

10



# Je suis aidante je suis aidant

---





## Je suis aidante, je suis aidant

Un aidant est une personne qui vient en aide à une personne dépendante ou en situation de handicap qui a besoin de l'accompagnement d'un tiers dans son quotidien.

### > Être aidant et en activité

#### • Congé de proche aidant

Il permet de s'occuper d'une personne en situation de handicap lourd. Ce congé est accessible sous conditions (lien familial ou étroit avec la personne aidée, résidence en France de la personne aidée) et pour une durée maximum de trois mois, renouvelable dans la limite d'un an sur l'ensemble de la carrière professionnelle. Ce congé est rémunéré grâce à l'allocation journalière du proche aidant (AJPA). Voir p.269.

#### Plus d'infos

[service-public.fr](http://service-public.fr)

Accueil particulier > Travail > Congés dans le secteur privé > Congé de proche aidant

#### • La disponibilité et le temps partiel pour les fonctionnaires

La disponibilité est accordée de droit pour une durée ne pouvant excéder trois ans et renouvelée tant que les conditions requises sont réunies, pour :

- élever un enfant âgé de moins de huit ans,
- donner des soins à un enfant à charge, au conjoint, au partenaire de Pacs, à un ascendant à la suite d'un accident ou d'une maladie grave ou en situation de handicap.

Le fonctionnaire peut également demander un temps partiel dans les mêmes situations.



## • Le congé de solidarité familiale

Ce congé concerne aussi bien le secteur privé que public et est destiné spécifiquement à l'accompagnement d'un proche en fin de vie. Il est d'une durée maximum de 3 mois, renouvelable une fois. Il peut être pris de façon continue ou transformé en temps partiel. Ce congé ne peut pas être refusé par l'employeur mais n'est pas rémunéré. Toutefois, une allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie, peut être attribuée, sous certaines conditions.

### Plus d'infos

[service-public.fr](http://service-public.fr)

Accueil particulier > Travail > Congés dans le secteur privé > Congé de solidarité familiale

[service-public.fr](http://service-public.fr)

Accueil particulier > Travail > Congés dans la fonction publique > Fonction publique : congé de solidarité familiale

## • Le congé de présence parentale

### Dans le secteur privé

Le congé de présence parentale est destiné aux parents d'un enfant malade ou en situation de handicap de moins de 20 ans. Il se présente sous la forme d'un crédit de 310 jours de congés (soit 14 mois) sur une période de 3 ans. Il est renouvelable au bout de trois ans, en cas de rechute ou de récurrence. Il peut être pris en une ou plusieurs fois. Il n'est pas rémunéré mais le parent peut bénéficier de l'allocation journalière de présence parentale (AJPP). Voir p.269.



### Plus d'infos

[service-public.fr](https://www.service-public.fr)

Accueil particulier > Travail > Congés dans le secteur privé > Congé de présence parentale dans le secteur privé

### Dans le secteur public

Le congé de présence parentale vous permet de cesser votre activité professionnelle pour donner des soins à un enfant à charge handicapé, accidenté ou malade. Sa durée est fixée à 310 jours ouvrés maximum par période de 36 mois. Ce congé de présence parentale n'est pas rémunéré, mais vous pouvez percevoir l'allocation journalière de présence parentale (AJPP). Voir p.269.

### Plus d'infos

[service-public.fr](https://www.service-public.fr)

Accueil particulier > Travail > Congés dans la fonction publique > Congé de présence parentale dans la fonction publique

### • Jour d'absence à l'annonce d'un handicap chez l'enfant (dans le secteur privé)

Le salarié a le droit de prendre un congé spécifique en cas d'annonce d'un handicap chez son enfant, après diagnostic. Aucune condition d'ancienneté n'est exigée pour avoir droit à ce congé. La durée est de 2 jours minimum. Il peut être plus important suivant les conventions collectives spécifiques. Le salarié prend ce congé durant la période où se produit l'événement. Durant le congé, le salarié est rémunéré.



## • Allocation de présence journalière (AJPP)

L'AJPP peut être versée aux parents d'un enfant en situation de handicap ou malade de moins de 20 ans, qui doivent cesser ponctuellement leur activité professionnelle. Pour en bénéficier, ils doivent déposer une demande à la MDPH. L'AJPP est versée sous certaines conditions, de six mois à un an renouvelable dans la limite de trois ans.

