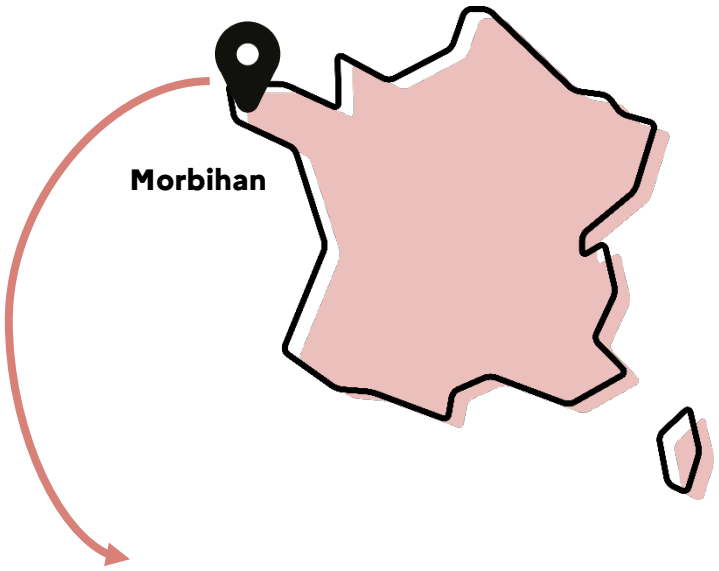
EXEMPLE

L'ADMR des Côtes d'Armor

En Bretagne, l'ADMR des Côtes d'Armor propose une halte-répit à destination de personnes âgées souffrant de maladies neurodégénératives ou de troubles apparentés et de leurs proches aidants. Cette halte-répit permet de répondre aux besoins de répit des proches aidants de personnes atteintes de maladie neurodégénérative ou apparentée, vivant à domicile mais ne pouvant plus bénéficier de l'accueil de jour du fait de leur état de santé. Elle est ouverte tous les samedis de 11h à 16h, sauf fermeture annuelle, et peut accueillir jusqu'à 5 personnes.

En Bretagne également, la Mutualité française propose une halte-répit portée par la plateforme de répit du Morbihan-Sud à destination des personnes âgées en perte d'autonomie, les personnes en situation de handicap et leurs proches aidants (le dispositif étant principalement déployé dans le champ des personnes âgées). Ouverte l'après-midi 5 jours par semaine, elle peut accueillir jusqu'à 5 personnes. Les aidants emmènent et viennent chercher leur proche quand ils le souhaitent, sur les horaires d'accueil.

Zoom sur



Week-end répit dans le Morbihan

Le weekend répit est organisé par la plateforme d'accompagnement et de répit des aidants adossée à **l'EHPAD de Beaupré Lalande**, dans le département du Morbihan. Il s'agit d'un **accueil, avec ou sans hébergement, de personnes atteintes de troubles neurodégénératifs sur un week-end** (à la journée ou pour deux jours).

Ce court séjour de répit est organisé **un week-end par mois**, les transports étant assurés par les professionnels de la plateforme et les repas étant pris sur place. 5 à 6 personnes peuvent être accueillies en même temps. La maison est adaptée aux personnes à mobilité réduite, et le personnel formé propose des activités en fonction du profil de la personne accueillie.

Le tarif pour l'usager est de 37,98 € pour une journée et de 107,11 € pour deux jours avec nuitée. Pour aider au financement de cette prestation, l'usager peut mobiliser les aides habituelles, détaillées dans la fiche sur les aides financières par exemple.

Les proches aidants du Morbihan peuvent demander plus de renseignements en envoyant un mail ici.

ECHANGER ET PARTAGER

- → Lieux et réseaux de partage et d'expression
- → Ateliers artistiques pour les jeunes aidants
- → Zoom sur : La pause brindille

13 LIEUX ET RESEAUX DE PARTAGE ET D'EXPRESSION

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Des « **cafés et bistrots » destinés aux proches aidants** sont des lieux d'échange, de soutien et d'information. Il existe aussi des **réseaux d'entraide**, portés notamment par des associations, qui peuvent être formalisés ou non qui permettent aux aidants de bénéficier de conseils, d'informations pratiques ou d'écoute.

QUELS OBJECTIFS ?

→ **Echanger autour du vécu de l'aidant** afin de répondre aux besoins de soutien, de partage et d'informations
→ **Rencontrer des personnes** avec une expérience similaire et nouer des relations amicales
→ **Améliorer la relation aidant-aidé** en permettant à l'aidant de mieux vivre sa situation

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

- Aucune inscription n'est généralement nécessaire à la participation à un café ou bistrot. Il n'est pas nécessaire non plus de s'engager ou d'y participer régulièrement.
- Certains lieux d'échange font partie d'un réseau de partenaires et les professionnels et bénévoles impliqués dans les lieux de partage varient en fonction des structures.

