



# GUIDE DES AIDES AUX PROCHES AIDANTS







« Le Département du Tarn a adopté un plan départemental de soutien aux proches aidants pour la période 2022-2026 dont l'un des axes prioritaires est d'améliorer l'information aux proches aidants. C'est dans cet objectif que ce document a été réalisé. Pour répondre au mieux à vos besoins, faites-vous aussi connaître et venez à la Maison Départementale de l'Autonomie »

**Christophe RAMOND**

Président du Conseil départemental du Tarn

## INTRODUCTION

Le terme d'aidants est apparu en France à partir des années 2000. Il fait l'objet de plusieurs définitions et appellations selon que l'on consulte le code de la santé publique (aidant naturel), le code de l'action sociale et familiale (loi de 2005 aidant familial) ou encore la loi sur l'adaptation de la société au vieillissement (proche aidant), sans qu'à ce jour aucun statut n'ait encore été établi.

L'étude de la DRESS parue en février 2023 indique que la France en compterait 9,3 millions et précise des données qualitatives, en terme :

- D'aide apportée : 56% des aidants apporte une aide régulière principalement dans l'accomplissement des actes de la vie quotidienne, dans l'apport d'un soutien moral mais aussi pour près de 49% en terme d'aide financière,
- De typologie des aidants : 56% sont des femmes,
- D'état de santé dégradé par rapport à la population générale

**L'ensemble des acteurs publics retiennent la définition inscrite dans la loi sur l'adaptation de la société de vieillissement : « personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap ».**

### P 5-7

Les droits mobilisables dans le cadre des prestations liées à la personne aidée

### P 8

Les droits introduits dans le code du travail

### P 9-11

Les droits mobilisables en cas de réduction ou de cessation d'activité professionnelle


### P 12-14

Les droits à la retraite

### P 15-19

Comment être identifié comme proche aidant et où trouver du soutien et de l'information





# Dans le cadre des prestations délivrées par la Maison Départementale de l'Autonomie du Tarn

---

**Les services de la MDA, en fonction de la perte d'autonomie ou des répercussions du handicap d'une personne dans les actes de la vie courante, instruisent, évaluent et proposent des plans d'aide avant de notifier des droits individuels. Actuellement, la réglementation en vigueur ne prévoit pas la prise en compte de la situation du proche aidant de manière harmonisée. Il existe une différence en fonction des différentes allocations.**

---

### APA

#### L'Allocation Personnalisée d'Autonomie

Le cadre légal de l'évaluation APA à domicile inclus systématiquement l'évaluation de l'aidant et de ses besoins.

En fonction de la situation, le plan d'aide peut comprendre des prestations destinées au répit de l'aidant : halte répit, heures de répit à domicile...

Si l'aidant est reconnu par l'équipe médico-sociale comme indispensable au maintien au domicile et ne peut être remplacé, le plan d'aide peut être majoré, pour les situations suivantes :

- En cas d'hospitalisation de l'aidant, pour un montant maximum de 1 089 €\* par année civile
- Afin de permettre à l'aidant de prendre du répit, pour un montant maximum de 548 €\* par année civile

Enfin, le proche aidant, sauf s'il s'agit du conjoint, peut être salarié en emploi direct pour la réalisation de tout ou partie du plan d'aide, en fonction de l'avis de l'équipe médico-sociale

*\* Montants en vigueur en 2024*

### PCH

#### La Prestation de Compensation du Handicap

Les besoins de l'aidant ne sont pas évalués dans le cadre de l'élaboration du plan d'aide.

Néanmoins, le proche aidant peut être dédommagé pour tout ou partie de la réalisation du plan d'aide. La loi indique qu'un membre de la famille du 1<sup>er</sup> degré (enfant parent conjoint) ne peut pas être salarié\* (sauf cas très exceptionnels impliquant un déplafonnement du plan d'aide).

- Le dédommagement s'élève 4,69 €/h\* si l'aidant n'a pas réduit son activité professionnelle.
- Le dédommagement s'élève à 7,04€ €/h\* si l'aidant a réduit ou cessé son activité professionnelle.

Seuls peuvent être salariés en CESU (à condition de ne pas être à la retraite et d'avoir réduit son activité professionnelle), les membres de la famille autre que 1<sup>er</sup> degré (frère, sœur, oncle, tante...)

