



La santé  
GAGNE  
l'entreprise

## Être aidant et travailler, une réalité pour près de 4 millions de Français

Être aidant, voilà une situation dans laquelle nous pouvons tous un jour nous retrouver, du fait du vieillissement de la population, et de l'accroissement du nombre de malades chroniques, notamment. Tour d'horizon de la situation.

### Qui sont les aidants ?

La Confédération des Organisations Familiales de l'Union européenne définit l'aidant comme « la personne non professionnelle qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes, notamment : nursing\*, soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, coordination, vigilance permanente, soutien psychologique, communication, activités domestiques... ».

L'aide apportée à un proche peut provenir de diverses situations : la situation de handicap d'un enfant, la dépendance d'un parent âgé, la maladie grave d'un conjoint, par exemple. La moitié des aidants accompagne une personne âgée en perte d'autonomie.

Être aidant, c'est faire partie d'une communauté de plus de 8,3 millions de personnes en France, chacun avec son histoire personnelle et singulière (source : DREES).

\*NDLR: soins infirmiers



### LES AIDANTS EN CHIFFRES

Plus de **8,3** millions d'aidants en France.

**50 %** des aidants cohabitent avec la personne aidée.

**74 %** des aidants sont des femmes.

**52 ans** en moyenne.

**47 %** ont une activité professionnelle.

**20 %** ressentent une charge extrêmement importante.

Dans **50 %** des situations les plus difficiles, les personnes aidées sont accompagnées uniquement par des proches.

Source : Enquête Handicap Santé Aidants informels, DREES, 2008



Plus d'informations sur  
[www.lasantegagnelentreprise.fr](http://www.lasantegagnelentreprise.fr)



Harmonie  
mutuelle

GRUPE **vyv**



## ET VOUS, ÊTES-VOUS UN AIDANT ?

- 1 Aidez-vous un proche de votre entourage (un membre de votre famille, un ami, un voisin...) en difficulté de vie du fait d'une maladie, d'un handicap, d'une perte d'autonomie liée à l'âge?  Oui  Non
- 2 L'aidez-vous régulièrement (quasi quotidiennement) ?  Oui  Non
- 3 L'aidez-vous pour les soins personnels (repas, habillage, toilette, etc.) et/ou pour les activités domestiques (courses, ménage, etc.) et/ou les activités sociales (sorties, accompagnement chez le médecin, etc.) et/ou pour la gestion administrative ?  Oui  Non

Si vous avez répondu **OUI** à ces trois questions, vous êtes un aidant.

## Concilier vie d'aidant et vie professionnelle

Lorsque l'aidant a une activité professionnelle, la question de la conciliation des temps entre son rôle d'aidant et son travail se pose rapidement en raison :

- ⚡ des horaires atypiques ou décalés, ou encore des réunions tardives, ne permettant pas toujours d'être présents aux moments nécessaires pour son proche (par exemple, la nuit, pour assurer la surveillance ou tôt le matin, pour assurer le lever) ;
- ⚡ des urgences pendant le temps de travail obligeant à partir précipitamment ou des déplacements professionnels ;
- ⚡ de la nécessité de s'absenter ponctuellement (pour accompagner son proche à un rendez-vous médical par exemple) en posant des jours de congés ;
- ⚡ du suivi à distance des professionnels intervenant auprès de son proche ;
- ⚡ etc.

Malgré ces difficultés de conciliation qui peuvent amener certains aidants à réduire leur temps de travail, beaucoup d'aidants considèrent la vie professionnelle comme un espace essentiel à leur épanouissement personnel qui allie une source de revenus et la possibilité de fréquenter des collègues.

Pour permettre aux salariés de concilier dans les meilleures conditions possibles leur vie professionnelle et l'accompagnement d'un proche en difficulté de vie, différentes solutions existent et peuvent être mises en place. Vous pouvez en prendre connaissance dans l'article «Travailler et être aidant : des solutions concrètes».

Rédaction : Association Française des Aidants - [www.aidants.fr](http://www.aidants.fr)



Harmonie Mutuelle, mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité, immatriculée au répertoire Sirene sous le numéro Siren 538 518 473. Numéro LEI 969500JLUSZH89G4TD57. Siège social: 143, rue Blomet - 75015 Paris.



Plus d'informations sur  
[www.lasantegagnelentreprise.fr](http://www.lasantegagnelentreprise.fr)