Les cafés et bistrots des aidants sont très majoritairement **gratuits**.

COMMENT Y ACCEDER ?

→ Le portail Pour les personnes âgées recense les soutiens à destination des proches aidants
→ **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
→ La carte des Cafés des aidants® recense les lieux animés par l'Association française des aidants et celle des Bistrots mémoire® des aidants recense ceux gérés par l'Union des Bistrots mémoire.

QUELQUES EXEMPLES

Café des Aidants®

Réseau géré par l'Association française des Aidants. Rencontres organisées dans des lieux ouverts à tous, animées par un travailleur social et un psychologue, avec une thématique.

Bistrot Mémoire®

Réseau géré par l'Union des Bistrots mémoire. Rencontres pour les personnes avec des troubles de la mémoire et leurs aidants, ouvertes à tous, dans des cafés, animées par un psychologue et des bénévoles. Il en existe dans 22 départements.

La compagnie des aidants

Association qui accompagne les aidants en leur apportant un réseau, des conseils, une écoute et des informations pratiques, grâce aux divers outils proposés par l'association. Plus d'infos ici.

En Centr'aidant

Réseau social des aidants pour mettre en relation les aidants d'un territoire afin de créer du lien social, des moments de répit et valoriser les ressources locales. Plus d'infos ici.

14 ATELIERS ARTISTIQUES POUR LES JEUNES AIDANTS

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les **ateliers artistiques** pour les jeunes aidants entre 8 et 18 ans sont des **temps de répit et des lieux d'expression** qui permettent aux jeunes de souffler, de se rencontrer et de faire communauté.

QUELS OBJECTIFS ?

→ **Offrir du répit** aux jeunes aidants
→ **Permettre de nouer des liens** avec d'autres jeunes dans la même situation
→ **Obtenir des effets positifs** sur le jeune aidant et sur sa vie familiale

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement :

- Les ateliers artistiques peuvent avoir lieu pendant les vacances scolaires ou les weekends.
- Ateliers proposés : création d'un court-métrage (écriture de scénario, choix de l'histoire, réalisation des bruitages...) ou d'une pièce de théâtre ; projection des films réalisés, ateliers de photographie ; ateliers avec un psychologue ; activités de loisirs, soirées à thème, etc.

Les ateliers cinéma-répit sont **gratuits** pour les jeunes aidants et leurs familles.

COMMENT Y ACCEDER ?

Plusieurs associations proposent des ateliers. Un label octroyé par l'Association nationale JADE existe.

→ La carte des ateliers artistiques-répit JADE est disponible ici.
→ Les plateformes d'accompagnement et de répit (PFR) peuvent également informer les aidants, voir sur le portail d'information grand public Pour les personnes âgées
→ Les sites des associations agissant en faveur des aidants peuvent également être consultés

QUELQUES EXEMPLES

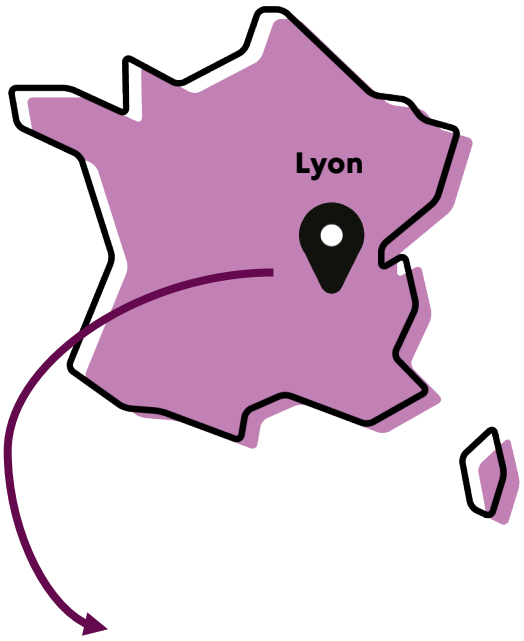
Association nationale Jeunes AiDants Ensemble (JADE)

JADE accompagne des projets d'ateliers artistiques : Jeunes Aidants Occitanie, Fondation Seltzer (Hautes Alpes), Adapei de Corrèze et du Loiret, Familles Rurales (Eure et Loir), PFR ELSAA (Audomarois), Les ateliers cinéma-répit JADE accueillent 24 jeunes chaque année pendant les vacances scolaires d'automne et d'hiver. Chaque jeune réalise son propre film pour partager et raconter son expérience d'aidant. L'association propose aussi un séjour de répit l'été, gratuit. Plus d'info ici.

