



Aide à domicile QUI SOLLICITER SELON MES BESOINS?

MÉNAGE, PRÉPARATION DES REPAS, ACCOMPAGNEMENT POUR DES COURSES OU DES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES... MODE D'EMPLOI POUR FRAPPER À LA BONNE PORTE. **PAR HÉLÈNE GUINHUT**



Lorsqu'on est confronté à une incapacité temporaire ou sur la durée, le premier réflexe consiste à solliciter les membres de la famille, les amis ou les voisins disponibles afin qu'ils donnent un coup de main. Mais pour les courses, la préparation des repas ou autres tâches domestiques, c'est parfois insuffisant. Vous devez alors faire appel à une structure spécialisée et à des professionnels prêts à vous épauler. Nos repères pour trouver facilement des financements ainsi que les bons interlocuteurs.

JE ME RENSEIGNE

Pour démarrer, le site du gouvernement pour-les-personnes-agees.gouv.fr est une mine d'or. Il fournit un annuaire des établissements et services, informe sur les aides financières avec des simulateurs.

Près de chez vous, le centre communal d'action sociale (CCAS) est incontournable. Il offre des services pour les plus de 60 ans et les personnes en situation de handicap qui veulent continuer à vivre chez elles.

Dans les petites villes dépourvues de CCAS, adressez-vous directement à la mairie ou au Centre intercommunal d'action sociale (Cicas). A Paris, le Centre d'action sociale de la Ville de Paris remplit ces missions.

Et aussi le Centre local d'information et de coordination (Clic), parfois appelé « pôle info seniors » ou « pôle autonomie ». Ces points d'information permettent de poser toutes les questions et proposent un accompagnement dans toutes les démarches liées à la perte d'autonomie.

Dans la même veine, les Points Info Famille de l'Union départementale des associations familiales (présents dans 24 départements) informent par téléphone et sur rendez-vous.

J'ÉVALUE LES AIDES AUXQUELLES J'AI DROIT

Avant de solliciter un organisme, mieux vaut quantifier les aides dont vous pouvez bénéficier afin de savoir si vous devez faire appel à un intervenant public (associatif, collectivité locale...), moins onéreux, ou vous tourner entièrement ou partiellement vers une structure privée.

L'assistant(e) social(e), un maillon essentiel

Vincent Vincentelli, directeur des politiques publiques de la fédération de l'UNA (Union nationale de l'aide, des soins et des services aux domiciles) nous le rappelle : en cas de demande d'APA (Allocation personnalisée à l'autonomie), l'assistant(e) social(e) fait partie de l'équipe médico-sociale qui détermine le plan d'aide. Si les médecins évaluent l'aspect médical, il ou elle tiendra compte de paramètres sociaux, tel l'isolement. Surtout, en cas d'évolution de la situation (hospitalisation, perte d'autonomie plus importante), ce professionnel fait réévaluer le plan d'aide. A solliciter auprès de votre mairie et de l'établissement de santé en cas d'hospitalisation.



2,9
millions de personnes
dépendantes en 2027
et 3,9 millions en 2050. Les besoins
d'aide à domicile vont augmenter
de 20% d'ici à dix ans et de
60% d'ici à trente ans.

SOURCE : MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS

➤ **Si vous avez moins de 60 ans** et n'avez qu'un besoin momentané, renseignez-vous auprès de votre complémentaire santé ou d'une assurance obsèques. Elles financent souvent les aides ponctuelles à la suite de coups durs, et peuvent vous orienter vers des structures partenaires.

➤ **Si vous êtes senior**, les aides sociales sont plus nombreuses. Leur montant dépend de votre âge, de vos ressources (souvent celles du couple) et du niveau de perte d'autonomie.

➤ **Pour un besoin ponctuel**, vous pouvez actionner l'aide pour le retour à domicile après une hospitalisation auprès de vos caisses de retraite de base. Les caisses de régime de retraite complémentaire Agirc-Arrco proposent également une aide à domicile momentanée aux retraités de plus de 75 ans, confrontés à une difficulté passagère, une assistance à domicile gratuite pendant dix heures sur une période pouvant aller jusqu'à six semaines.

➤ **Pour un accompagnement de quelques heures** pour les activités du quotidien (courses, aide au ménage, livraison de repas...), ponctuellement ou plus régulièrement sur le long terme, l'aide-ménagère du département gérée par les CCAS peut être demandée.

➤ **Pour un besoin d'assistance un peu plus poussé**, vous serez orientée vers le service d'action sociale des caisses de retraite (l'Assurance retraite du Régime général, de la fonction publique d'Etat ou de la Mutualité sociale agricole (MSA).

Les personnes qui accusent une perte d'autonomie plus importante percevront l'Allocation personnalisée d'autonomie (APA) financée par le département. Attention, l'APA et le financement par les caisses ne sont pas cumulables. A la suite de votre demande d'aide (voir encadré page suivante), une équipe médico-sociale se déplace à domicile pour faire une évaluation globale et personnalisée de vos besoins, et vous établit un niveau de prise en charge.