*\* sauf cas très exceptionnels impliquant un déplafonnement du plan d'aide.*

*\* Montants au 1<sup>er</sup> juillet 2024*

## AEEH

### L'Allocation d'Education de l'Enfant Handicapé

La prestation ne prévoit pas spécifiquement d'évaluation des besoins du parent-aidant. Une allocation de base et/ou un complément peuvent être attribués pour compenser les conséquences liées à la situation de handicap de l'enfant tels que des surcoûts et des pertes financières (réduction d'activité...).

Sont pris en compte :

- les besoins de l'enfant du fait de son handicap
- les conséquences en terme de prise en charge (professionnels type ergothérapeutes, psychologues, psychomotricien..)
- et/ou la nécessité de réduction ou de cessation de l'activité professionnelle du parent du fait du handicap de l'enfant

## AVA

### L'Assurance Vieillesse Aidants\*

Sous certaines conditions, si le proche aidant réduit ou cesse son activité pour s'occuper d'une personne aidée, les cotisations retraite peuvent être prises en charge.

Voir P 12

\* Anciennement Assurance Vieillesse des Parents au Foyer (AVPF)

POUR EN SAVOIR PLUS SUR LES PRESTATIONS :

[mda.tarn.fr](http://mda.tarn.fr)



# Vous êtes en activité professionnelle

---

**Vous travaillez et vous vous occupez d'un proche en situation de handicap ou d'un personne âgée dépendante. Cette situation entraîne des conséquences sur votre emploi. Que vous deviez faire face à l'annonce du handicap de votre enfant, aménager temporairement vos horaires, réduire ou cesser votre activité professionnelle, la loi évolue régulièrement pour vous soutenir dans votre rôle.**

---

## ▶ **La protection des parents d'enfants en situation de handicap :**

La loi prévoit qu'aucun employeur ne peut rompre le contrat de travail d'un salarié pendant un congé de présence parentale (sauf s'il justifie d'une faute grave de l'intéressé ou de son impossibilité de maintenir ce contrat pour un motif étranger à l'état de santé de son enfant).

*Voir loi 2023-622 du 19 juillet 2023*

## ▶ **L'accès au télétravail**

L'employeur doit désormais motiver sa décision s'il refuse la demande de recours au télétravail d'un aidant d'un enfant, d'un parent ou d'un proche. La loi précise que l'accord collectif ou la charte sur le télétravail doit maintenant comporter les modalités d'accès à une organisation en télétravail pour les salariés aidants d'un enfant, d'un parent ou d'un proche.

*Voir loi 2023-622 du 19 juillet 2023*

## ▶ **Le droit à congé suite à un décès ou à l'annonce de la survenue, du handicap ou de la maladie**

La loi a allongé la durée du congé rémunéré pour décès d'un enfant de 5 à 12 jours ouvrables, et de 7 à 14 jours ouvrables lorsque l'enfant est âgé de moins de 25 ans.

Elle allonge également le congé rémunéré pour l'annonce de la survenue d'un handicap, d'une pathologie chronique nécessitant un apprentissage thérapeutique ou d'un cancer chez un enfant, qui passe de 2 à 5 jours ouvrables.

*Voir loi n° 2023-622 du 19 juillet 2023*

## ▶ **Le don de jours de congés ou de RTT**

la loi prévoit que sous certaines conditions, un proche aidant (adulte ou enfant) peut bénéficier de dons de jours de congés de la part de ses collègues.

*Voir loi n° 2014-459 du 9 mai 2014*





# Vous devez cesser ou réduire votre activité professionnelle ?

---

**Il est parfois nécessaire d'aménager son temps de travail ou encore de cesser son activité professionnelle pour s'occuper de son proche. Ce tableau récapitule les différents types de congés non rémunérés et possibilités d'indemnités.**