### Plus d'infos

[caf.fr](http://caf.fr)

Menu > Droits et prestations > S'informer sur les aides > Petite enfance

## • Allocation journalière du proche aidant (AJPA)

L'allocation journalière du proche aidant (AJPA) est une aide financière qui peut être versée aux personnes qui arrêtent ponctuellement de travailler ou qui réduisent leur activité pour s'occuper d'un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie particulièrement grave.

### Plus d'infos

[caf.fr](http://caf.fr)

Accueil Allocataires > Droits et prestations > S'informer sur les aides > Solidarité et insertion



### Bon à savoir

#### La loi Travail du 8 août 2016

##### ▶ Jours de congés supplémentaires

Selon certaines conditions, les parents d'un enfant en situation de handicap vivant au domicile familial peuvent bénéficier de deux jours de congés supplémentaires par an (code du Travail, article L3141-8).

##### ▶ Durée des congés pris en une seule fois

Dans le cadre de dérogations individuelles, la durée des congés pris en une seule fois peut excéder les 24 jours consécutifs pour les proches aidants. (code du Travail, article L3141-17)

##### ▶ Le travail de nuit

Pour les proches aidants, le refus de travailler de nuit ne peut pas constituer une faute ou un motif de licenciement. L'affectation sur un poste de jour peut également être demandée (code du Travail, article L3122-12).

## > Être jeune aidant

Un jeune aidant est un enfant, un adolescent ou un jeune adulte qui apporte ou a apporté de l'aide, des soins à une personne dépendante, en situation de handicap ou malade ou qui est présent au quotidien pour aider un membre de sa famille ou de son entourage.

L'association nationale JADE, Jeunes AiDants Ensemble, soutient les enfants et les jeunes aidants.



Vous avez entre 8 et 20 ans et vous vous occupez d'un proche malade ou en situation de handicap ?

Vous voulez prendre un peu de temps pour vous ?

L'Association toulousaine Oustal Mariposa propose des séjours cinéma-répit aux enfants et aux jeunes qui le souhaitent.

### Plus d'infos

[loustalmariposa.com](http://loustalmariposa.com)

rubrique JADE Occitanie

---

**Association Oustal Mariposa**

06 50 36 64 77

Emmanuelle May

8 rue Arnaud-Bernard

[jadeoccitanie.om@gmail.com](mailto:jadeoccitanie.om@gmail.com)

---

## > Être dédommagé ou salarié en tant qu'aidant

Aujourd'hui, le statut officiel d'aidant familial donnant droit à une rémunération, n'existe pas. Toutefois, la personne en situation de handicap peut, dans certains cas, salarier un membre de sa famille.

### • Si la personne en situation de handicap bénéficie de la PCH

Pour les personnes en situation de handicap, l'aide versée dans le montant de la PCH (Prestation de compensation du handicap) peut servir à rémunérer un aidant familial, excepté :

- le conjoint, le concubin ou le partenaire de PACS,
- l'un des deux parents,



## Je suis aidante, je suis aidant

- l'un des enfants,
- une personne à la retraite,
- une personne exerçant une activité professionnelle à temps plein.

En revanche, lorsque l'état de santé de la personne dépendante le nécessite, c'est-à-dire lorsqu'elle a besoin d'une aide totale pour effectuer les actes de la vie quotidienne et d'une présence constante ou quasi constante, elle peut alors salarier n'importe quel membre de sa famille.

### Modalités pratiques

Lorsqu'une personne en situation de handicap salarie son proche aidant, elle est tenue de déclarer son embauche à l'URSSAF et de lui faire bénéficier des obligations prévues dans le code du travail (contrat de travail, bulletin de salaire...) ainsi que de payer les cotisations sociales et les salaires.

Pour information, le montant du salaire est calculé sur la base du tarif horaire de 14,04 € brut de l'heure en 2020.