Pour les dépenses restant à votre charge, vous pouvez bénéficier du crédit d'impôt de 50 % pour tous les services à la personne (dans la limite de 12000€ par an, majoré à 15000€ la première année pour l'emploi direct d'un salarié à domicile).

**JE CHOISIS
LE BON PRESTATAIRE**

Lorsque vous connaîtrez votre niveau de prise en charge, à vous de solliciter les différents organismes. « Vous avez une liberté de choix et la possibilité d'ajouter des services hors prise en charge », note Vincent Vincentelli, directeur des politiques publiques de la fédération de l'Union nationale de l'aide, des soins et des services aux domiciles (UNA). Il ajoute : « Le premier choix à faire est en fonction du coût. Quand les besoins sont lourds et nécessitent



**Comment bien
choisir la structure ?**

**1. Commencez
par comparer les prix**

Faites appel à une société le plus proche de chez vous possible. Vous pouvez faire venir deux ou trois sociétés avant de vous décider.

**2. Questionnez
la disponibilité**

S'il y a un référent, sera-t-il joignable à tout moment. Que peut-on demander aux personnes qui interviennent à domicile.

**3. Prévoyez une
période d'essai**

Elle permet de changer d'intervenant si celui-ci ne convient pas.

**4. Faites-vous épauler
par les associations.**

S'y retrouver dans les aides financières, c'est très compliqué car ça change tout le temps. Il existe une excellente solution : les associations d'aide aux personnes aidantes, Car seul, c'est parfois l'enfer, et ces associations s'avèrent très précieuses.

**MARIE-LAURE GUILLOT,
AUTEURE DE « PRÉPARER
SA DÉPENDANCE ET CELLE
DE SES PROCHES »,
ÉD. EYROLLES.**



un volume d'heures important, la différence de coût entre un établissement et un autre n'est pas négligeable. Il est ensuite important de se sentir en confiance avec les personnes qui interviennent à votre domicile, parfois de jour et de nuit. Mais il ne faut pas s'attendre à l'impossible : avoir le même intervenant sept jours sur sept n'est pas réaliste. Ce qui est possible ou pas doit être défini dès le départ. » Les communes proposent souvent des prestations de ménage, le portage des repas et les transports en voiture par le biais du CCAS, mais sachez que ces services sont très sollicités. A la place ou en complément, vous pouvez faire appel aux réseaux associatifs, bien implantés sur le territoire, comme l'Aide à domicile en milieu rural (ADMR) ou Familles rurales, mais, là aussi, ils sont très demandés.

► **Côté service à la personne dans le secteur privé**, le magazine *Capital* plaçait, dans son palmarès de novembre dernier, France Présence, La Main tendue et Ouhelp dans son top 3 des entreprises d'aide aux personnes âgées ou handicapées. Citons également Petits-fils et AD Seniors. Leur intérêt est qu'ils offrent un champ d'intervention très large : aide à la toilette, ménage, courses, préparation des repas, accompagnement administratif, compagnie, présence de nuit...

► **Pour des besoins plus ciblés**, des sociétés spécialisées ont désormais pignon sur rue. Wecasa ou O2 pour le ménage, Saveurs et Vie ou Clémence et Antonin pour le portage de repas... S'il s'agit de rompre la solitude, faire une balade ou la lecture, pensez au service *Sortir Plus* des caisses de retraite complémentaires de l'Agirc-Arrco ou encore au Service civique Solidarité Seniors (SC2S). Il met en relation des personnes âgées isolées avec des jeunes volontaires effectuant leur service civique. Dans le même esprit, Mamie-Boom est un réseau d'étudiants de confiance, qui propose de l'aide informatique, de l'accompagnement aux courses ou aux rendez-vous. Sans oublier la plateforme *Emprunte* mon toutou, la solution pour trouver un bénévole qui viendra promener le chien. ●



Comment faire votre demande d'aides ?

Pour solliciter une demande d'aides à l'autonomie à domicile, un seul formulaire doit être rempli quel que soit votre niveau de perte d'autonomie.

En ligne sur le portail national pour-les-personnes-agees.gouv.fr, puis rubrique « vivre à domicile » et enfin « aides financières ». Si vous préférez le papier, téléchargez le formulaire « Demande d'aides à l'autonomie à domicile » sur service-public.fr ou pour-les-personnes-agees.gouv.fr. Envoyez le dossier complet au service Autonomie de votre département ou à votre caisse de retraite, selon votre niveau de perte d'autonomie.

Besoin d'aide pour remplir votre dossier ? Rendez-vous dans une maison France Services. Il en existe 2 800 dans toute la France. Des conseillers vous accompagnent dans vos démarches administratives. L'occasion aussi de faire le point sur les aides auxquelles vous pourriez avoir droit.

E+/GETTY IMAGES