



Concilier sa vie d'aidant et sa vie professionnelle

Comment continuer à travailler tout en s'occupant d'un proche malade ?

Être aidant est un rôle prenant qui exige une disponibilité de chaque instant.

Il existe depuis peu en France un certain nombre de dispositifs qui permettent de concilier un peu mieux sa vie professionnelle et sa vie d'aidant. Des mesures d'aménagement du temps de travail et des aides financières pour passer un peu plus de temps auprès de votre proche.

Toutefois, organiser l'aide à un proche s'apparente parfois encore à un parcours du combattant.

Les aménagement du temps de travail

Le code du travail permet au salarié et à l'employeur de se mettre d'accord sur certains aménagements du temps de travail.

1. Le congé de solidarité familiale. Vous pouvez demander un congé pour assister l'un de vos proches souffrant d'une maladie pouvant entraîner la mort. Il peut s'agir :

- d'un ascendant,
- d'un descendant,
- d'une personne qui partage votre domicile (concubin, époux...)

Le congé de solidarité familiale est d'une durée maximale de 3 mois, renouvelable une fois. Avec l'accord de l'employeur, ce congé peut être transformé en période à temps partiel. Ce congé est de droit : il ne peut être reporté, ni refusé. Il se caractérise toutefois par l'absence de rémunération.

2. Les congés pour enfant malade ou de présence parentale. Si vous souhaitez vous absenter pour vous occuper d'un enfant malade ou accidenté, vous pouvez bénéficier d'un congé non rémunéré d'une durée de :

- Trois jours par an,
- Cinq jours par an si l'enfant concerné a moins d'un an ou si le salarié assume la charge d'au moins trois enfants de moins de 16 ans.

Votre enfant est victime d'une maladie, d'un accident ou d'un handicap graves. La présence d'une personne à ses côtés est nécessaire. Vous pouvez :

- soit passer à temps partiel,
- soit prendre un congé total.

D'une durée initiale de 4 mois, le congé partiel ou total peut être renouvelé deux mois sans pouvoir excéder 12 mois.

... / ...



Accompagner

Conseils, aide et soutien pour l'entourage des personnes malades

N°7 avril 2005

pages : << / 1 / 2 / 3 / 4 >>

3. Le temps partiel lié à la vie familiale. A votre demande motivée par les besoins de votre vie familiale, vous pouvez bénéficier d'une réduction du temps de travail sous forme de périodes non travaillées d'au moins une semaine.

Fixée dans le cadre de l'année, la durée du travail est alors décomposée en périodes travaillées (pendant lesquelles vous travaillez à temps complet) qui suivent l'horaire collectif applicable dans l'établissement (le cas échéant, il doit être alors fait

Plan de développement des services aux personnes :

Ce plan proposé par le Ministre Jean-Louis Borloo, favorise l'accès aux services aux personnes au plus grand nombre, notamment par la mise en place du chèque service universel abondé par les entreprises et ouvert à un public plus large que le titre emploi-service ou le chèque emploi service.

La création de l'agence nationale des services d'aide à la personne contribuera également à la mise en place de grandes enseignes. 100 millions d'euros sont prévus à cet effet.

application du régime des heures supplémentaires), et de périodes non travaillées. Ces périodes doivent être précisées dans l'avenant au contrat de travail qui est obligatoirement établi.

4. Les congés sabbatiques ou sans solde. Le congé sabbatique vous permet si vous remplissez des conditions précises d'ancienneté et d'activité, de suspendre votre contrat de travail afin de réaliser un projet personnel. La durée du congé est comprise entre 6 et 11 mois.

L'employeur peut décider de reporter ou refuser le congé dans certaines situations.

Le congé sans solde n'est pas réglementé : aucune condition ni procédure ne sont imposées pour en bénéficier. Son organisation et sa durée sont définies de gré à gré entre le salarié et l'employeur. Celui-ci est libre de l'accepter ou de le refuser.

Vous pouvez demander un congé sans solde pour divers motifs. Si votre demande est acceptée, vous ne serez pas rémunéré, sauf à utiliser votre compte-épargne temps. De même, la durée de votre absence ne sera pas prise en compte pour le calcul des droits que vous tenez de votre ancienneté, pour les congés payés...