---

## LES DIFFÉRENTS TYPES DE CONGÉS NON RÉMUNÉRÉS ET POSSIBILITÉS D'INDEMNISATIONS

- si vous devez cesser ou réduire votre activité professionnelle -

	<b>Pour qui ?</b>	<b>Démarches auprès de l'employeur</b>
<b>Le congé de présence parentale</b>	<b>Parents d'enfant</b> de moins de 20 ans dont l'état de santé nécessite une présence soutenue et des soins contraignants	Lettre en AR et certificat médical du médecin traitant qui précise la durée des soins et atteste la nécessité de la présence soutenue auprès de l'enfant, la particulière gravité de l'accident ou du handicap
<b>Le congé du proche aidant</b>	<b>Conjoint ascendant, descendant ou proches d'une personne :</b>  Soit évaluée dans le cadre de l'APA GIR 1 à 4  Soit avec un taux d'incapacité > à 80%  Soit bénéficiaire d'une majoration tierce personne	Courrier à l'employeur + Déclaration sur l'honneur du lien entretenu avec la personne aidée + déclaration sur l'honneur indiquant ne pas avoir eu déjà recours au Congé du proche aidant
<b>Le congé de solidarité familiale</b>	<b>Ascendant, descendant frère sœur ou être personne de confiance</b> d'une personne en fin de vie	Courrier adressé à l'employeur accompagné d'un certificat médical établi par le médecin de la personne accompagnée

Tous les montants indiqués sont valables en 2024 et sont susceptibles d'évoluer.

<b>Durée du congé</b>	<b>Indemnisation durée et conditions*</b>	<b>A qui s'adresser ? Quelles démarches faire ?</b>
<p>Sur la durée du traitement</p> <p>Jusqu'à 310 jours renouvelables une fois</p> <p>Par journée ou demi-journée</p>	<p><b>Allocation journalière de présence parentale</b></p> <p>Dans la limite de 22 jours par mois, sur la durée du congé de présence parentale</p> <p>Montant : 64,54€ ou si fractionné 32,72€</p> <p>Certificat médical attestant de l'état de santé et de la nécessité de la présence du parent</p>	<p>Votre CAF ou MSA</p> <p>Démarche en ligne ou CERFA 12666*03</p> <p>Une partie du formulaire doit être renseignée par un médecin</p>
<p>3 mois renouvelables jusqu'à un an maximum</p>	<p><b>Allocation Journalière du Proche Aidant</b></p> <p>66 Jours maximum</p> <p>Montant : 64,54€ ou si fractionné 32,72€</p> <p>La personne (adulte ou enfant) aidée doit être en GIR de 1 à 4 ou bénéficiaire d'un taux d'incapacité au moins 80%</p>	<p>Votre CAF *ou MSA</p> <p>Démarche en ligne ou Cerfa 16108*1</p> <p>Joindre attestation de droits APA ou MDPH</p>
<p>3 mois renouvelables 1 fois</p>	<p><b>Allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie</b></p> <p>21 jours ou 42 si fractionné</p> <p>Montant : 63,34 € ou 31,67€ si fractionné</p>	<p>Centre national des demandes d'allocations</p> <p>Rue Marcel Brunet BP109 23014 Guéret Cedex 08 06 0 610 09 Cerfa 14555*01</p> <p>Une partie doit être renseignée par le médecin</p>



# Les droits à la retraite

## L'Assurance Vieillesse Aidant\*

La loi permet aux aidants de valider des trimestres de retraite sur des périodes non travaillées ou travaillées à temps partiel pour s'occuper d'un proche en situation de handicap ou de dépendance du fait de l'âge, sans avoir besoin de cotiser. Depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2023, la loi a élargi cette possibilité.

Les périodes non travaillées ou travaillées à temps partiel peuvent faire l'objet d'une affiliation gratuite, la Caisse d'allocations familiales (CAF) ou la Mutualité Sociale Agricole (MSA) qui cotisera à votre place.

**Les démarches sont à effectuer dès la cessation ou la réduction de votre activité.**

\* Anciennement Assurance Vieillesse des Parents au Foyer (AVPF)

# Ce droit est possible lorsque :

## **Vous vous occupez d'un enfant en situation de handicap**

Il a moins de 20 ans et son taux d'incapacité est égal ou supérieur à 80% et il n'est pas admis en internat ou bien son taux d'incapacité est d'au moins 50% et il bénéficie de la PCH ou de l'AAEH et d'un de ses compléments.

### Quelle démarche faire ?

Dans ce cas, l'affiliation est automatique, vous n'avez pas de démarche à effectuer.

## **Vous vous occupez d'un adulte en situation de handicap**

Il s'agit d'un membre de votre famille ou une personne avec qui vous entretenez un lien étroit et stable. Il n'est plus nécessaire de résider à la même adresse.

- Votre proche bénéficie de la PCH aide humaine
- Ou bien son taux d'incapacité est égal ou supérieur à 80%.

