

VOUS AVEZ LE DROIT DE PENSER À VOUS

Vous êtes près de 8,3 millions⁽¹⁾ de Français (dont environ 20 % de retraités) à apporter régulièrement votre aide à un proche fragilisé (conjoint, parent ou enfant malade, dépendant ou en situation de handicap).

Toilette, courses, ménage, rendez-vous médicaux, démarches administratives et financières : ces tâches quotidiennes impactent fortement votre qualité de vie, parfois même votre santé.

Le droit au répit légalement reconnu

En 2015, la loi relative à l'Adaptation de la Société au Vieillessement a instauré un droit au répit pour les aidants de personnes de plus de 60 ans bénéficiaires de l'APA (Allocation Personnelle d'Autonomie, voir encadré ci-contre) ou les parents d'enfants handicapés.

Le droit au répit consiste en une **aide financière pouvant aller jusqu'à 500 € par an**. Il peut être demandé quand le plafond du plan d'aide APA est atteint, afin d'aider à financer des solutions permettant à l'aidant(e) de s'absenter durant la journée ou quelques jours :

- une aide à domicile,
- un accueil de jour de la personne aidée,
- ou son hébergement temporaire en établissement.

L'aidant(e) peut ainsi se faire remplacer auprès de son proche et s'accorder des moments de pause sans culpabiliser, car l'aidé(e) profitera pendant son absence d'un accompagnement adapté à sa situation. Ces « temps pour soi » lui sont indispensables pour lui permettre de conserver à long terme l'énergie dont il(elle) a besoin pour s'occuper de son proche. ■

Vous trouverez tous les renseignements concernant ces solutions sur le portail national d'information pour l'autonomie des personnes âgées et l'accompagnement de leurs proches :

pour-les-personnes-agees.gouv.fr / Ministère des Solidarités et de la Santé : 01 40 56 60 00



L'APA à domicile, c'est quoi ?

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie à domicile est une somme versée par le conseil départemental à la personne dépendante, pour **l'aider à régler les dépenses nécessaires à son maintien à domicile** : par exemple le portage de repas, une aide ménagère, l'aménagement du logement, etc.

Toute personne peut bénéficier de l'APA, quels que soient ses revenus, mais ces derniers seront pris en compte pour le calcul du montant de l'aide, au même titre que :

- son niveau d'autonomie, appelé GIR (groupe iso-ressources)
- le montant des dépenses prévues dans son plan d'aide.

Les montants d'aide APA accordés ont été revalorisés depuis le 1^{er} mars 2016.

Ils ne peuvent toutefois pas dépasser un montant maximal fixé pour chaque niveau d'autonomie (GIR).

Quand ce plafond est atteint, l'aide accordée dans le cadre du droit au répit peut alors être demandée.

Pour en savoir plus :

pour-les-personnes-agees.gouv.fr / Ministère des Solidarités et de la Santé : 01 40 56 60 00

(1) Enquête Handicap-Santé aidants (DREES)

(2) Baromètre santé 360, édition 2017 - Odoxa.