Etude

La Drees (Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques), a évalué la difficulté des aidants à concilier l'aide à un proche et vie professionnelle. Extraits.

“Les personnes qui s'occupent d'un adulte handicapé doivent, lorsqu'ils sont d'âge actif, concilier ce rôle avec une éventuelle activité professionnelle, ce qui peut les obliger à procéder à certains aménagements : c'est le cas de 24 % d'entre eux. Ces aménagements consistent en des changements d'horaires de travail dans 7 cas sur 10 et en une réduction d'horaires dans 2 cas sur 10. Environ 13 % des aidants ont, par ailleurs, été obligés de cesser toute activité professionnelle afin de s'occuper de leur proche handicapé, ceci concerne plus souvent les ascendants que les conjoints des personnes aidées (17 % contre 10 %).”

“Si, globalement, près de 84 % d'entre eux déclarent que ce rôle n'a pas d'incidences ou seulement minimales sur leur liberté de sortir au cours de la journée, les avis divergent selon le lien avec la personne handicapée. Ainsi, les ascendants sont moins nombreux que les conjoints à ne déclarer aucune incidence ou seulement minimale sur leur liberté de sortir (71 % contre 89 %). De même 60 % des aidants considèrent que ce rôle n'a pas d'incidences ou seulement minimales sur leur liberté de partir quelques jours, alors que les ascendants ne sont que 39 % à le penser. Ils sont en effet environ un quart à ne pouvoir partir que si quelqu'un les remplace auprès de la personne handicapée.”



Accompagner

Conseils, aide et soutien pour l'entourage des personnes malades

Les aides à l'accompagnement

- Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).

Mise en place le 1er janvier 2002, l'APA est une prestation financée par l'Etat, les départements et les caisses de sécurité sociale. Allouée aux personnes âgées d'au moins 60 ans, elle permet de financer un plan d'aide pour des personnes souhaitant rester à domicile ou hébergées en établissement. Le montant de l'APA est définie en fonction du niveau de dépendance de la personne aidée et de ses revenus. Versée directement à la personne aidée, l'APA peut aussi être versée au prestataire de service.

- Allocation d'éducation spécialisée (AES).

Vous avez un enfant handicapé de moins de 20 ans. Cet enfant est à votre charge. Quels que soient votre situation familiale et le montant de vos revenus, cette allocation peut vous aider. Votre droit dépend du taux d'incapacité de l'enfant. Vous avez droit à l'allocation si votre enfant a :

- une incapacité d'au moins 80%
- ou une incapacité comprise entre 50% et 80% et est inscrit dans un établissement spécialisé ou bénéficie de soins à domicile.

- Allocation parent isolé (API)

Elle garantit un revenu familial minimum à toute personne qui, par suite de veuvage, de séparation ou d'abandon se trouve seule pour assurer

Internet



Les sites du Ministère de l'emploi, du travail et de la cohésion sociale et de la solidarité, et du Ministère des solidarités, santé, famille sont une mine d'informations pour tout ce qui touche à la législation sur le droit du travail et les aides offertes aux personnes dépendantes et aux aidants

www.travail.gouv.fr

www.sante.gouv.fr



la charge d'un ou plusieurs enfants. Elles sont également accordées aux femmes seules qui attendent un enfant. Elle est accordée pour un an ou jusqu'aux 3 ans de l'enfant le plus jeune. Elle est versée par la CAF.

Les aides de la ville de Paris

La Mairie de Paris a mis en place des aides spécifiques destinées aux parisiens handicapés ou en perte d'autonomie.

- L'allocation d'accompagnement.

Elle s'adresse aux personnes qui décident de cesser leur activité professionnelle pour s'occuper d'un parent malade.

- L'Allocation de soutien aux parents d'enfants handicapés (ASPEH).

Les familles parisiennes ayant un enfant handicapé peuvent bénéficier d'une allocation mensuelle (ou au prorata du nombre de jours passés par l'enfant au domicile).

