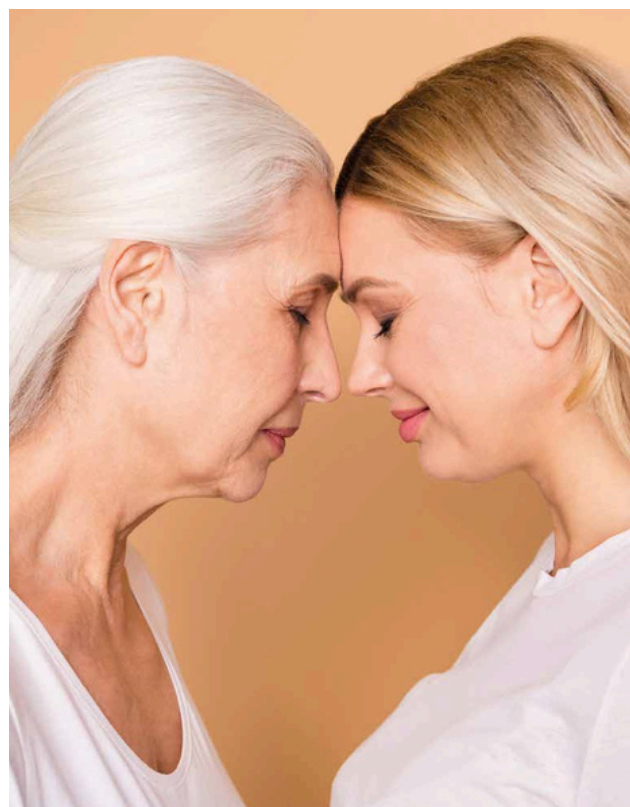


# Ensemble **S**ervizen

Services à la personne

Quand les générations se ~~parlent~~



## ÊTRE UTILE

La téléassistance  
est-elle adapté  
à mon cas ?

## ÊTRE ENSEMBLE

Je dois héberger  
un proche  
dépendant

## ÊTRE BIEN

Je besoin  
de recevoir des  
soins à domicile

# Faire accepter l'accompagnement à un proche



**Christine • 53 ans**

a du mal à convaincre ses parents de se faire aider dans leur quotidien.



*Atteints de trouble de la mobilité, mes parents sont dans le déni de leur état de dépendance. Ils refusent de laisser entrer un inconnu dans leur intimité pour les aider. Comment les convaincre ?*

## Accepter que les rôles s'inversent

« Avec l'allongement de l'espérance de vie, nous sommes amenés à être de plus en plus acteurs de la vieillesse de nos parents (...). Quand on se retrouve en situation de les prendre en charge, on se sent totalement démuni » explique Nicole Prieur, auteure de Petits Règlements de comptes en famille. Lorsque la dépendance survient, l'enfant a la lourde tâche de devoir se repositionner face à son parent vieillissant. C'est en effet à lui, devenu adulte, de prendre soin de son père ou de sa mère. L'inversion des responsabilités est difficile à gérer. Il faut redistribuer les cartes et réattribuer les rôles. Pour y parvenir, il est nécessaire de faire le deuil de la figure parentale protectrice et de sa position d'enfant protégé.

Mais en suggérant de l'aide à son parent, l'enfant laisse aussi entendre que ce dernier n'est plus capable de gérer seul sa vie. L'intervention de professionnels dans leur quotidien (auxiliaire de vie, aide à domicile, etc.) peut entraîner de fortes réticences...

## Faire face au refus d'aide

Face au refus du parent de se faire aider dans ses tâches quotidiennes, que ce soit par fierté, par honte ou par peur, il est important de le sécuriser dans son identité. Afin de faciliter son acceptation, il faut le reconnaître pour ce qu'il est en tant qu'individu et non en tant que « malade », « bénéficiaire » ou « personne dépendante ». Souvent, les personnes âgées se défendent en assurant se débrouiller très bien toutes seules. Le déni est une réaction normale chez les aînés en perte d'autonomie. Plutôt que de souligner ses difficultés (« tu n'arrives plus à cuisiner, à faire le ménage... »), il faut mettre en avant les aspects positifs et les bénéfices d'un service à domicile : « tu mangeras tous les jours de bons repas, tu auras de la compagnie pour papoter... ».

Lorsque vous présentez des solutions d'aide, commencez donc petit à petit. Les changements soudains pouvant causer beaucoup d'inconfort et d'anxiété.

Prenez le temps d'expliquer à votre proche en quoi l'intervention d'un aidant professionnel va contribuer à maintenir son autonomie et lui permettre de rester chez lui le plus longtemps possible.