Association Française des aidants

Ateliers dédiés aux jeunes aidants de 1 3 à 17 ans à Paris afin de leur permettre d'échanger et de partager à travers une activité culturelle. Les ateliers sont encadrés par un animateur culturel et un psychologue. Il est possible de choisir entre théâtre ou photographie. Plus d'info ici.

Zoom sur



LA PAUSE BRINDILLE
Le réseau des jeunes aidant.e.s

La Pause Brindille est une association dédiée aux **jeunes aidants de 13 à 25 ans** qui s'occupent d'un proche malade, en situation de handicap ou d'addiction. Ils organisent notamment un **service d'écoute (Brind'ecoute)** pour tous les jeunes aidants sur le territoire national et des **ateliers d'échange**, en ligne ou en présentiel, pour permettre la rencontre entre les jeunes aidants d'une même région.

L'objectif poursuivi est de construire une communauté de partage digitale via l'application « Tribu Brindille », pour qu'ils se sentent moins isolés et qu'ils puissent s'entraider.

L'association est localisée dans le département du 69, sur la métropole de Lyon.
Pour plus d'informations, leur site internet est accessible ici.

VACANCES

→ Séjours vacances répit

15 SEJOURS VACANCES REPIT

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les séjours de vacances sont **des séjours pour les proches aidants, les aidés ou les deux pendant 2 jours au moins dans un lieu dédié** avec une organisation d'activités adaptées. Ces séjours peuvent être organisés par une variété d'acteurs (associatif, privé, plateforme d'accompagnement et de répit, établissements et services médico-sociaux…) et selon des modalités variées.

Pour les personnes en situation de handicap, il existe :

- Des vacances adaptées organisées (VAO) ou de droit commun destinées aux aidés (par exemple, via les organismes : Anae, Villages Vacances, APF France handicap, Vacances Adaptées…)
- Des séjours organisés par des mutuelles ou via des accords-cadres avec certaines mutuelles
- Des villages répit vacances, destinés aux aidés et aux proches aidants
- Une maison de répit (cf. Fiche Maison de répit)

Pour les personnes âgées dépendantes et/ou en situation de fragilité, il existe :

- Des séjours Séniors en vacances de l'ANCV (l'Agence nationale des chèques vacances) pour les proches aidants, les aidés, ou le binôme aidant-aidé (Plus d'info ici)
- Des séjours organisés par des caisses de retraite ou via des accords-cadres avec certaines caisses
- Des séjours vacances organisés par des associations (Petits frères des Pauvres, Secours Populaires, France Alzheimer et maladies apparentées …)
- Des villages répit vacances, destinés aux aidés et aux proches aidants

QUELS OBJECTIFS ?

→ **Proposer un temps de loisir aux aidés et/ou de répit aux proches aidants**
→ **Permettre de souffler** dans un autre lieu que leur lieu de vie habituel

COMMENT CA MARCHE ?

Fonctionnement

Les séjours peuvent comprendre des excursions et des activités : des visites peuvent être organisées, de même que des ateliers de communication, des séances d'art créatif, etc.

Pour les bénéficiaires, il est possible de solliciter : des prises en charge ponctuelles des complémentaires santé (AGIRC/ARCCO), des caisses de retraite ou des mutuelles ; des co-financements apportés par des assurances ; un soutien financier des CAF et des caisses de retraite (MSA, CARSAT) ; des aides communales extralégales ; les chèques vacances de l'Agence nationale pour les chèques vacances (ANCV)…

Pour les personnes en situation de handicap, la prestation de compensation du handicap (PCH ou l'AEEH pour les enfants):

- L'élément 1 « **Aide humaine** » peut financer, l'entretien personnel, les déplacements et la participation à la vie sociale de la personne
- L'élément 3 « **Surcoûts liés au transport** » peut financer des surcoûts liés à un départ annuel en congé
- L'élément 4 « **Charges exceptionnelles** » peut financer des surcoûts liés aux séjours de répit en milieu ordinaire ou de vacances adaptées

Pour les personnes âgées, le module répit de l'APA pour les séjours en hébergement temporaire dans le cadre de l'aide au répit.

COMMENT Y ACCEDER ?

