



GRAND ÂGE, HANDICAP, PRÉVENIR LA PERTE D'AUTONOMIE

.....
ET REPÉRER LES SIGNAUX FAIBLES



Dans ce guide, vous trouverez les informations pour mieux comprendre la perte d'autonomie, anticiper les besoins et vous orienter dans vos démarches.

Sommaire

- 1** Comprendre la perte d'autonomiep.3
- 2** Repérer les premiers signaux faiblesp.4
- 3** Mesurer la perte d'autonomie et connaître sa prise en charge.....p.6
- 4** Où s'adresser pour connaître les aides..... p.10

1

Comprendre la perte d'autonomie

Qu'elle soit liée à l'âge, au handicap, ou à un accident de la vie, la perte d'autonomie, touche beaucoup d'entre nous, directement ou indirectement. Les attentes sont fortes sur ce sujet car nous y serons tous un jour confrontés, soit en accompagnant un proche concerné par la perte d'autonomie, soit par situation personnelle.

La question est devenue majeure face à l'explosion démographique des personnes vieillissantes, les fameux boomers qui entreront dans le grand âge à l'horizon 2030.

ESPÉRANCE

Une espérance de vie toujours plus élevée qui met au défi notre société dans sa prise en charge de l'autonomie

- 27 ans en 1750
- 37 ans en 1810
- 47 en 1900
- 57 en 1930
- 67 en 1955
- 82,4 en 2021

Une longévité toujours accrue, des modes de vie qui évoluent et une manière de vieillir différente à chaque génération.

2

Repérer les premiers signaux faibles

PRÉVENIR ET RETARDER LA PERTE D'AUTONOMIE

Les signaux faibles de la perte d'autonomie d'une personne peuvent être **subtils et progressifs**.

C'est pourquoi, il est important de les reconnaître tôt pour prendre les mesures appropriées.

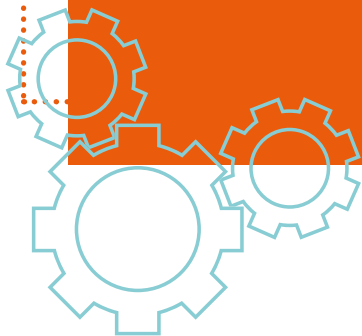
Voici les principaux :

- Difficultés dans les **tâches quotidiennes** comme s'habiller, se laver, préparer ses repas, se déplacer.
- Retrait progressif de la **vie sociale**, isolement, perte d'activité.
- Troubles de la **mémoire**, légers au départ comme l'oubli de noms, d'événements récents, de rendez-vous.
- Confusion, **désorientation** dans des lieux pourtant familiers.
- Changements d'**humeur** avec notamment anxiété ou dépression, irritabilité.
- Manque d'**hygiène** personnelle ou du lieu de vie.
- Difficulté à gérer ses **dépenses**, son argent.

LES SIGNAUX FAIBLES, DE QUOI PARLE-T-ON ?

Un signal faible est une information de faible intensité mais qui annonce un changement important pour l'avenir.

Repérer les signaux faibles, mieux les identifier, les anticiper est indispensable pour une bonne prise en charge de la perte d'autonomie et la recherche de réponses adaptées afin de repousser les effets de celle-ci.



3

Mesurer la perte d'autonomie et connaître sa prise en charge

LE DROIT DES PERSONNES

La perte d'autonomie est rarement brutale. Elle résulte d'un cheminement lent, dont les conséquences ne sont pas toujours perceptibles. La personne touchée ne réalise pas toujours très bien ses difficultés, présentes et à venir, et dissimule aussi parfois sa situation à son entourage pour ne pas inquiéter et surtout pour se maintenir à domicile.

Pour mesurer le degré de perte d'autonomie, la grille AGGIR (Autonomie, Gérontologie, Groupe, Iso, Ressources) relève les principaux besoins du quotidien de la personne et sa dépendance.

Cette grille définit ainsi le droit à l'APA (Allocation personnalisée d'autonomie).



GRILLE AGGIR

Groupe GIR	Degré de dépendance	Droit à l'APA	Plafond maximum de l'APA (1 ^{er} janvier 2023)
GIR 1	La présence en continue d'intervenants est indispensable	Oui	1 914,04 €
GIR 2	Prise en charge requise pour la plupart des activités de la vie courante	Oui	1 547,93 €
GIR 3	Besoin d'aide plusieurs fois par jour pour des soins corporels	Oui	1 118,61 €
GIR 4	Besoin d'aide pour la toilette et l'habillage et pour les repas	Oui	746,54 €
GIR 5	Besoin d'une aide ponctuelle pour la toilette, l'habillage, pour la préparation des repas et le ménage	Non	
GIR 6	Personne autonome pour les gestes de la vie courante	Non	

LE DROIT DES AIDANTS

Il existe des congés spécifiques pour que le salarié puisse s'occuper d'un proche qui a besoin d'une présence à plein temps :

- **Le congé de proche aidant** permet de prendre 3 mois de congé, renouvelables jusqu'à 1 an sur toute la carrière en bénéficiant d'une allocation journalière de la Caisse d'allocations familiales. Ce congé est désormais ouvert à tous les agents publics, fonctionnaires ou contractuels. Il est mobilisable sans condition d'ancienneté.
- **Le congé de solidarité familiale** est également d'une durée de 3 mois. Il fait l'objet d'une allocation journalière pour les aidants accompagnants une personne en fin de vie.
- **Le congé de présence parentale** est un crédit de 310 jours de congés sur une période de 3 ans. Ce congé ouvre également droit à une allocation spécifique.



BON À SAVOIR



Depuis le 1^{er} octobre 2020, l'Ajpa L'allocation journalière de proche aidant est destinée aux personnes qui arrêtent de travailler ponctuellement ou réduisent leur activité pour s'occuper d'un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie.

