

# la minute des aidants

Parce que nous aurons tous  
un jour **un proche à aider...**



4 millions  
d'aidants  
familiaux  
ou bénévoles  
aujourd'hui  
en France

# Les aidants familiaux ou bénévoles C'est vous, c'est nous !

Selon la Charte européenne de l'aidant familial rédigée par la COFACE\*, l'aidant familial ou bénévole est défini comme : *« une personne qui vient en aide, à titre non professionnel, pour partie ou totalement, à une personne dépendante (âge, maladie, accident) de son entourage pour les activités de la vie quotidienne ».*

Nous sommes tous concernés. Beaucoup d'entre nous ont été ou seront les « aidants familiaux ou bénévoles » d'un parent, d'un ami, d'un voisin... enfant ou adulte.

Cette aide, qui est régulière, peut être prodiguée de façon permanente ou provisoire. Elle peut

prendre plusieurs formes : soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, vigilance permanente, soutien psychologique, activités domestiques, aide financière...

\* COFACE : Confédération des Organisations Familiales de l'Union Européenne

## Les aidants familiaux ou bénévoles : près de 4 millions de personnes concernées

Selon une enquête HID-INSEE, la France compterait aujourd'hui près de 4 millions d'aidants. Ce chiffre devrait progresser dans les années à venir avec l'allongement de la durée de vie des malades grâce aux progrès de la médecine et à l'accroissement de la population des seniors.

Le handicap d'un enfant ou d'un adulte, comme l'aide apportée aux personnes âgées dépendantes, constituent les principales causes de mobilisation.

## Des aidants familiaux ou bénévoles de plus en plus nombreux

D'après les pouvoirs publics, si l'on ne considère que les personnes âgées, 1,1 million de personnes sont actuellement dépendantes. À l'horizon 2040, ce chiffre devrait augmenter de 40% à 50% et générer une demande croissante de soutien de la part des proches.

Véritable lien intergénérationnel, les aidants sont un maillon essentiel entre la personne dépendante et la société.

## Les aidants familiaux ou bénévoles, qui sont-ils ?

**[ 90% ]** d'entre eux sont des membres de la famille (conjoints 50%, enfants 30%).

**[ 63% ]** consacrent en moyenne 5 heures par jour à cette aide.

**[ 46% ]** d'entre eux continuent à exercer une activité professionnelle.

**[ 60% ]** d'entre eux sont des femmes, mais les hommes sont de plus en plus concernés ainsi que les jeunes aidants.

**[ 54% ]** des aidants préfèrent s'occuper eux-mêmes de la coordination et de l'organisation des soins et de la vie de leurs proches, plutôt que d'en confier la responsabilité à un professionnel.

**[ 76% ]** des aidants le sont depuis au moins 4 ans et 34% d'entre eux depuis au moins 10 ans.

## Les aidants familiaux ou bénévoles

# Besoin de reconnaissance et de soutien

Les aidants rencontrent de nombreuses difficultés dans l'accomplissement de leur action.

Près de trois aidants sur quatre (71%) s'estiment insuffisamment aidés et peu considérés par les pouvoirs publics. Ils souhaitent une meilleure prise en compte de leurs besoins par la société.

## Information et formation : des gages d'efficacité

**L'information, une aide essentielle pour combattre l'isolement.** Face aux situations de handicap, de dépendance et de perte d'autonomie de leurs proches, les aidants sont souvent démunis. Ainsi, près d'un Français sur deux (46%) se dit mal informé sur les solutions proposées pour accompagner la dépendance des personnes âgées.

**La formation des aidants** est également indispensable et 55% d'entre eux souhaiteraient en bénéficier. Confrontés quotidiennement à la nécessité d'apporter des réponses adaptées aux besoins de leurs proches, les aidants doivent acquérir ou développer des compétences qui leur permettent d'être efficaces dans leur action, que ce soit pour :

- une meilleure compréhension des difficultés de la personne aidée,
- dispenser des soins,
- organiser la vie du proche,
- régler ses problèmes administratifs,
- ou permettre à l'aidant de préserver sa santé.

## Le répit, une réponse à la tension psychologique

Désarroi et souffrance psychologique sont souvent le quotidien des aidants tout particulièrement d'un point de vue psychologique et affectif pour 55% d'entre eux. La fatigue s'accumule, à tel point qu'il arrive que l'aidant voit sa santé décliner (57% d'entre eux).