Informations complémentaires sur :

MAIRIE DE PARIS



www.paris.fr



www.unassad.net



Accompagner

Conseils, aide et soutien pour l'entourage des personnes malades

N°7 avril 2005

pages : << / 1 / 2 / 3 / 4 >>

Interview

Florence Leduc est directrice Générale adjointe de l'UNASSAD (Union Nationale des Associations de Soins à Domicile).

Peut-on réellement concilier l'aide à un proche et sa vie professionnelle ?

Il faut d'abord bien faire la différence entre l'aide professionnelle et l'aide dite informelle, c'est-à-dire celle de la famille. Dans ce dernier cas, il est très difficile, voire quasi impossible de concilier sa vie d'aidant et sa vie professionnelle. Selon une récente étude, 50% des personnes dépendantes sont aidées seulement par leur famille ; Il est pourtant compliqué de gérer sa vie en fonction des besoins de son proche sans avoir recours à une aide professionnelle complémentaire. A moins de stopper clairement son activité professionnelle. L'APA (Aide Personnalisée d'autonomie), permet dans certains cas de rémunérer l'aidant. Mais devenir en quelque sorte salarié de son enfant, de son père ou de son conjoint n'est pas toujours facile. La symbolique est forte et difficile à assu-

mer le plus souvent. Par ailleurs, il existe bien un congé d'accompagnement pour les personnes en fin de vie, mais je vous rappelle qu'il s'agit d'un congé sans solde.

Tout assumer seul n'est clairement pas facile. Si on repose tout sur l'aide " informelle ", l'aidant et le proche peuvent tout deux en souffrir, et risquent l'épuisement, et la perte de contrôle. Il ne faut pas nier les contraintes que représente la charge d'une personne dépendante. Il faut que la situation reste vivable pour tous.

Dans ces conditions, comment aborder son rôle d'aidant ?

Je pense qu'il faut très vite clarifier les choses. Il faut réfléchir, évaluer les besoins de la personne et ses propres besoins afin de déterminer ce qui est du ressort de l'aidant familial et de celui du professionnel. L'aide professionnelle s'avère le plus souvent indispensable en complément. L'évaluation en amont permet de aux gens de poursuivre leur choix de vie, mais aussi de bien préciser la place que chacun doit occuper.

C'est-à-dire ?

Il y a certains liens qu'il est nécessaire de préserver au sein de la famille. Un enfant doit rester un enfant pour son père ou sa mère. De même pour un conjoint. L'authenticité de la relation doit rester ce qu'elle a toujours été. On perd vite cette authenticité en se transformant en simple infirmier par exemple. Que penser du fait de se retrouver salarié d'un propre membre de sa famille ?

Par ailleurs, la complexité des situations, des pathologies et la diversité des environnements familiaux, implique l'intervention de professionnels. En amont dans un premier temps pour l'analyse des besoins et le décryptage des situations, puis dans un second temps pour l'aide proprement dite. Enfin, il ne faut pas oublier que l'aidant peut aussi avoir besoin de quelqu'un d'extérieur pour pouvoir se reposer ou se confier.

En résumé, le meilleur moyen d'aborder son rôle d'aidant serait de faire appel à une aide professionnelle. Si cette aide est complémentaire, l'aidant doit garder bien évidemment sa place. Une présence précieuse et opportune, mais qui ne doit pas rester exclusive.

Accompagner. « Conseils, aide et soutien pour l'entourage des personnes malades ».

Pour recevoir cette lettre en format électronique (pdf) :

<http://www.proximologie.com/storemailnewslettersite.do>

Éditeur : Hugues Joublin - Rédacteur en chef : Patrick Bonduelle

Tél. : 01 55 47 66 15 - Rédaction : Jérémy Rebol

 **NOVARTIS**
www.proximologie.com

Adaptation de « The Comfort of Home™
Caregiver Assistance News »

Novartis Pharma - Service Santé & Proximologie,
2-4, rue Lionel Terray,

B.P. 308 - 92506 Rueil-Malmaison Cedex

Pour se désabonner :

www.proximologie.com/removeemailnewsletter.do