### Quelle démarche faire ?

Dans ce cas, il sera nécessaire que la présence ou l'assistance d'un aidant à domicile soit reconnue par la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées. (Demander l'Assurance vieillesse des parents au foyer : dossier MDPH : cerfa 15692\*01)

## **Vous vous occupez d'une personne âgée dépendante :**

Il s'agit d'un membre de votre famille ou une personne avec qui vous entretenez un lien étroit et stable. Il n'est plus nécessaire de résider à la même adresse.

- Elle a un taux d'incapacité égal ou supérieur à 80%
- Ou bien elle est reconnue en GIR 1,2, 3 ou 4

### Quelle démarche faire ?

Dans ce cas, il sera nécessaire que la présence ou l'assistance d'un aidant à domicile soit reconnue par la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées. (Demander l'Assurance vieillesse des parents au foyer : dossier MDPH : cerfa 15692\*01)



### **BON À SAVOIR**

- Dans les conditions décrites ci-dessus, l'Affiliation à l'Assurance vieillesse est attribuée sans conditions de ressources.
- Si vous percevez l'AJPP, vos cotisations retraite sont prises en charge automatiquement durant le temps de l'indemnisation.

## La majoration de durée d'assurance

**Enfin, au moment du calcul de vos droits à la retraite et selon certaines conditions, il est possible de bénéficier de la MAJORATION DE LA DUREE D'ASSURANCE**

La loi du 20 janvier 2014 « garantissant l'avenir et la justice du système de retraites » a introduit la majoration de la durée de l'assurance vieillesse pour les proches aidants d'un enfant ou d'un adulte en situation de handicap. La situation n'est pas la même selon qu'il s'agit d'un enfant de moins de 20 ans ou d'un adulte de plus de 20 ans.

- 1) Pour votre enfant reconnu handicapé à, au moins, 80 % et ayant droit à l'Allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) et de ses compléments ou encore de la PCH pour une aide humaine (décisions prononcées par la CDDPAH) :
  - ▶ Il n'est pas nécessaire de réduire ou de cesser votre activité,
- 2) Pour un adulte en situation de handicap ou de dépendance depuis le 1er janvier 2015.
  - ▶ Son taux d'incapacité doit être égal ou supérieur à 80 %
  - ▶ Il faut avoir totalement cessé de travailler,
  - ▶ Avoir un lien de parenté (descendants, ascendants ou collatéral jusqu'au 4<sup>ème</sup> degré, être conjoint, concubin ou partenaire PACS).

**La majoration de la durée d'assurance est limitée à :**

- ▶ 1 trimestre pour 30 mois de prise en charge
- ▶ D'un maximum de 8 trimestres (sauf cumul possible pour la prise en charge d'une même personne aidée d'abord en tant qu'enfant puis en tant qu'adulte).



### BON À SAVOIR

Si vous êtes aidant d'un enfant, d'un parent ou d'un proche handicapé et que vous avez réduit ou cessé votre activité pendant au moins 30 mois pour vous en occuper, vous pouvez, sous certaines conditions, prendre votre retraite à taux plein dès 65 ans.



# Les actions de soutien

---

**Comment et pourquoi être repéré comme proche aidant ?  
Il n'est pas toujours facile de se reconnaître comme proche aidant.**

---

**Le Tarn a mis en place, depuis plusieurs années, une politique de repérage qui nous permet de régulièrement communiquer avec vous en vous envoyant des informations.**

## Où et comment trouver du soutien ?

De nombreux acteurs proposent des actions de soutien et/ou des solutions de répit dans le département.

Ces actions ont pour objectifs de vous permettre de :

- Etre informé sur les droits existants et rencontrer des professionnels lors de forums ou de conférences
- Echanger avec d'autres aidants, bénéficier d'un soutien psychologique et rompre son isolement par le biais de groupe de paroles par exemple,
- Bénéficier de formations afin d'être soutenu dans son rôle d'aidant et d'avoir des informations sur la pathologie de la personne aidée
- Participer à des temps de détente et de bien-être
- Identifier des solutions de répit qu'il s'agisse de suppléance à domicile, d'accueil en établissement ou encore l'organisation de séjours de répit.

Ces différentes propositions sont répertoriées dans le livret de soutien aux proches aidants édité par la Maison départementale de l'Autonomie avec le concours de l'ensemble des partenaires associatifs et institutionnels.