S'occuper d'une personne dépendante entraîne également des répercussions sur la vie de l'aidant. Il gère différemment son temps, arrête ou réduit certaines de ses activités, loisirs, sorties ou week-ends. Il doit faire face à une nouvelle organisation ou à des aménagements au sein de son foyer ou de sa vie sociale.

## Concilier vie professionnelle et vie d'aidant

Pour pouvoir s'occuper d'un proche, malade ou dépendant quelque soit son âge, près d'un aidant sur deux a eu recours à un aménagement de sa vie professionnelle (flexibilité des horaires, temps partiel, congés temporaires, télétravail, retraite anticipée). La majorité des aidants allie vie familiale et vie professionnelle et plus de 63% d'entre eux consacrent en moyenne 5 heures par jour à cette aide. Les principales difficultés rencontrées sont le manque de temps, le stress, la fatigue et la culpabilité de devoir s'absenter pour travailler.

De plus, les aménagements apportés au niveau du travail ont parfois un impact négatif. 15% des aidants estiment en effet avoir été pénalisés dans leur évolution professionnelle, la majorité en refusant, de leur propre fait, une évolution dans leur parcours professionnel.

« La minute des aidants »

# Soutenir les aidants familiaux ou bénévoles

Crédit Agricole Assurances lance un programme court diffusé sur France 3 et destiné à reconnaître l'importance des aidants comme acteurs sociaux et à leur proposer des solutions pratiques pour les accompagner dans leur quotidien.

Ce programme de 30 épisodes de 52 secondes de contenu éditorial sera diffusé à 10h45, du lundi au vendredi, du 3 octobre au 25 novembre 2011.

Accaparés par des difficultés croissantes dans la gestion du quotidien de leurs proches, les aidants se trouvent la plupart du temps très isolés, sans pouvoir partager leurs préoccupations avec d'autres personnes vivant le même type de situation. Ils sont 75% à souligner que leurs vies personnelle et familiale sont

profondément modifiées par la prise en charge de l'aidé. « La minute des aidants » passe en revue des questions et problèmes du quotidien et propose, par le partage d'expériences, des solutions ou des bonnes pratiques pour répondre aux difficultés rencontrées par les aidants.

## Informer pour soulager les aidants

« La minute des aidants » est ponctuée par 5 grands thèmes :

- Le rôle des aidants
- Le domicile
- Les conseils pratiques
- Psychologie et finances
- Les institutions.

### La minute des aidants

<b>Genre</b>	Programme court
<b>Durée</b>	52 secondes de contenu éditorial
<b>Nombre d'épisodes</b>	30
<b>Réalisateur</b>	Christophe Rivoiron
<b>Production</b>	Balina Films
<b>Partenaire</b>	Crédit Agricole Assurances
<b>Calendrier</b>	Diffusion sur France 3 à 10h45. Du lundi au vendredi, du 3 octobre au 25 novembre 2011.

### [Contacts utiles]

**Guide de l'aidant familial :**  
[www.travail-emploi-sante.gouv.fr](http://www.travail-emploi-sante.gouv.fr)  
**APA :** [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)  
**CLIC :** [www.clic-info.personnes-agees.gouv.fr](http://www.clic-info.personnes-agees.gouv.fr)  
**MDPH :** [www.mdph.fr](http://www.mdph.fr)  
**UNAF :** [www.unaf.fr](http://www.unaf.fr)  
**Association Française des Aidants :** [www.aidants.fr](http://www.aidants.fr)

## Quelques-uns des thèmes abordés dans « La minute des aidants »

### Comment financer le maintien à domicile ?

Des frais importants liés à la dépendance ou à la maladie restent à la charge de l'aidé ou de sa famille comme les soins de « confort », les dépenses de « bien-être » ou de surveillance. Une enquête de l'association France Alzheimer montre par exemple, que plus de 1000 € par mois sont à la charge des familles des personnes atteintes par la maladie qui restent à leur domicile.

- Il existe des solutions de financement. Les assistantes sociales peuvent aider à les trouver.

### Comment concilier aide et travail ?

Plusieurs dispositifs permettent aux personnes qui travaillent d'accompagner un proche : congé de solidarité familiale, congé de soutien familial, temps partiel, congé de fin de vie, télétravail ou aménagement du temps de travail.

- Les caisses d'assurances maladie, les assistantes sociales et les employeurs sont à même de fournir les informations nécessaires.

### Les associations : une aide efficace et de proximité

Des associations de services à domicile pour faciliter la vie, des associations de malades pour trouver une entraide, des associations pour la formation des aidants, des associations proposant des loisirs adaptés... le monde associatif est foisonnant.

