Service Social Interentreprises de l'Ouest

Famille

AS'TUCES

Octobre 2025

Proche aidant, et si c'était vous ?

Aidants auprès d'enfants et d'adultes

➲ 9,3 millions de personnes déclarent apporter une aide régulière à un proche.

➲ 8,8 millions d'adultes et 500 000 mineurs de 5 ans et plus sont proches aidants.

➲ 70% exercent une activité professionnelle en parallèle.

Les enjeux relatifs aux aidants sont d'ordre sociétal et de santé publique. La gestion de leur santé mentale et physique, ainsi que le maintien de leur équilibre et qualité de vie, sont au cœur des préoccupations. Il est essentiel de prendre en compte les différents types d'aidants et de reconnaître que leur identité ne se limite pas uniquement à ce rôle. Ils ont besoin d'un soutien adapté pour préserver leur bien-être tout en accomplissant cette mission essentielle.

Être aidant, c'est accompagner un proche, un ami, un voisin, un ancien collègue en situation de perte d'autonomie liée à l'âge, à une maladie ou à un handicap.

Cet accompagnement peut être d'ordre morale, physique, administratif et/ou financier et s'inscrit dans le temps.

Données de la Direction de la Recherche, des Etudes, de l'Evaluation et de la Statistiques (DREES)/Février 2023

Qu'est ce qu'un aidant Familial ?

Selon l'article L. 245-12, du Code de l'action sociale et de la famille : *« Est considéré comme un aidant familial, le conjoint, le concubin, la personne avec laquelle la personne handicapée a conclu un pacte civil de solidarité, l'ascendant, le descendant ou le collatéral jusqu'au quatrième degré de la personne handicapée, ou l'ascendant, le descendant ou le collatéral jusqu'au quatrième degré de l'autre membre du couple qui apporte l'aide humaine définie en application des dispositions de l'article L. 245-3 du présent code et qui n'est pas salarié pour cette aide. »*

Comment faire pour être reconnu comme aidant familial ?

Il existe plusieurs possibilités pour obtenir une reconnaissance et bénéficier d'aides sociales, financières et de répit. Les démarches varient en fonction du type d'accompagnement dont vous avez besoin et du statut de la personne que vous aidez (personne âgée, handicapée, malade...). Il est donc important de se rapprocher des structures locales (MDPH, CCAS) et de la Sécurité sociale pour faire valoir vos droits en tant qu'aidant.

Se faire reconnaître comme aidant familial permet d'accéder à des droits et des ressources qui offrent une aide concrète dans la gestion de cette mission souvent lourde. Cela permet non seulement d'alléger la charge quotidienne, mais aussi de préserver la santé et le bien-être de l'aidant, tout en garantissant que le proche aidé bénéficie d'un accompagnement adapté à ses besoins. Cette reconnaissance est donc essentielle pour un soutien global et équilibré dans la relation aidant/aidé.

L'assistant de service social de votre entreprise peut vous accompagner, vous soutenir et vous orienter pour l'ensemble de vos démarches.

Les dispositifs légaux :

Le congé de proche aidant :

Le congé de proche aidant permet de suspendre ou de réduire son activité professionnelle pour accompagner un proche en situation de handicap ou un proche âgé en perte d'autonomie. Ce congé peut être indemnisé.

Le congé d'hospitalisation du nouveau né

Si avant d'avoir quitté la maternité pour rejoindre votre domicile, votre enfant est hospitalisé dès sa naissance, vous pouvez, dans certains cas, bénéficier d'un congé spécifique de 30 jours maximum. Le salarié peut avoir droit à une indemnisation versée par la Sécurité sociale.

Le congé d'annonce d'une maladie grave

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. La durée du congé est de 5 jours ouvrables.

Le congé de présence parentale

Vous pouvez prendre un congé de présence parentale si votre enfant à charge est atteint d'une maladie, d'un handicap ou victime d'un accident d'une particulière gravité. C'est le cas si l'état de santé de votre enfant à charge nécessite une présence soutenue et des soins contraignants. Ce congé peut également être indemnisé.

Pour ces congés spécifiques, l'assistant de service social de votre entreprise peut vous informer et vous accompagner sur les démarches à effectuer pour en bénéficier.

Les services RH de votre entreprise, sont également vos interlocuteurs pour vous informer sur les dispositifs internes existants (congés spécifiques, don de congés, accord d'entreprise...)

Quels sont les impacts physiques et psychologiques ?

Entre activité professionnelle, obligations familiales et accompagnement d'un proche, l'aidant peut être confronté à des risques physiques : tensions musculaires, troubles du sommeil récurrents, affaiblissement du système immunitaire, accidents domestiques, et des risques psychiques : épuisement émotionnel, anxiété chronique, sentiment d'échec, symptômes dépressifs, Isolement social. Si ces risques ne sont pas pris en considération, ils peuvent, à long terme, conduire à un épuisement professionnel, souvent discret, mais nécessitant un soutien médico - psycho - social.

Accompagnement et aide au répit

Des aides humaines existent pour soutenir les aidants dans leur quotidien. Ces solutions permettent de soulager tout en garantissant un accompagnement pour leurs proches aidés.

Ces professionnels interviennent pour aider les aidants dans les tâches quotidiennes (toilette, ménage, préparation des repas, etc.). Ces dispositifs offrent aux aidants la possibilité de s'accorder des moments de répit, que ce soit par des visites à domicile, des séjours temporaires en établissements ou des activités de loisir.

Ces aides humaines sont des ressources précieuses pour permettre aux aidants de continuer à soutenir leurs proches tout en prenant soin de leur propre bien-être. Des aides financières peuvent être sollicitées auprès de différents organismes, l'assistant de service social de votre entreprise peut vous accompagner pour effectuer ces démarches.

SOUCHU IMPRIMERIE - CLISSON - 02 40 54 02 79

Les services d'assistance des mutuelles, des assurances individuelles, des prévoyances peuvent proposer diverses prestations selon les contrats souscrits. Il existe du soutien psychologique, de l'aide à domicile, de la recherche de solutions de répit, des gardes d'enfants lors de l'hospitalisation, du soutien pédagogique... Vous pouvez les contacter pour évaluer les besoins et voir les solutions qui peuvent être apportées selon votre situation. Certaines assurances peuvent également vous proposer une assistance ponctuelle dans le cadre de l'annonce d'une maladie ou d'un handicap.

Rejoignez-nous !

www.ssio-ouest.fr

SSIO - Service Social Interentreprises de l'Ouest

L'assistant de service social de votre entreprise peut vous soutenir face à l'ensemble de ces démarches, elle pourra également conseiller et vous orienter vers les dispositifs et partenaires spécialisés.