



## ORGANISER SA VIE POUR S'OCCUPER D'UN PROCHE

Les aidants sont les personnes qui accompagnent au quotidien un proche fragilisé par la maladie, le handicap et/ou le grand âge.

Est reconnu comme aidant "le conjoint, le partenaire avec qui on a conclu un pacte civil de solidarité ou son concubin, un parent ou un allié, définis comme aidants familiaux, ou une personne résidant avec elle ou entretenant avec elle des liens étroits et stables, qui lui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou une partie des actes ou des activités de la vie quotidienne." En d'autres termes : le lien avec la personne aidée, la fréquence et la nature de l'aide définissent le statut d'aidant.

Le décret de la loi (n° 2015-1776 du 28 décembre 2015) pour l'adaptation de la société au vieillissement (ASV) a formalisé le statut juridique de l'aidant, et a permis une extension de vos droits ainsi qu'une meilleure prise en compte de votre difficulté à concilier votre activité professionnelle et l'accompagnement de votre proche dépendant.

Vous pouvez faire reconnaître votre rôle auprès de votre proche pour officialiser et faciliter votre droit de prises de décisions envers votre proche.

Pour plus d'informations sur qui sont les aidants consulter le guide ministériel :  
[www.economie.gouv.fr/files/files/2021/guide\\_proche-aidant.pdf](http://www.economie.gouv.fr/files/files/2021/guide_proche-aidant.pdf)

### S'informer



#### Plateforme d'accompagnement et de Répit

Les PARA (Plateformes d'Accompagnement et de Répit) apportent un soutien aux proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie et de personnes atteintes d'une maladie chronique invalidante ou en situation de handicap.

Pour plus d'informations :

Adresse : 49, rue Saint-Denis 92100 Boulogne Billancourt

Tél : 01.41.22.57.51

Mail : [plateformeaidants@lesabondances.fr](mailto:plateformeaidants@lesabondances.fr)

[www.lesabondances.fr/alzheimer-et-plateforme-daide-et-de-repit-des-aidants-para](http://www.lesabondances.fr/alzheimer-et-plateforme-daide-et-de-repit-des-aidants-para/#la-plateforme-daide-et-de-repit-des-aidants-para)





République française  
Ville de Saint-Cloud

Pôle Solidarité, citoyenneté et santé

Fiche 1



### **CLIC GERICO**

Le Centre local d'information et de coordination en gérontologie est un point d'accueil de proximité : son rôle est d'écouter, d'informer, de soutenir, d'accompagner, et d'orienter les seniors et/ou leurs proches. Il évalue vos besoins avec des professionnels et assure la coordination. Il vous aidera à trouver des solutions concrètes par rapport à votre situation et aux problèmes que vous rencontrez au quotidien (aide à la personne, aides financières, accueil de jour, aménagement du domicile...)

Adresse : 3, bis rue des Avelines 92210 Saint-Cloud

Tél : 01.47.71.34.42

Mail : [contact@clicgerico.com](mailto:contact@clicgerico.com)



### **Centr'Aider**

Le site Centr'aider présente les informations essentielles concernant les aidants, leurs droits, les interlocuteurs clés, les aides et activités vers lesquelles s'orienter.

Découvrez des conseils pour trouver du soutien, des suggestions pour prendre soin de vous, des recommandations pour votre santé, des informations pour mieux connaître vos droits, des possibilités d'échanges entre aidants, des idées d'activités culturelles et sportives, des ressources pour bénéficier de temps de répit, des propositions de formations, des astuces pour vous détendre...

Pour plus d'informations : [www.centraider.fr](http://www.centraider.fr)

Mail : [contact@centraider.fr](mailto:contact@centraider.fr)



### **La Compagnie des Aidants**

La Compagnie des Aidants a pour objectif de développer l'entraide et les échanges entre les aidants. Elle accompagne et soutient les aidants en leur apportant des conseils, une écoute, des informations pratiques. L'association met en lumière le rôle indispensable des aidants dans le parcours de vie, de santé du proche, dans l'organisation du domicile et dans toutes les dimensions du quotidien de la personne aidée. L'association a mis en place la caravane itinérante "Tous Aidants" qui propose aux proches aidants d'avoir une information locale.