### Plus d'infos

[cesu.urssaf.fr/info/accueil](https://cesu.urssaf.fr/info/accueil)

La Fédération des particuliers employeurs de France  
[fepem.fr](https://fepem.fr)

### Dédommagement du proche aidant

Dans le cas où la personne en situation de handicap doit salarier son conjoint, enfant, parent..., ce dernier doit réduire ou abandonner son activité professionnelle. La PCH permet un dédommagement calculé sur la base de 50 % du SMIC horaire, soit 3,94 € de l'heure ou 5,91 €.





## • Si la personne en situation de handicap ne bénéficie pas de la PCH

- ▶ Si cette personne dispose de ressources suffisantes, elle peut employer un proche aidant dans le cadre des services à la personne en tant qu'aide à domicile. La personne en situation de handicap devient employeur et le proche aidant, salarié. L'employeur peut opter pour le dispositif de Chèque Emploi Service Universel (CESU) ou le contrat de travail classique.
- ▶ Si vous êtes parent d'une personne en situation de handicap et que vous avez dû réduire votre activité professionnelle ou l'arrêter complètement, vous pouvez percevoir à titre de dédommagements, l'Allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH), et bénéficier de l'affiliation gratuite à l'assurance vieillesse. Pour bénéficier de ces deux types de mesures, déposez un dossier de demande auprès de la MDPH. Il existe 6 catégories de dédommagement.

### **Bon à savoir**

#### **Comment aider au mieux vos proches ?**

L'Espace de réflexion éthique Occitanie propose un petit fascicule gratuit, qui aide à se positionner par rapport à la personne aidée « Petit guide à l'usage des professionnels du soin ; les aidants à domicile ; pour une éthique de la reconnaissance du proche aidant ».

[ere-occitanie.org](http://ere-occitanie.org)

Rubrique publications > Les aidants à domicile. Pour une éthique de la reconnaissance du proche aidant



### ➤ Je prends soin de moi

Accompagner un proche au quotidien peut avoir des effets négatifs sur la santé de la personne aidante.

#### • Faire un bilan de santé régulier

Dans une optique de préservation ou dès les premiers signaux d'alarme, n'hésitez pas à avertir votre médecin traitant de votre situation d'aidant. Il pourra ainsi le prendre en compte dans votre suivi médical.

Vous pouvez également bénéficier d'un bilan de santé gratuit proposé par la CPAM tous les 5 ans.

#### • Vous recherchez de l'écoute, une formation ou du soutien ?

##### L'Agence régionale de santé Occitanie

➤ «Allô j'aide un proche» pour les proches aidants de personnes atteintes de maladie neurodégénérative : un entretien gratuit, anonyme et confidentiel avec un professionnel formé.

Tél.: 0 806 806 830 (prix d'un appel local)  
7jours/7, de 18h à 22h

##### Plus d'infos

[pole-mnd.com](http://pole-mnd.com)

Rubrique /Aidants et entourage des patients (en bas de page)

➤ Des plateformes de répit ou de renseignements

##### Plus d'infos

[occitanie.ars.sante.fr](http://occitanie.ars.sante.fr)



## Café des aidants de Colomiers

Animé par des professionnels et soutenu par l'Association française des aidants, le Café des aidants de Colomiers se réunit sur un temps convivial d'échanges et d'informations.

Réunion une fois par mois, de 15h à 17h.

---

### Brasserie des Six Nations

05 56 11 56 19

12 rue d'Auch

31770 Colomiers

---

## Association Astrée

Cette association a pour but de proposer une écoute et un accompagnement personnalisé pour vous soutenir une fois par semaine.

---

### Association Astrée

06 95 78 43 00

63 boulevard Silvio-Trentin

toulouse@astree.asso.fr

[astree.asso.fr](http://astree.asso.fr)

---

## Association Solidarité Réhabilitation

Elle vient en aide aux personnes souffrant d'un trouble psychique et à leurs familles pour favoriser le processus de rétablissement.

Le programme Profamille s'adresse aux proches des personnes souffrant de schizophrénie.



## Je suis aidante, je suis aidant

### Plus d'infos

Tél.: 06 77 53 05 28

contact-occitanie@solidarite-rehabilitation.org

[solidarite-rehabilitation.org](http://solidarite-rehabilitation.org)

### UNAFAM Haute-Garonne

L'objectif de l'Unafam est d'écouter, conseiller, informer et accompagner les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques. L'Unafam organise des groupes de paroles, des conférences, des ateliers d'entraide et représente les usagers dans les institutions œuvrant dans le domaine de la psychiatrie.