- Pour mieux les connaître, les aidants peuvent se renseigner auprès de leur mairie qui les orientera selon leurs besoins.

### S'inscrire au registre d'urgence de la mairie

Dans certaines situations exceptionnelles, comme une canicule ou des inondations, les personnes les plus fragiles méritent une attention particulière de la part des services sociaux et sanitaires.

- Il est donc important d'inscrire la personne dépendante, avec son accord, au registre d'urgence de la mairie afin qu'elle puisse bénéficier de l'aide nécessaire.

### D'autres thèmes abordés dans

« La minute des aidants » : l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA), le Comité Local d'Information et de Coordination gérontologique (CLIC), les Maisons Départementales des Personnes Handicapées (MDPH)...

# “ S’intéresser à ceux qui enrichissent les autres „

## **Dominique Clément**

*productrice de « La minute des aidants »*

*“Faire exister médiatiquement et reconnaître près  
de 4 millions de personnes qui, en accompagnant  
un proche, jouent un rôle sociétal essentiel “*

Dominique Clément, co-fondatrice de Balina Films  
et productrice de « La minute des aidants »,

est la créatrice et productrice de magazines  
sur la famille comme « Les Maternelles » (2001  
à 2009) et « On n’est pas que des parents »  
(2006 à 2009). Elle est également productrice  
d’un documentaire intitulé « Violence conjugale :  
comment s’en sortir ? ».

## Pourquoi vous êtes-vous intéressée au public des aidants familiaux ou bénévoles ?

**D.C.** - Tout d'abord, je tiens à souligner que c'est un véritable travail d'équipe, nous nous sommes tous énormément impliqués dans ce projet, que ce soit Valérie Guérin, directrice de production, Christophe Rivoiron le réalisateur et surtout Christophe Coquerel qui est à l'origine de cette idée.

L'un de nos objectifs est de donner de la visibilité à des personnes qui souffrent bien souvent d'isolement et dont on ne parle pas ou peu. C'est ce que j'avais déjà fait avec les mères de famille et les femmes enceintes dans « les Maternelles » et avec les femmes battues dans le documentaire sur les violences conjugales.

Mais, même si j'ai été concernée dans ma propre famille, « aidant » était pour moi, comme pour la plupart des Français, un mot inconnu. C'est en discutant avec Christophe Coquerel, chargé de projet à la Fédération Nationale Avenir et Qualité de vie des Personnes Agées que j'ai découvert cette population. En effet, il connaît bien le secteur des personnes âgées et s'intéresse à leurs besoins, que ce soit dans le cadre du maintien à domicile

ou dans celui des structures d'accueil. Il travaille d'ailleurs à un projet européen sur la télévision numérique interactive comme outil de lutte contre l'isolement des personnes âgées.

## Avec ce programme court, qu'elle est votre démarche ?

**D.C.** - J'ai voulu montrer les gens dans leur vérité, leur authenticité, sans être anxiogène. J'ai eu envie d'aller à l'inverse de notre société de consommation qui ne veut montrer que ce qui est lisse et des situations sans problème. J'ai voulu créer, pendant une minute par jour, une parenthèse consacrée à des gens qui enrichissent les autres. Comme dit le Professeur Marcel Rufo « un handicapé dans une famille, il faut le voir comme un enrichissement ». Au temps des cathédrales, les vitraux étaient le « grand livre » où la population apprenait l'histoire religieuse des peuples. Aujourd'hui, les « écrans » - télévision, ordinateur, tablette - transmettent les images du monde. Il est donc particulièrement important d'être rigoureux sur ce que l'on y véhicule. Il nous fallait également trouver un partenaire légitime pour soutenir ces

thèmes de société. L'engagement de Crédit Agricole Assurances a rejoint notre souhait d'aider les aidants.

## Comment s'est déroulé le tournage ?

**D.C.** - Dans la plus grande confiance entre les personnes filmées et Christophe Rivoiron, le réalisateur. Avant d'être réalisateur, Christophe fut infirmier en gérontologie et pédiatrie ; il est donc particulièrement à l'écoute de cette population qu'il connaît bien. Réalisateur caméraman, Christophe est seul avec la personne ce qui facilite la création d'un dialogue. Une dame s'est sentie tellement bien qu'elle s'est mise à chanter des refrains de son époque. Malheureusement, nous ne pourrions pas utiliser ce passage. En 52 secondes, nous devons présenter une situation, poser une question et apporter une réponse. Un dialogue est impossible, nous avons donc utilisé une voix off. Christophe Rivoiron, par sa manière de filmer les gens et de leur donner confiance en eux, sait les rendre beaux ou plus exactement faire transparaître leur beauté.