Pour plus d'informations : [www.lacompagniedesaidants.org](http://www.lacompagniedesaidants.org)

Tél : 01.76.28.40.81





République française  
Ville de Saint-Cloud

Pôle Solidarité, citoyenneté et santé

Fiche 1



### Ma Boussole Aidants

Ma Boussole Aidants est un service digital gratuit qui centralise les informations et aides disponibles en proximité des aidants et de leurs proches. Vous y retrouverez des solutions géolocalisées et personnalisées en fonction de votre situation et celle de votre proche, les aides auxquelles votre proche et vous-mêmes êtes éligibles, des témoignages d'aidants et d'experts pour prendre du recul et identifier des ressources au quotidien

Pour plus d'informations : [www.maboussoleaidants.fr](http://www.maboussoleaidants.fr)  
[contact@maboussoleaidants.fr](mailto:contact@maboussoleaidants.fr)



### JADE

Jade accompagne et soutient les jeunes aidants.

Un jeune aidant est un enfant ou un adolescent de moins de 18 ans qui apporte une aide significative régulière à un membre de sa famille ou de son foyer, ayant besoin d'aide en raison d'une maladie physique, mentale ou d'un handicap.

Entre 18 et 25 ans, on parle de jeune adulte aidant.

Pour plus d'informations : [www.jeunesaidants.com](http://www.jeunesaidants.com)

Tél : 07.67.29.67.39

[contact@jeunes-aidants.com](mailto:contact@jeunes-aidants.com)



### APF France Handicap

APF France handicap propose des solutions de soutien et de répit, mais également des formations en ligne.

Pour plus d'informations :

[www.apf-francehandicap.org/accompagnement-handicap/aidants-familiaux-1959](http://www.apf-francehandicap.org/accompagnement-handicap/aidants-familiaux-1959)

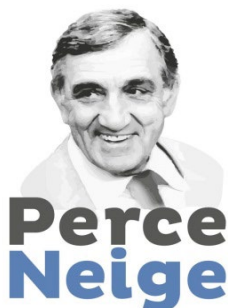




République française  
Ville de Saint-Cloud

Pôle Solidarité, citoyenneté et santé

Fiche 1



### Fondation Lino Ventura

Etre parent ou proche d'une personne en situation de handicap peut être très difficile et déstabilisant. : Vers qui se tourner ? Où trouver de l'aide ? Comment sortir de l'isolement et gérer au quotidien ?

Pour les aidants, « Via Perce-Neige 92 » propose une aide pratique : démarches administratives, information et orientation, soutien psychologique, formations individuelles et collectives, ateliers d'échanges sur différentes thématiques.

Pour plus d'informations :

Association Lino Ventura à Saint-Cloud

Tél : 01.46.02.41.50

[www.perce-neige.org/nos-actions/les-maisons-perce-neige/1-ile-de-france/via-perce-neige-92/](http://www.perce-neige.org/nos-actions/les-maisons-perce-neige/1-ile-de-france/via-perce-neige-92/)



### UNAFAM

Partout en France, l'Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et/ou handicapées psychiques, reconnue d'Utilité Publique, accueille, écoute, soutient, forme, informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques depuis 1963.

Pour plus d'informations :

Délégation des Hauts-de-Seine 4, rue Foch, 92270 Bois-Colombes

[www.unafam.org/hauts-de-seine](http://www.unafam.org/hauts-de-seine)

[www.unafam.org/nos-actions/accueil-ecoute-et-information](http://www.unafam.org/nos-actions/accueil-ecoute-et-information)



### France Alzheimer

Seule association nationale de familles reconnue d'utilité publique dans ce domaine, France Alzheimer et maladies apparentées s'appuie sur un réseau de 101 associations départementales. Grâce à l'engagement de plus de 2200 bénévoles, l'Association mène à bien différentes missions. L'un des premiers objectifs de l'Association est de permettre à toutes les familles de trouver de l'aide et de se faire accompagner, quelle que soit leur situation personnelle, financière ou géographique.

