



LES SOLUTIONS DE RÉPIT

Quand on accompagne un proche ayant besoin d'une aide quotidienne

Les proches aidants sont des personnes non professionnelles, qui appartiennent ou non à la famille de l'aidé. Ils viennent en aide de manière régulière à une personne en perte d'autonomie de leur entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide s'avère essentielle à la possibilité de demeurer à domicile. Il est essentiel aux proches aidants de se préserver, pour cela, l'aide au répit a été mise en place. Prendre soin au quotidien d'une personne en perte d'autonomie, âgée, atteinte d'une maladie ou en situation de handicap est difficile, stressant et peut mener à des situations d'épuisement psychologique et physique.



Le site de la caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) propose un annuaire des EHPAD et un comparateur de prix et restes à charge : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaire-ehpad-et-comparateur-de-prix-et-restes-a-charge>

QU'EST-CE QUE L'AIDE AU RÉPIT ?

L'aide au répit permet aux proches aidants de se reposer ou de se dégager du temps.

Pour les personnes âgées de 60 ans et plus, une aide humaine et / ou technique peut être accordée aux personnes en perte d'autonomie. Une évaluation des besoins de la personne aidée est réalisée à domicile par un travailleur social. Cette évaluation multidimensionnelle permet d'établir un plan d'aide mensuel en tenant compte aussi des besoins de répit de l'aidant. La personne devient bénéficiaire de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) attribuée par le Conseil Départemental de son lieu de résidence.

QU'EST-CE QUE LE DROIT AU RÉPIT ?

Le droit au répit, dans le cadre de la loi d'adaptation de la société au vieillissement (ASV), permet d'accorder ponctuellement une aide supplémentaire au plan d'aide mensuel initial allant jusqu'à 500€ par an afin de permettre aux aidants familiaux de prendre une pause en déléguant leurs tâches à des aides à domicile ou à une structure médico-sociale pendant quelques heures, quelques jours ou quelques semaines.

Faire cette demande de droit au répit passe impérativement par le Conseil Départemental et une évaluation médico-sociale.

Il pourra ainsi financer une solution de répit en plus des aides prévues dans le plan mensuel qui lui permettra d'avoir du temps pour lui : accueil de jour ou garde de nuit de la personne aidée, un hébergement temporaire ou un relais à domicile.

Il peut aussi arriver que le proche aidant soit hospitalisé, dans cette situation, des aides existent pour la personne aidée.

L'ACCUEIL EN ÉTABLISSEMENT DU PROCHE ET L'ACCUEIL FAMILIAL

L'accueil de jour pour les personnes vivant à domicile et souffrant de troubles cognitifs. Pas de condition d'âge.

L'accueil de jour est destiné aux personnes vivant à domicile. Le proche est accueilli dans un établissement proposant un accueil d'une à plusieurs journées par semaine. Des équipes pluridisciplinaires (aides-soignants, infirmiers, psychologue, ergothérapeute, etc.) proposent aux personnes accueillies des soins et de l'accompagnement mais également des sorties et des activités, alliant temps collectifs et activités individuelles. Les avantages de l'accueil de jour sont nombreux pour les personnes âgées en perte d'autonomie ou atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, et permettent à leurs aidants de souffler.

Une aide financière peut être attribuée par l'évaluation du service « allocation personnalisée d'autonomie » (APA) du Conseil départemental.

L'hébergement temporaire pour personnes âgées de 60 ans et plus.

L'hébergement temporaire offre la possibilité aux personnes en difficulté de vie d'être accueillies sur une courte durée, de plusieurs jours à plusieurs semaines, le week-end ou encore la nuit (ce que ne permet pas l'accueil de jour).

Le prix de l'hébergement temporaire relève des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes.

L'accueil familial pour personne âgée et/ou handicapée adulte. La personne doit être valide ou avoir une perte d'autonomie compatible avec l'accueil familial.

Aides financières possibles : allocation personnalisée d'autonomie (APA) ou aide sociale à l'hébergement (ASH).

Cette solution de répit permet l'accueil de personnes au sein de familles agréées auprès du Conseil départemental. L'accueil familial constitue une alternative à l'hébergement en établissement pour les personnes âgées qui ne peuvent ou ne souhaitent plus vivre chez elles, de façon ponctuelle ou définitivement.

Allocation personnalisée d'autonomie (APA), aide sociale à l'hébergement (ASH), aides des mairies ou départements selon le lieu d'habitation de la personne aidée.

L'ACCOMPAGNEMENT À DOMICILE DU PROCHE

Intervention de professionnels du domicile - Services d'aide et d'accompagnement (SAAD) pas de conditions d'âge -> personnes âgées et/ou en situation de handicap.

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile interviennent chez les personnes âgées afin de les aider à réaliser ce qu'elles n'ont plus les capacités de faire (s'habiller, faire les courses, préparer les repas, etc.).

La garde itinérante de nuit

Les services de garde de nuit interviennent au domicile de 19h à 6h du matin. Il est question d'apporter des soins ou de s'assurer que la nuit se déroule normalement.

La garde de nuit est proposée par les services d'aide à la personne associatifs ou privés.