- Il est possible de se renseigner auprès de sa mairie ou de son conseil départemental
- Les plateformes d'accompagnement et de répit (PFR) peuvent également informer les aidants, voir le portail d'information grand public Pour les personnes âgées
- **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
- **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH
- Les sites des associations agissant en faveur des aidants peuvent également être consultés

QUELQUES EXEMPLES

Séjours vacances de France Alzheimer et maladies apparentées

FRANCE ALZHEIMER & MALADIES APPARENTÉES

L'association organise chaque année des séjours à la mer ou à la montagne pour près de 400 personnes malades et leurs proches aidants. L'objectif est de se ressourcer dans un cadre privilégié et sécurisé, avec des loisirs adaptés, des excursions et des activités festives. Ces séjours sont encadrés par des bénévoles formés par l'Association, et des professionnels prodiguant de l'aide aux actes de la vie quotidienne. Trois types de séjours existent : le séjour détente, le séjour autour de l'univers du cheval et le séjour solo, proposé aux proches aidants seuls confrontés à la perte récente de leur proche ou à son entrée en établissement. Plus d'info ici.

APF Evasion

APF Évasion France handicap

APF Evasion organise chaque année 100 séjours pour enfants et adultes en situation de handicap. Les séjours sont encadrés par des professionnels et des bénévoles formés. Le principe est « un vacancier pour un accompagnant ». L'association est également partenaire d'opérateurs de tourisme comme l'UCPA pour proposer des séjours de vacances inclusifs.

Dès 2022, APF Evasion lancera des séjours thématiques et développera des dispositifs de vacances répit pour les familles afin qu'elles partent ensemble et soient accompagnées sur pour pouvoir profiter pleinement des vacances. Plus d'info ici.

Village Répit Vacances

VRF — Vivre le répit en famille c'est maintenant possible !

VRF organise des séjours à destination des aidants et de leur proche aidant.

Trois structures d'accueil existent : le village « Les Cizes », situé dans le Jura, à destination des adultes ou enfants en situation de handicap et leurs familles aidantes ; le village « La Salamandre », proche de la Loire, accueille des personnes atteintes de maladies invalidantes rares et leurs familles ; et le village « Touraine », en Indre et Loire, pour les personnes âgées en situation de dépendance et leurs proches aidants. Plus d'info ici.

AUTRES DISPOSITIFS

→ Téléassistance à domicile

→ Foyer restaurant

16 TELEASSISTANCE A DOMICILE

DE QUOI PARLE-T-ON ?

La **téléassistance à domicile** (principe de la téléalarme) est un service qui permet de mettre en contact une **personne âgée ou en situation de handicap avec un téléopérateur en cas de problème à domicile** (chute, malaise…). Le contact est établi via un médaillon ou une montre portée en permanence. L'intervention (ou non) de professionnels de santé est décidée en fonction du degré d'urgence de la situation.

QUELS OBJECTIFS ?

- → Permet au proche aidant de **s'absenter sans s'inquiéter**.
- → Si ce n'est pas la vocation première de ce dispositif, il peut constituer une **solution de répit** pour les proches aidants.

Ces services et leur coût d'installation **sont parfois financés partiellement ou en totalité par les communes ou les conseils départementaux**. Si la personne aidée bénéficie de l'APA ou de la PCH, vous pouvez également solliciter l'équipe médico-sociale chargée de l'évaluation de la situation.

COMMENT Y ACCEDER ?

- → Il est possible de se renseigner auprès de sa mairie ou de son conseil départemental
- → **Pour les personnes âgées** : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres ainsi que le portail national d'information pour les personnes âgées de la CNSA accessible sur le portail d'information grand public Pour les personnes âgées
- → **Pour les personnes handicapées** : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH

17 FOYER RESTAURANT

DE QUOI PARLE-T-ON ?

Un **foyer-restaurant** est un établissement qui **propose des repas aux personnes âgées de plus de 65 ans** (ou plus de 60 ans pour les personnes reconnues inaptes au travail), et, pour certains, à leurs invités. Certains foyers restaurants **accueillent aussi les personnes en situation de handicap**.
Ils sont gérés par les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) ou les Centres Intercommunaux d'Action Sociale (CIAS) et dépendent parfois d'un autre établissement (EHPA, logement-foyer, etc.).

QUELS OBJECTIFS ?

→ Si ce n'est pas la vocation première de ce dispositif, il constitue **une solution de répit au moment des repas** pour les proches aidants.

Concernant le financement des repas, il est possible d'obtenir **une prise en charge des frais de restauration via l'Allocation personnalisée d'autonomie (APA) ou la Prestation de compensation du handicap (PCH)**. Dans le cas contraire, il est possible d'obtenir de l'aide via l'Aide sociale départementale.

COMMENT Y ACCEDER ?

→ Il est possible de se renseigner auprès de sa mairie ou de son conseil départemental
→ Pour les personnes âgées : les Centre Locaux d'Information et de Coordination pour personnes âgées (CLIC) et les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) peuvent vous renseigner : Annuaire des centres
→ Pour les personnes handicapées : les Maisons Départementales pour les Personnes Handicapées peuvent vous renseigner sur les solutions disponibles sur votre territoire : Annuaire des MDPH