Pour plus d'informations :

Mail : [fr92alzheimer@orange.fr](mailto:fr92alzheimer@orange.fr)

Tel : 01.46.24.68.31 de 13h30 à 17h30

[www.francealzheimer.org/hautsdeseine](http://www.francealzheimer.org/hautsdeseine)

[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)





République française  
Ville de Saint-Cloud

Pôle Solidarité, citoyenneté et santé

Fiche 1



### France Parkinson

France Parkinson est, à ce jour, la seule association nationale des personnes touchées par la maladie de Parkinson, reconnue d'utilité publique, et bénéficiant de l'agrément santé. Elle accompagne, aide et soutient les malades mais également les proches aidants.

Pour plus d'informations :

[www.franceparkinson.fr/association/carte-comites-locaux/comite/?id=92](http://www.franceparkinson.fr/association/carte-comites-locaux/comite/?id=92)

Mail : [comite92@franceparkinson.fr](mailto:comite92@franceparkinson.fr)

Tel : 06.33.46.24.84



### Association Française des Sclérosés en Plaques

L'AFSEP rassemble toutes les personnes atteintes de SEP et leurs familles, les aide, les informe, les représente et les défend auprès des pouvoirs publics.

Pour plus d'informations : [www.afsep.fr](http://www.afsep.fr)



### Schizo-oui

La volonté de Schizo-oui de porter une action collective décidée à lutter pour abattre les murs autour de la schizophrénie, en diffusant l'information d'une manière pertinente pour faire connaître les récentes avancées en termes d'intervention précoce dans les psychoses émergentes et en matière de rétablissement, et en appuyant les idées ambitieuses et novatrices menant à des avancées sociales autour des personnes souffrant de schizophrénie et de leur entourage.

Pour plus d'informations :

[www.schizo-oui.com](http://www.schizo-oui.com)



### UDAF 92

Vous vivez un désaccord, une situation conflictuelle, liée au handicap ou à la dépendance de l'un de vos proches. L'UDAF peut vous aider à renouer le dialogue en mettant en place une médiation entre Aidants et Aidés.

Pour plus d'informations :

Mail : [mediation@udaf92.fr](mailto:mediation@udaf92.fr)

Tel : 01.46.02.95.24

[www.udaf92.fr/les-services-aux-familles/mediation-aidant-aide/](http://www.udaf92.fr/les-services-aux-familles/mediation-aidant-aide/)





## Les caisses de retraite

Grâce à la caisse de retraite de la personne aidée, le rôle de l'aidant peut être facilité. Chaque caisse de retraite propose des services divers, des aides matérielles et financières. L'objectif est de favoriser le maintien à domicile et l'autonomie de la personne âgée en perte d'autonomie qui est accompagnée. Pour connaître les conditions et les démarches, il faut consulter le site internet de la caisse de retraite dont dépend la personne aidée. Si elle perçoit plusieurs retraites de différentes caisses, celle de référence est celle à laquelle elle a le plus cotisé. Il existe un site internet « info-retraite.fr » qui peut aider à connaître sa caisse de retraite de référence.

**Les mutuelles d'assurance** fournissent de nombreuses informations ainsi que des conseils à un large public. Elles proposent des solutions adaptées à la situation des personnes notamment en fonction de leur âge. Elles disposent de sites internet qu'il est utile de consulter.

## Se former

**La Plateforme d'Accompagnement et de répit** pour les aidants de personnes âgées propose des formations ciblées afin d'informer et de sensibiliser les aidants sur la maladie de leur proche et ses répercussions dans la vie quotidienne.