“ *La cause des aidants trouve naturellement sa place au sein de notre responsabilité d'assureur. Ils sont au cœur des problématiques de santé d'aujourd'hui : allongement de la durée de vie, solidarité, lien intergénérationnel. Les aidants assurent un double rôle : lien à la personne aidée et lien à la société. Il y a là une analogie totale avec le métier d'assureur : être utile aux individus tout en répondant à une problématique de société. Nous avons donc choisi de les aider de manière concrète localement au plus près de leurs besoins.* ”

Jérôme Grivet, Directeur Général  
de Crédit Agricole Assurances

# Crédit Agricole Assurances s'engage en faveur des aidants familiaux ou bénévoles

En octobre 2010, à l'occasion de la première Journée Nationale des Aidants, Crédit Agricole Assurances a annoncé son engagement en faveur des aidants familiaux ou bénévoles.

## Un soutien de proximité

Ce mécénat prend la forme d'un soutien financier à des associations locales impliquées dans cette thématique. En effet, les aidants sont à la recherche d'une aide proche de leur lieu de résidence.

Crédit Agricole Assurances s'appuie ainsi sur le réseau des Caisses régionales de Crédit Agricole pour mener à bien ses actions de proximité.

# Des actions **concrètes**

## En 2011

### Lancement d'un appel à projets national

Crédit Agricole Assurances a lancé, en mars 2011, un appel à projets auprès des associations françaises soutenant les aidants.

L'objectif de Crédit Agricole Assurances est de répondre, via les projets des associations engagées, aux besoins des aidants :

- Accès à l'information.
- Accès à la formation.
- Proposition de moments de répit.
- Soutien psychologique.
- Appui à la coordination des intervenants.
- Aide à la conciliation de la vie professionnelle et de la vie d'aidant.

D'ores et déjà, Crédit Agricole Assurances a reçu près de 100 projets associatifs ce qui confirme les besoins liés à cette cause. Le financement des premiers projets retenus sera annoncé dès le mois d'octobre.

Crédit Agricole Assurances, qui renouvellera cet appel chaque année, pourra soutenir un projet jusqu'à trois ans consécutifs.

### Participation aux Journées nationales des aidants

Initiées en 2010 par Nora Berra, Secrétaire d'Etat auprès du Ministre du Travail, de

l'Emploi et de la Santé chargée de la santé et Marie-Anne Montchamp, Secrétaire d'Etat auprès de la Ministre des Solidarités et de la Cohésion sociale, ces Journées Nationales permettent de valoriser l'action des millions d'aidants. ([www.journeedesaidants.fr](http://www.journeedesaidants.fr))

Lors de la prochaine Journée Nationale, le 6 octobre 2011, Crédit Agricole Assurances valorisera des initiatives proposées dans le cadre de l'appel à projets.

## En 2010

### Soutien financier pluri-annuel à l'Association Française des Aidants

Ce soutien a pour objectif la consolidation et le développement d'un réseau de 33 « Cafés des Aidants » sur l'ensemble du territoire d'ici 3 ans. Ces cafés sont des espaces d'information, de rencontres et d'échanges. Animés par un travailleur social, ils permettent aux aidants non professionnels qui accompagnent un proche malade, dépendant ou handicapé d'échanger conseils et expériences en présence d'un psychologue ayant une expertise en la matière. ([www.aidants.fr](http://www.aidants.fr))

### Soutien financier auprès de quatre associations via la Fondation de France

En 2010, Crédit Agricole Assurances a

soutenu quatre associations locales :

- Association « Le Pas » (Vaucluse) qui organise des activités physiques régulières pour des enfants présentant un handicap mental afin d'offrir un répit aux parents.
- Association AMASAD (Association Mutuelle Agricole de Soins à Domicile - Cher) qui met en place une halte répit pour les aidants familiaux, grâce à un accueil sur une demi-journée ou sur une journée complète du proche âgé.
- Association UNAFAM (Union Nationale des Amis et Familles de Malades Psychiques - Loiret) qui développe des séjours « REPIT » (Respirer, Ecouter, Partager, Informer, se Transformer) à destination de personnes handicapées psychiques et de leurs familles.
- Réseau de santé, le « Pallium » (Yvelines) qui met en place « les mercredis d'Hélium ». Un dispositif d'ateliers d'expression corporelle et artistique pour soutenir et accompagner des enfants, des adolescents et leurs familles fragilisées par la maladie et offrir ainsi du répit aux malades comme aux aidants familiaux. ([www.fondationdefrance.org](http://www.fondationdefrance.org))