Répit a domicile

- **Suppléance** = dispositif porté par les plateformes de répit (PFR). Intervention au domicile du couple aidant/aidé en journée pour une durée ne devant pas dépasser 4h. Forfait annuel entre 20h et 30h selon la PFR. Gratuit pour les aidants (financement agence régionale de santé (ARS) BFC)
- **Relayage** = dispositif porté par les PFR et la Mutualité Sociale Agricole (MSA). Relayage jour/nuit 7j/7 pour une durée de minimum 4h. Forfait de 72h/an.
→ Attention ! intervention sur un rayon de 30km autour de la structure porteuse du projet. Reste à charge pour l'aidant de 2,08€/h.
- **Bulle d'air** = service pour des remplacements de longue durée à domicile (au-delà de 72h/an). Porté par la MSA.
→ Attention ! en expérimentation en Haute-Saône et Côte d'Or jusqu'en 2023
→ S'adresser aux plateformes de répit (PFR) de son territoire pour la mise en place.

Le portage de repas - Commune, centre communal d'action sociale (CCAS), service d'aide à domicile (SAAD), organismes de services à la personne associatifs ou privés peuvent proposer des portages de repas. Se renseigner auprès de sa mairie ou point info local.

Les repas sont livrés au domicile de la personne en difficulté de vie. Ils sont généralement à réchauffer et peuvent être adaptés aux régimes particuliers (ex. : sans sel).

Le coût dépend de l'organisme. Des aides sont possibles par la commune en fonction des revenus ou par l'allocation personnalisée d'autonomie (APA).

L'AIDANT PEUT ÊTRE RÉMUNÉRÉ POUR SON SOUTIEN À UN PROCHE EN PERTE D'AUTONOMIE

L'Allocation journalière (AJPA) est un revenu de remplacement. Le montant de l'allocation journalière du proche aidant est forfaitaire. Il est fixé à :

- 43,89 euros par jour pour une personne en couple,
- 52,13 euros par jour pour une personne vivant seule.
- L'allocation journalière du proche aidant est versée dans la limite de 66 jours pour l'ensemble de la carrière, quelle que soit l'activité professionnelle exercée et quel que soit le nombre de personnes aidées.
- La demande doit être effectuée auprès de la CAF.

Les montants de l'allocation journalière du proche aidant sont revalorisés chaque année au 1er avril. L'AJPA ne se cumule pas avec d'autres prestations, il est possible de se renseigner auprès de la Caisse d'Assurance Maladie (CAF) ou de la Mutualité Sociale Agricole (MSA).



AIDES FINANCIÈRES : les démarches sont à réaliser auprès des structures pour bénéficier d'une évaluation afin de savoir si la personne aidée peut bénéficier des prestations :

- L'APA (allocation personnalisée d'autonomie) pour les personnes dont la perte d'autonomie a été évaluée en GIR 1 à 4 ;
 - L'ASH (aide sociale à l'hébergement) ; avoir plus de 65 ans (ou plus de 60 ans si reconnaissance inapte au travail)
 - Des aides des mairies et des départements (se renseigner auprès du conseil départemental)
 - Les caisses de retraite complémentaires ou les complémentaires santé peuvent parfois contribuer à financer une partie du coût de l'hébergement temporaire. Se renseigner auprès de sa caisse de retraite complémentaire et de sa complémentaire santé.
 - Des aides au logement.
- Pour accompagner les personnes dans l'orientation, la construction du projet et du dossier, se renseigner auprès de la plateforme de répit du territoire de la personne aidée.

L'ACCOMPAGNEMENT DE L'AIDANT ET DE SON PROCHE

- **Halte répit** : service à destination des aidants et des aidés proposé par les associations d'usagers et les plateformes de répit (PFR).

→ S'adresser à la plateforme de répit (PFR) ou à l'association d'usagers de son territoire.

DISPOSITIFS DE RÉPIT POUR LES AIDANTS

Lieux d'échanges entre aidants (café des aidants*, café Alzheimer, groupes de parole, etc.).

Il existe de nombreuses propositions de rencontres dédiées aux aidants, avec ou sans leurs proches. Les participants se retrouvent pour échanger sur leur vécu d'aidant. Ces rencontres thématiques et conviviales sont animées par un travailleur social et un psychologue.

Les associations d'usagers mettent en place ces différents groupes (France Alzheimer, France Parkinson, ...).

→ Il est possible de se renseigner auprès des plateformes de répit pour avoir connaissance des actions.

* label associatif, dont la marque est déposée et réservée aux adhérents de l'Association Française des Aidants

Médiation familiale : le recours à la médiation permet de clarifier le rôle et la place de chacun. La médiation permet également d'apporter du soutien dans les situations de tensions familiales ou pour accompagner l'aide à la décision.

DES VACANCES OU DES SÉJOURS RÉPIT

Des associations d'usagers proposent des séjours de vacances.

Par exemple, les villages Vacances Répit Familles est un concept innovant qui associe un village de vacances et une structure médico-sociale.

Le coût dépend du dispositif. Pas de prise en charge par l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) et les tarifs seront fonction des revenus fiscaux.

→ S'adresser à la plateforme de répit (PFR) ou à l'association d'usagers de son territoire