Adresse : 49, rue de Saint-Denis-92100 Boulogne-Billancourt

Tél : 01.41.22.57.51

Mail : [plateformeaidants@lesabondances.fr](mailto:plateformeaidants@lesabondances.fr)

Pour plus d'informations :

[www.lesabondances.fr/actualite/formation-des-aidants](http://www.lesabondances.fr/actualite/formation-des-aidants)

Plusieurs associations proposent des formations gratuites, 100% en ligne pour sensibiliser et former les aidants qui prennent soin d'un proche fragilisé par la maladie, le handicap, les accidents de la vie ou le grand âge.

Les programmes sont destinés aux aidants qui ne peuvent ou ne souhaitent pas se rendre aux formations "en présentiel" et à ceux qui souhaitent compléter les apports de ce type de formation :

-**L'Association Française des Aidants** ([www.formation.aidants.fr](http://www.formation.aidants.fr)),

-**La Compagnie des Aidants** ([www.lacompagniedesaidants.org/formations/presentation/](http://www.lacompagniedesaidants.org/formations/presentation/)),

-**Savoir être aidant** ([www.savoiretreaidant.fr](http://www.savoiretreaidant.fr)),

-**Rhapsody** ([www.guide-rhapsody.fr](http://www.guide-rhapsody.fr))

**APF France Handicap** en lien avec « RePairs Aidants » organise des actions de sensibilisations-formations gratuites proposées aux parents, conjointes, conjoints et autres proches qui viennent en aide de façon régulière à une personne qui a un handicap moteur,







République française  
Ville de Saint-Cloud

Pôle Solidarité, citoyenneté et santé

Fiche 1

avec ou sans troubles associés, ou un polyhandicap. Aujourd'hui, « RePairs Aidants » s'adapte au contexte de crises sanitaires en proposant des sessions à distance.

Pour plus d'informations :

[www.repairsaidants.com](http://www.repairsaidants.com)

**France Alzheimer** propose des sessions de formations en petits groupes dans les différentes antennes du 92 pour soutenir les aidants non professionnels (familles, amis, voisins) qui accompagnent au quotidien.

La formation des aidants a pour objectif d'apporter des informations sur la maladie d'Alzheimer et des outils concrets pour comprendre la personne malade et adapter son accompagnement.

Pour plus d'informations :

[www.francealzheimer.org/hautsdeSeine/nos-activites](http://www.francealzheimer.org/hautsdeSeine/nos-activites)

**France Parkinson** propose aux aidants des malades de Parkinson de se réunir pour développer et compléter leurs connaissances de la maladie de Parkinson, des aides possibles, partager leurs expériences et bénéficier de conseils adaptés afin d'accompagner au mieux leur proche tout en se préservant. Il s'agit du programme A2PA

Plus d'informations sur :

[www.franceparkinson.fr/association/carte-comites-locaux/comite/?id=92](http://www.franceparkinson.fr/association/carte-comites-locaux/comite/?id=92)

**L' UNAFAM** propose des formations pour mieux accompagner un proche souffrant de troubles psychiques, elles sont assurées par des professionnels du soin et s'adressent aux familles et aux proches de patients souffrant de troubles psychiques. Elle a pour objectif d'aider les familles à mieux faire face à la maladie, aux situations difficiles qu'elle génère, et améliore les possibilités de rétablissement du proche concerné quel que soit le stade de sa maladie.

Pour plus d'informations :

[www.unafam.org/nos-actions/formations/des-formations-pour-soutenir-lentourage-familial](http://www.unafam.org/nos-actions/formations/des-formations-pour-soutenir-lentourage-familial)

[www.unafam.org/hauts-de-seine/informations-et-formations](http://www.unafam.org/hauts-de-seine/informations-et-formations)

**Le CRAIF** (Centre de Ressources Autisme Ile-de-France) est un lieu de ressources, d'informations et d'orientation sur l'autisme, ouvert à tous.