### Plus d'infos

Tél.: 05 61 48 11 56

31@unafam.org

[unafam.org](http://unafam.org)

### Accueil et soutien des familles (ASF)

La commission «Accueil et soutien des familles» est mise en place par l'AgaPei (ex-Adapei 31) pour venir en aide et apporter des solutions aux parents ou encore fournir des conseils et des informations générales sur le handicap mental.

Permanence les 1<sup>er</sup> mardis du mois de 14 h à 17 h (sauf en juillet/août)



---

**AgaPei**

05 82 75 12 58

6 rue Alaric II

asf@adapei31.com

>> Bus 15 ou 70, arrêt Haedens

---

## Plateforme des aidants de La Cadène

Vous pouvez contacter la plateforme des aidants de la Cadène si vous avez un proche fragilisé par une maladie neuro-évolutive (maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson ou troubles apparentés).

### Plus d'infos

Tél.: 05 34 40 43 70

Du lundi au vendredi

plateforme@domainedelacadene.fr

## Et aussi

### La Maison des aidants

La Maison des aidants accompagne les aidants dans leur quotidien à travers de l'écoute mais aussi de la formation. Ils proposent également un service «Allô-Aidant».

### Plus d'infos

[lamaisondesaidants.com](http://lamaisondesaidants.com)

### L'Association française des aidants

L'Association française des aidants milite pour la reconnaissance du rôle et de la place des aidants dans la



## Je suis aidante, je suis aidant

société. Elle oriente et soutient les aidants notamment via l'animation du Réseau national des Cafés des aidants.

### Plus d'infos

[aidants.fr](http://aidants.fr)

### Bon à savoir

L'Association française des aidants propose une formation en ligne gratuite et ouverte à tous.

### Plus d'infos

[formation.aidants.fr](http://formation.aidants.fr)

## > Le droit au répit

Depuis 2004, le droit au répit est un droit pour les proches aidants de personnes en situation de handicap ou dépendantes.

### • Accueil de jour en établissement

L'accueil de jour est destiné aux personnes en situation de handicap qui vivent à domicile. Cette solution propose des accueils à la journée une à plusieurs fois par semaine.

### • L'hébergement temporaire en établissement

L'accueil peut s'étaler sur plusieurs jours ou plusieurs semaines, le week-end ou encore la nuit.

Il existe des établissements d'accueil de jour occasionnel ou d'hébergement temporaire en périphérie de Toulouse.

### Plus d'infos

[trajectoire.sante-ra.fr](http://trajectoire.sante-ra.fr)

Particuliers > Personnes handicapées



## Bon à savoir

L'Institut des Jeunes Aveugles (IJA) propose un service d'accueil temporaire après orientation de la MDPH. Il concerne les jeunes de moins de 20 ans en situation de handicap rare : troubles de la vision associés à une surdité, des troubles du comportement et/ou des troubles envahissants du développement.

Tél.: 05 61 14 82 22

[j.mas@ijatoulouse.org](mailto:j.mas@ijatoulouse.org)

## • L'accueil familial

Cette solution permet l'accueil social de personnes en situation de handicap de plus de 20 ans ou vieillissantes (65 ans et plus) auprès de familles agréées par le conseil départemental. En Haute-Garonne, il existe une quarantaine de familles d'accueil.

---

**Conseil départemental  
de la Haute-Garonne**

05 34 33 39 57

Direction Générale Déléguée  
de l'Autonomie

Mission Stratégie et Coordination

Territoriales – Cellule Accueil Familial PAPH

1 boulevard de la Marquette

---



### **Bon à savoir**

En fonction des situations, il est également possible pour le proche aidant de se faire aider par l'intervention d'une aide à domicile, de jour ou de nuit.

Voir p.34 > Je trouve le bon interlocuteur > Quelques services spécifiques.

Retrouvez toutes les associations qui peuvent vous accompagner dans vos démarches en fin de guide - p.281.