## Crédit Agricole Assurances finance des projets associatifs locaux en faveur des aidants familiaux ou bénévoles

**En mars 2011, Crédit Agricole Assurances lançait un appel à projets annuel national auprès d'associations soutenant les aidants.**

Plus de 100 projets associatifs ont été reçus, ce qui confirme les besoins liés à cette cause. Dix-sept d'entre eux ont été sélectionnés par un jury composé de personnalités de la Société civile et du groupe Crédit Agricole. Ils bénéficient d'un soutien financier pour une enveloppe globale de 300 000€, avec des plans de financement de un à trois ans selon les besoins d'accompagnement exprimés par les associations.

Avec cet appel à projets, Crédit Agricole Assurances a choisi d'encourager des initiatives de proximité. Elles répondent aux

attentes des aidants souvent isolés de par leurs responsabilités vis-à-vis d'un proche (parent ou amis) en situation de dépendance (maladie, vieillesse, handicap).

Les associations retenues couvrent l'ensemble du territoire et toutes les sphères de besoins des aidants : formation, information, répit, soutien psychologique.

Un nouvel appel à projet est prévu pour 2012.

## Les 17 associations retenues et leurs projets :

- **Aide et Répit (Puy-de-Dôme) :** financement d'un dispositif de relais à domicile 24h/24h auprès des malades d'Alzheimer.
- **Aigue Marine C° (Val-de-Marne) :** réalisation d'un documentaire sur la maladie d'Alzheimer.
- **AFIPAEIM (Association familiale de l'Isère pour enfants et adultes handicapés intellectuels) :** formation d'un bénévole de l'association à la gestion du patrimoine.
- **AFSEP (Association française des sclérosés en plaques - Haute Garonne) :** création de modules de formation et de groupes de paroles itinérants.
- **ALFA REPIT (Alzheimer Famille Répit - Loire Atlantique) :** mise en place de séjours de vacances pour les aidants et leurs aidés.
- **Association Avenir Dysphasie France (Yvelines) :** ouverture d'une permanence téléphonique nationale gratuite d'écoute et de conseil.
- **Centre de plein air Lathus (Vienne) :** organisation de journées de formation et de répit pour les aidants de personnes atteintes de maladies neuro-dégénératives et leurs aidés, au sein d'une ferme pédagogique.
- **CERESA (Centre régional d'éducation et de services pour l'autisme - Haute Garonne) :** création d'un dispositif d'accompagnement (information, formation, répit, aide sociale et psychologique) de parents d'enfants atteints d'autisme.
- **Cheer up (Paris) :** formation et un soutien psychologique aux 350 jeunes étudiants bénévoles qui accompagnent des jeunes atteints d'un cancer.
- **Espace de vie Saint Exupéry (Nord) :** aménagement d'un groupe de parole, de rencontres thématiques et de temps de loisirs pour soulager les aidants de personnes dépendantes ou en perte d'autonomie.
- **FDFA (Femmes pour le Dire, Femmes pour Agir - Paris) :** formation des bénévoles de l'association qui accompagnent les personnes handicapées.
- **Fonds pour les soins palliatifs (Paris) :** création d'une plateforme internet d'information sur la fin de vie, les soins palliatifs et le deuil.
- **France Parkinson (Lot et Garonne) :** mise en place d'offres de repos, de manifestations culturelles, de remises en forme, de réunions d'informations et de formations sur la maladie.
- **JALMALV (Jusqu'à la mort accompagner la vie - Seine-Maritime) :** formation d'un bénévole aux soins palliatifs et d'accompagnement.
- **RESA (Réseau Echanges et Solidarités Avant Pays Savoyard - Savoie) :** formation initiale et continue de bénévoles visiteurs de personnes âgées.
- **UDAF (Union Départementale des Associations Familiales de la Sarthe) :** mise en place d'une médiation familiale intergénérationnelle auprès de personnes âgées dépendantes et de leurs aidants.
- **UNA Pays du Perche (Union nationale de l'aide, des soins, et des services aux domiciles - Orne) :** ouverture et aménagement d'un nouveau lieu d'accueil pour personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou apparentée.