## Les leviers à mettre en place

Bien souvent, le parent refuse d'écouter son enfant alors que le même message sera mieux perçu s'il vient d'une autre personne (à ce titre, le médecin traitant joue un rôle fondamental dans la mise en place des aides à domicile). Il est conseillé d'identifier le plus rapidement possible le bon intervenant qui saura trouver les mots justes pour le convaincre sans l'infantiliser. D'autre part, la qualification des intervenants à domicile est primordiale. Choisissez une agence de services à la personne qui sensibilise son personnel aux problématiques du refus d'aide. Certaines d'entre elles font intervenir une auxiliaire attachée de manière à tisser un lien de confiance.

## Rassurer sur le plan financier

**La dépendance entraîne des coûts souvent difficiles à assumer.**

**Plusieurs dispositifs sont prévus pour contribuer à financer les services d'aide à domicile pour personnes âgées : l'APA, l'ASH, l'ASPA, l'ASIR ainsi que plusieurs exonérations fiscales visant à réduire le reste à charge des familles.**

# J'ai besoin de recevoir des soins à domicile



**Brigitte • 53 ans**  
va bientôt sortir d'une hospitalisation - a besoin de soins post-opératoires.



*J'ai subi une opération qui nécessite des soins à domicile. Comment anticiper au mieux ma sortie de l'hôpital?*

## Assurer la fluidité du parcours patient

Chaque sortie d'hôpital est différente selon la situation personnelle du patient (sa pathologie, son niveau d'autonomie, sa couverture santé, son entourage etc.). C'est une étape sensible du parcours de soins qui peut engendrer un risque de rupture dans leur continuité. Si les centres de SSR (Soins de suite et réadaptation) sont des lieux de convalescence adaptés, la plupart des patients préfèrent retourner chez eux après une hospitalisation. En optant pour ce choix, il est primordial d'assurer la fluidité du parcours depuis l'établissement de santé jusqu'au domicile. Dans la préparation de sortie, ce sont les professionnels hospitaliers qui interviennent en premier. D'abord le médecin du service qui a suivi l'hospitalisation : c'est lui qui va réaliser la prescription des soins post-hospitalisation et valider la possibilité du patient de rentrer à domicile. Ce sont ensuite les personnels hospitaliers qui prennent le relais (infirmier, secrétaire médicale, assistante sociale...). Ils vont vous aider à préparer le dossier de sortie. Penser à récupérer la lettre de liaison avec le compte-rendu opératoire, le résultat des examens, les ordonnances ainsi que les prescriptions de suivi.

Le retour à la maison est donc à anticiper en fonction de la pathologie traitée et de votre état de santé afin de mettre en place le recours à des soins et services spécifiques.

## Des services spécialisés

Dans le cas d'un rétablissement à domicile, le médecin peut vous prescrire des soins médicaux et même vous proposer un accompagnement quotidien par du service à la personne. A ce titre, la liste des différents professionnels de santé pouvant intervenir à domicile est longue : infirmier libéral, SSIAD (Service de soins infirmiers à domicile), PSAD (Prestataire de santé à domicile), SPASAD (Service polyvalents d'aides et de soins à domicile), HAD (Hôpital à domicile) ainsi que les paramédicaux tels que les kinésithérapeutes. Interviennent également d'autres types d'acteurs essentiels à la prise en charge globale du patient : les aides sociales et administratives, les aides ménagères, les soins esthétiques (coiffure, manucure, épilation...).

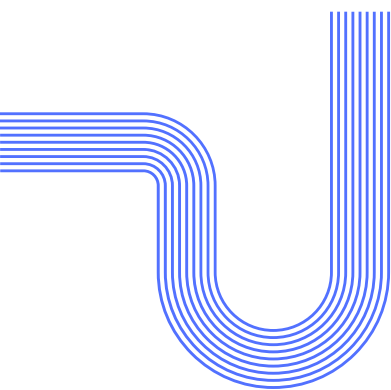
Demandez au personnel de l'hôpital ou à votre médecin prescripteur de vous fournir une liste de coordonnées de prestataires exerçant à domicile.

## Le dispositif d'aide au retour à domicile

L'ARDH (Aide au retour à domicile après hospitalisation) a pour but de favoriser la transition entre le milieu hospitalier et le retour à la maison. Ce programme s'adresse aux retraités présentant une perte d'autonomie temporaire. L'aide est versée pour une durée initiale de trois mois renouvelable et couvre quatre domaines :

- aide à domicile : ménage, courses, repas...
- aide médicale : accueil de jour, soins...
- aide à la vie quotidienne : téléalarme, transport...
- aide technique : aménagement du domicile.

Pour bénéficier de l'ARDH, les démarches doivent être entreprises par l'établissement hospitalier avant votre sortie d'hôpital (même en ambulatoire) ou dans un délai de 48 heures maximum après la sortie.