Elle assure un soutien financier aux aidants salariés du secteur privé, aux fonctionnaires, aux travailleurs indépendants et aux demandeurs d'emplois inscrits. Son montant journalier est fixé depuis janvier 2022 à 58,59 € par journée et 29,30 € par demi-journée.



Depuis 2020, numéro national pour les personnes en situation de handicap et leurs aidants :
0 800 360 360

LE SAVIEZ-VOUS ?

3,9 millions de personnes apportent une aide régulière à un proche de 60 ans ou plus vivant à domicile en raison de son âge ou d'un problème de santé.

4

Où s'adresser pour connaître les aides

LES AIDES	OÙ S'ADRESSER	PLUS PRÉCISEMENT
Connaître les droits liés à la perte d'autonomie	CCAS (à défaut à la Mairie Centre communal d'action sociale)	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les droits, les aides et les prestations sociales, être orienté vers le bon organisme. • Les demandes d'aides extralégales. • Par délégation du Conseil départemental, certains CCAS instruisent la demande d'APA (Allocation personnalisée d'autonomie).
Logement	Conseil départemental MDPH Conseil départemental CAF	<ul style="list-style-type: none"> • ASH. L'aide sociale à l'hébergement permet de prendre en charge tout ou partie des frais liés à l'hébergement d'une personne âgée en établissement ou chez un accueillant familial. • Liste des accueillants familiaux (solution intermédiaire entre maintien à domicile et maison de retraite). • APL. Aide au logement. • Autres prestations logement destinées aux personnes en situation de handicap.

LES ACTEURS EN FONCTION DES BESOINS

LES AIDES	OÙ S'ADRESSER	PLUS PRÉCISEMENT
Portage de repas Aides à domicile (courses, habillage, garde de nuit...)	CCAS Conseil départemental	<ul style="list-style-type: none">• Les CCAS de nombreuses communes assurent ce service.• Il peut fournir une liste d'associations ou d'entreprises privées.
SAAD Aides à domicile	CCAS. Mairie	<ul style="list-style-type: none">• Les SAAD (Services d'aide et d'accompagnement à domicile) interviennent chez les personnes en perte d'autonomie pour les tâches du quotidien ménage, courses, toilette, repas.
Prévention (isolement, activités sociales sensibilisation)	CCAS	<ul style="list-style-type: none">• Développement d'actions et soutien en faveur du maintien de l'autonomie des personnes.



LES AIDES	OÙ S'ADRESSER	PLUS PRÉCISEMENT
APA Allocation personnalisée d'autonomie	Conseil départemental Parfois CCAS par délégation du Conseil départemental MDPH MDA (Maisons départementales de l'autonomie lorsque celle-ci existe sur le territoire)	<ul style="list-style-type: none">• L'APA est une aide à toute personne de plus de 60 ans présentant un certain degré de dépendance (voir la grille AGGIR p7). Elle permet de payer les dépenses d'aides à domicile, de transports, d'adaptation du logement, etc.).
Demande de PCH (Prestation de compensation du handicap), Demande de CMI Carte mobilité inclusion : <ul style="list-style-type: none">• CMI invalidité• CMI priorité• CMI stationnement	MDPH MDA (Maisons départementales de l'autonomie lorsque celle-ci existe sur le territoire)	<ul style="list-style-type: none">• La prestation de compensation du handicap (PCH) est une aide destinée aux personnes qui ont besoin d'une aide dans la réalisation des actes de la vie quotidienne du fait d'un handicap.



LES AIDES	OÙ S'ADRESSER	PLUS PRÉCISEMENT
Aides aux aidants	CSE Complémentaires santé CPAM	<ul style="list-style-type: none">• Certaines entreprises développent des dispositifs favorables à leurs salariés aidants.• Le droit au répit permet à l'aidant de se faire remplacer pour une courte période afin de se reposer.• Le congé de proche aidant permet au salarié de s'occuper d'une personne handicapée ou âgée ou en perte d'autonomie. Il est accessible sous conditions et pour une durée limitée.
Aménagement du domicile, aide ponctuelle maintien à domicile	Caisse de retraite	<ul style="list-style-type: none">• Les caisses de retraite développent une politique d'action sociale prévenant la perte d'autonomie dans chaque région. Elles proposent aussi des accompagnements dans les démarches ou périodes difficiles comme veuvage, hospitalisation.



LES AIDES	OÙ S'ADRESSER	PLUS PRÉCISEMENT
Information, conseil, soutien	CLIC (Centre locaux d'information et de coordination)	<ul style="list-style-type: none">• Aide aux personnes âgées et leurs proches dans l'évaluation des besoins d'aide, dans la recherche de professionnels, d'accompagnement.
Demande de carte d'invalidité Demande de carte de priorité Reconnaissance de qualité de travailleur handicapé (RQTH) Demande d'AAH	MDPH (Maison départementale des personnes handicapées)	<ul style="list-style-type: none">• Tout renseignement et accompagnement des personnes en situation de handicap et de leurs proches.• L'AAH permet d'assurer un niveau de ressources minimal pour une personne en situation de handicap (sous critères de ressources, d'âge, de logement).
Parcours de soins Recours aux droits Orientation vers professionnels de santé	CPAM, service social	



CONTACT

Union régionale CFDT Île-de-France
78 rue de Crimée 79019 PARIS

 **01 42 03 89 00**

 **protectionsociale@iledefrance.cfdt.fr**



Rédaction : Marion Dauchot

Conception graphique : Marina Pen

Illustration : Freepik

Imprimé sur du papier fabriqué à partir de 100 % de fibres recyclées.

NOVEMBRE 2023