Afin d'être au plus près des besoins des aidants, le CRAIF propose tout le long de l'année des sessions de sensibilisations et formations à destination des aidants familiaux, les parents, grands-parents, fratries, proches de la famille (non professionnel).

Au quotidien, les membres de la famille et les proches jouent un rôle crucial dans l'accompagnement de la personne autiste. Mais cette mission requiert des connaissances spécifiques dans des domaines très variés. C'est pourquoi le CRAIF leur propose des formations dédiées.

Pour plus d'informations : [www.formation-craif.org/pour-les-aidants/](http://www.formation-craif.org/pour-les-aidants/)





## Devenir salarié de votre proche aidé

Lorsque la personne aidée perçoit l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA), la Prestation de Compensation du Handicap (PCH) ou si elle dispose de ressources suffisantes, elle peut salarier ou dédommager un aidant familial.

N'importe quel proche peut être employé par un proche en perte d'autonomie sauf les conjoints, concubins ou pacsés, les parents d'enfants mineurs, les personnes en activité professionnelle, les retraités.

Si vous ne figurez pas parmi les cas d'exception, votre proche devra fournir un contrat de travail et se déclarer à l'URSSAF en tant qu'employeur. Il recevra alors un numéro d'immatriculation et aura les mêmes devoirs que n'importe quel employeur envers son employé (congrés, bulletins de salaire, respect des horaires, etc.).

Du côté de l'aidant salarié, une fois que le proche a reçu son numéro d'immatriculation, il doit se déclarer aussi sur le site du CESU en tant qu'aidant salarié. Le salaire devra être déclaré avec le nombre d'heures effectuées et le salaire horaire net, auxquels s'ajoutent les charges salariales et patronales déduites sur le compte URSSAF de l'employeur. Des cotisations de sécurité sociale et retraites seront cumulées chaque mois. L'aidant doit être payé en chèque CESU.

Pour en savoir plus sur les conditions pour pouvoir être salarié de votre proche :  
[www.maboussoleaidants.fr/ma-vie-daidant/devenir-aidant/aidant-familial-proche-remuneration-salaire](http://www.maboussoleaidants.fr/ma-vie-daidant/devenir-aidant/aidant-familial-proche-remuneration-salaire)

## Bénéficiaire de congés

Certaines aides, même si elles ne sont pas financières, peuvent vous permettre d'accompagner votre proche âgé au quotidien. Il existe plusieurs types de congés :

**Le congé de proche aidant** : il permet de cesser temporairement son activité professionnelle ou de travailler à temps partiel pour s'occuper d'un proche en situation de handicap ou en perte d'autonomie particulièrement grave.

Pour plus d'informations :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920)

**Le congé de présence parental** : il est accordé de plein droit à l'agent parent d'un enfant à charge gravement malade, en situation de handicap ou accidenté et dont l'état nécessite une présence soutenue auprès de lui et des soins contraignants.

Pour plus d'informations :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F565](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F565) (dans le secteur public)

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1631](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1631) (dans le secteur privé)







République française  
Ville de Saint-Cloud

Pôle Solidarité, citoyenneté et santé

Fiche 1

**Le congé pour l'annonce du handicap ou d'une pathologie d'un enfant :** vous avez droit à un congé spécifique à la survenue d'un handicap, d'une pathologie chronique nécessitant un apprentissage thérapeutique ou d'un cancer de votre enfant.

Aucune condition d'ancienneté n'est exigée pour avoir droit au congé.

Pour plus d'informations :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34158](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34158) (dans le secteur privé)

**Le congé de solidarité familiale :** il permet d'accompagner un proche souffrant d'une pathologie mettant en jeu le pronostic vital ou qui est en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable.

Pour plus d'informations :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1767](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1767)

Il existe aussi le **don de jours de repos entre collègues**. Il s'agit d'une solution qui peut être mise en place lorsque l'on est salarié. Le don de jours vous permet d'être rémunéré pendant que vous vous occupez de votre proche.

Pour plus d'informations :

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32112](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32112)