# J'ai besoin d'un coup de pouce pour des petits travaux



**Denis • 78 ans**

est encore en forme mais a du mal à entretenir son jardin.



*J'ai la chance de pouvoir encore habiter ma maison en toute autonomie.*

*Ma passion : le jardinage !*

*Mais avec l'âge, je ne me sens plus d'attaquer pour réaliser certaines tâches... Quelqu'un peut-il venir m'aider ponctuellement ?*

## Accepter que les rôles s'inversent

C'est l'un des loisirs favoris des retraités et vous avez bien raison de le pratiquer : le jardinage est excellent pour conserver la forme et le moral ! Les gériatres recommandent d'ailleurs cette activité pour conserver une bonne motricité. En effet, les gestes répétitifs comme s'agenouiller, s'accroupir et se maintenir en équilibre sollicitent régulièrement les muscles et les articulations, tout en favorisant les dépenses de calories. Jardiner trois quarts d'heure par jour équivaldrait à vingt minutes de marche ou à quinze minutes d'aérobic ! Mais peut-on continuer à pelleter, planter, tailler lorsqu'on avance en âge ? Absolument, en procédant tout d'abord à quelques aménagements en optant pour :

- les vivaces, dont l'entretien vous accaparerait moins,
- des couvre-sols, robustes et "autonomes",
- des arbustes, qui ne nécessitent pas d'échelle pour leur entretien,
- un potager "à la française" dans un carré surélevé pour ménager votre dos.

## Choisir une formule d'aide ponctuelle ou régulière

Un grand jardin demande effectivement beaucoup d'entretien. Vous avez du mal à effectuer certaines tâches ? La solution est toute trouvée : faites-vous aider ! Si vos proches vivent trop loin pour être régulièrement présents, orientez-vous vers une agence de services à la personne. Souvent perçus comme des aides aux repas ou à la toilette, elles couvrent en réalité un grand nombre de besoins, dont un coup de main au jardin !

Un agent d'entretien viendra chez vous et prendra en charge les travaux qui vous rebutent comme le débroussaillage, la taille des haies, la tonte de la pelouse ou la pose d'une clôture etc. L'enlèvement des déchets occasionnés est généralement inclus dans la prestation.

Bonus : ce service de jardinage intègre même la fourniture du matériel nécessaire à l'intervention. Vous retrouverez ainsi le plaisir de profiter de votre jardin entretenu sans les contraintes !

## Les leviers à mettre en place

Si vous souhaitez faire appel à un prestataire pour effectuer des missions de jardinage, sachez que vous pouvez payer en chèques CESU (chèque emploi service universel). Ces chèques vous permettent d'embaucher et de payer un prestataire avec peu de formalités : vous n'aurez pas besoin d'établir une déclaration d'embauche, ni d'établir une fiche de paie.

De plus, ce dispositif permet de bénéficier d'un crédit d'impôt égal à 50% des dépenses supportées, retenues dans une limite annuelle de 12.000 €, éventuellement majorées jusqu'à 15.000 € en fonction de la composition du foyer. La loi de financement de la Sécurité sociale pour 2022 a généralisé le versement du crédit d'impôt en temps réel. Afin de simplifier les démarches administratives, le crédit d'impôt est donc dorénavant immédiatement perçu, dès le paiement du salarié.

## Les CESU préfinancés

Faites la demande à l'organisme qui vous verse habituellement des prestations sociales. Il peut s'agir du conseil départemental, du centre communal d'action sociale, de la caisse d'allocations familiales ou d'assurance maladie, de votre caisse de retraite, de votre compagnie d'assurance ou de votre mutuelle...

# Nous mettons à l'honneur

Si vous souhaitez faire appel à un prestataire pour effectuer des missions de jardinage, sachez que vous pouvez payer en chèques CESU (chèque emploi service universel). Ces chèques vous permettent d'embaucher et de payer un prestataire avec peu de formalités : vous n'aurez pas besoin d'établir une déclaration d'embauche, ni d'établir une fiche de paie. De plus, ce dispositif permet de bénéficier d'un crédit d'impôt égal à 50% des dépenses supportées, retenues dans une limite annuelle de 12.000 €, éventuellement majorées jusqu'à 15.000 € en fonction de la composition du foyer. La loi de financement de la Sécurité sociale pour 2022 a généralisé le versement du crédit d'impôt en temps réel. Afin de simplifier les démarches administratives, le crédit d'impôt est donc dorénavant immédiatement perçu, dès le paiement du salarié.