# Qui contacter ?

Pour obtenir des informations La Maison Départementale de l'Autonomie



## NOUS CONTACTER :

- ▶ **Par téléphone** un numéro unique pour tous les services :

**05 81 27 70 07**

- ▶ **Par mél : [contact.mda@tarn.fr](mailto:contact.mda@tarn.fr)**



## NOUS RENCONTRER :

- ▶ **Un accueil quotidien en horaires élargis du lundi au vendredi, sur le nouveau site :**

**10 rue des trois Tarn à Albi**

- Mardi et Jeudi :

de 8 h 30 à 12 h 30 et de 14 h **jusqu'à 18 h 30**

- Lundi et Vendredi :

**en journée continue de 10 h à 17 h 30**

- Mercredi : de 8 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 17 h 30

*Et pendant les vacances scolaires :*

*tous les jours de 8 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 17 h 30*

- ▶ **Un accueil sur rendez-vous**, sur le site albigeois et l'antenne de la MDA à Castres 8 avenue Augustin Malroux et dans les 10 points d'accueil de proximité
- ▶ Des permanences de partenaires et d'associations dédiées aux personnes âgées ou en situation de handicap
- ▶ Une accessibilité renforcée aux personnes sourdes et malentendantes (traduction en Langue Des Signes)
- ▶ **Un espace de médiation numérique pour vous accompagner dans vos démarches en ligne.**



## NOUS ÉCRIRE :

**Maison départementale de l'Autonomie**  
**BP 10055 81027 ALBI cedex 9**



## TROUVER DE L'INFORMATION :

- ▶ Le portail de la MDA : [mda.tarn.fr](http://mda.tarn.fr)

En dehors de la MDA à Albi et de son antenne de Castres :

**Vous pouvez trouver des informations généralistes :**

- Dans les 12 Maisons du Département
- Dans les points infos autonomie des France services.



**Vous pouvez aussi être accueillis, sur rendez-vous, par un travailleur médico-social de la MDA.**

# VOUS INTERVENEZ RÉGULIÈREMENT OU AU QUOTIDIEN

auprès d'un proche en perte d'autonomie  
ou en situation de handicap.

Il peut s'agir de vos parents, de votre enfant, de votre conjoint ou encore d'un membre de votre entourage. Votre implication peut entraîner de la fatigue, du stress, peut avoir des répercussions sur votre santé, votre activité professionnelle ou encore votre vie sociale et familiale.

## Vous êtes aussi un aidant !



**« Ma mère est dépressive.  
Je l'aide à prendre ses  
médicaments tous les jours.  
Je fais toutes les démarches  
administratives pour elle.  
C'est ma mère, c'est normal  
je ne suis pas aidant »**

**Vous êtes aussi un aidant !**

Une maladie, un handicap ou une perte d'autonomie qui nécessite une aide régulière et fréquente dépasse l'entraide familiale normale.

Le Département  
du Tarn  
vous accompagne



**« Depuis son AVC,  
j'aide mon mari  
tous les jours à s'habiller  
et manger, c'est normal, je suis  
sa femme je ne suis pas aidante »**

**Vous êtes aussi un aidant !**

la perte d'autonomie d'un conjoint liée à l'âge ou à une maladie entraîne une charge importante qui dépasse le simple rôle de conjoint.

**« J'ai un enfant  
en situation de handicap.  
Je suis sa mère,  
je ne suis pas aidante »**

**Vous êtes aussi un aidant !**

le handicap d'un enfant accroît les besoins d'accompagnement et dépasse votre rôle de parent.



**TARN**  
MON DÉPARTEMENT

# Pourquoi être identifié en tant qu'aidant ?

Votre soutien est essentiel à votre proche. Il contribue à sa qualité de vie et à son autonomie dans tous les aspects de sa vie.

**C'est pourquoi vous pouvez remplir une fiche de repérage.**

## Comment faire ?

- **en utilisant** le QR code



- **ou en renseignant** le feuillet F du dossier MDPH à l'occasion d'une demande pour votre proche
- **ou en vous rendant** sur le site [mda.tarn.fr](http://mda.tarn.fr)
- **ou en nous contactant** au 05 81 27 70 07 par mail : [contact.mda@tarn.fr](mailto:contact.mda@tarn.fr)

## À quoi cela servira ?

- Cela permettra à la MDA de **vous identifier** en tant qu'aidant,
- De mieux **connaître vos besoins**,
- De **vous informer** sur les droits existants,
- De vous **communiquer** les actions adaptées et proches de chez vous.

*Les données que vous indiquerez sur ce document sont à l'usage strict de la MDA et ne sont jamais communiquées.*

TARN

MON DÉPARTEMENT