La PCH est destinée aux personnes qui ont besoin d'une aide dans la réalisation des actes de la vie quotidienne du fait d'un handicap. Il faut avoir une limitation absolue ou deux limitations graves parmi une liste de 19 activités comme se mettre debout, marcher, se laver, parler, entendre, voir... C'est l'équipe pluridisciplinaire de la Maison départementale des personnes handicapées qui évalue le degré de limitation dans les activités.

## Prestations concernées

- les actes essentiels de la vie quotidienne (toilette, habillage, préparation des repas, déplacements...)
- les équipements adaptés pour pallier le handicap
- l'aménagement du logement les surcoûts liés au transport
- les charges spécifiques (l'abonnement à un service de téléalarme...)
- un chien d'assistance

## Montant

Dans le cadre du plan d'aide, les dépenses pour compenser le handicap sont prises en charge :

- à 100 % de leur tarif si les ressources annuelles de patrimoine de la personne handicapée sont inférieures ou égales à 27.002,02 € par an.
- à 80 % si ses ressources sont supérieures.

## Contact et démarches

La demande de PHC se fait auprès de la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) du lieu de résidence du demandeur.

## L'Allocation de solidarité aux personnes âgées

L'ASPA est une allocation mensuelle destinée aux personnes âgées disposant de faibles revenus. Elle est versée par la caisse de retraite (Carsat, MSA).

## Le CCAS / la Mairie

Pour soutenir les personnes âgées de la commune, le CCAS intervient dans la gestion de services d'aide à domicile et attribue des aides financières en nature ou sous forme de prêts.

# Quelles aides financières pour les services à domicile ?



**Lily • 28 ans**

aimerai connaître les aides financières pour les services à domicile



*J'ai la chance de pouvoir encore habiter ma maison en toute autonomie. Ma passion : le jardinage !*

*Mais avec l'âge, je ne me sens plus d'attaquer pour réaliser certaines tâches... Quelqu'un peut-il venir m'aider ponctuellement ?*

## Accepter que les rôles s'inversent

Si votre tante est âgée de plus de 60 ans avec un besoin d'assistance au quotidien, elle peut bénéficier de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) versée mensuellement.

### Prestations concernées

- l'aide à domicile (aide ménagère, à la toilette...)
- la livraison de repas
- le matériel (installation de la téléassistance, barres d'appui ...)
- les travaux pour l'aménagement du logement
- l'accueil temporaire à la journée
- les dépenses de transport
- les services rendus par un accueillant familial

### Montant

Le montant alloué dépendra du groupe GIR auquel appartiendra votre tante, du coût des aides qu'il servira à financer et du niveau de sa participation financière.

Il n'est pas nécessaire de remplir des conditions de ressources pour être éligible à l'APA mais au-delà d'un certain montant de revenus mensuels, une participation financière doit être acquittée.

### Contact et démarches

Pour faire une demande de dossier, vous devez vous adresser au Conseil départemental du lieu de résidence de votre tante. Le dossier peut également être obtenu auprès de la sécurité sociale, de la mutuelle ou des services d'aide à domicile ayant conclu une convention avec le département.

**1,2 MILLION**



**DE BÉNÉFICIAIRES DE L'APA**

La PCH est destinée aux personnes qui ont besoin d'une aide dans la réalisation des actes de la vie quotidienne du fait d'un handicap. Il faut avoir une limitation absolue ou deux limitations graves parmi une liste de 19 activités comme se mettre debout, marcher, se laver, parler, entendre, voir... C'est l'équipe pluridisciplinaire de la Maison départementale des personnes handicapées qui évalue le degré de limitation dans les activités.

### Prestations concernées

- les actes essentiels de la vie quotidienne (toilette, habillage, préparation des repas, déplacements...)
- les équipements adaptés pour pallier le handicap
- l'aménagement du logement les surcoûts liés au transport
- les charges spécifiques (l'abonnement à un service de téléalarme...)
- un chien d'assistance

### Montant

Dans le cadre du plan d'aide, les dépenses pour compenser le handicap sont prises en charge :

- à 100 % de leur tarif si les ressources annuelles de patrimoine de la personne handicapée sont inférieures ou égales à 27.002,02 € par an.
- à 80 % si ses ressources sont supérieures.

### Contact et démarches

La demande de PHC se fait auprès de la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) du lieu de résidence du demandeur.

### L'Allocation de solidarité aux personnes âgées

L'ASPA est une allocation mensuelle destinée aux personnes âgées disposant de faibles revenus. Elle est versée par la caisse de retraite (Carsat, MSA).

### Le CCAS / la Mairie

Pour soutenir les personnes âgées de la commune, le CCAS intervient dans la gestion de services d'aide à domicile et attribue des aides financières en nature ou sous forme de prêts.