

# Journée Nationale des aidants 2025

## Dossier de Presse

### CULTIVONS LA SANTE MENTALE DES AIDANTS POUR UNE SOCIETE PLUS SOLIDAIRE

Le GIPSAP a choisi ce thème cette année pour la Journée Nationale des aidants, afin de faire écho à la priorité du gouvernement en matière de santé publique : déclarer LA SANTE MENTALE<sup>1</sup> GRANDE CAUSE NATIONALE 2025. Il était fondamental pour le GIPSAP de se saisir de cette opportunité pour rendre visible cette problématique qui touche un nombre conséquent de proches aidants et de faire émerger publiquement une parole qui est encore trop enfermée dans la sphère privée. Le 10 octobre étant déclaré journée mondiale de la santé mentale depuis 1992, cette concordance des dates est l'occasion de faire un état de la santé mentale à ce jour sur le territoire national et localement. De montrer comment le GIPSAP grâce aux accompagnements qu'il propose depuis sa création en 2009 contribue à compenser un déficit de moyens en santé mentale. Cependant cette compensation, ne pourra jamais pallier un manque de soins criant dans le domaine psychiatrique. De la même façon la psychiatrie à elle seule ne pourra pas résoudre tous les problèmes de santé mentale. C'est en ce sens que l'OMS en a donné une définition.

C'est à une acception étendue de la Santé Mentale que renvoie la définition retenue par l'OMS<sup>2</sup>, qui caractérise la Santé Mentale comme un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. Cette position inscrit la psychiatrie au cœur du système social et prend acte du fait qu'elle ne peut apporter seule l'ensemble des réponses nécessaires à ceux qui sont confrontés à des maladies mentales.

L'adoption d'une approche intégrée appelle à considérer les déterminants sociaux, économiques et culturels qui influent sur le bien-être mental de la population française. Les professionnels du médico-social tels que les infirmiers, les psychologues, les travailleurs sociaux, les éducateurs et d'autres acteurs non spécialisés en psychiatrie, dont le GIPSAP fait partie, jouent un rôle crucial dans la prévention, l'éducation, et le soutien continu en matière de Santé mentale.

**En élargissant la perspective au-delà du modèle curatif, cette approche favorise une compréhension plus complexe des défis que pose la santé mentale et encourage des interventions précoces et préventives qui ne peuvent être réduites au seul domaine de la psychiatrie.**

**I/ UNE DEGRADATION CONTINUE DE NOTRE SYSTEME DE SANTE PUBLIQUE CONCERNANT LA SANTE MENTALE DE 1975 NOS JOURS QUI APPELLE A UN PROCESSUS DE REFONDATION EN DECLARANT LA SANTE MENTALE COMME GRANDE CAUSE NATIONALE EN 2025.**

<sup>1</sup> Haut-Commissariat au Plan : La prise en charge des troubles psychiatriques et psychologiques : un enjeu majeur pour notre société. Juin 2024

<sup>2</sup> OMS : Santé mentale : Renforcer notre action. 2022

En 1975, Lucien Bonnafé, psychiatre désaliéniste français qui a été un de ceux qui a élaboré et mis en place la politique de secteur psychiatrique dès les années 1960 déclarait :

« On juge du degré de civilisation d'une société à la manière dont elle traite ses marges, ses fous et ses déviants »

En effet pour répondre à ces besoins, de 1960 et jusqu'à la fin des années 1970, la France disposait d'un véritable **service public de la santé mentale**, appuyé sur une **organisation spécifique : le "secteur"**. Mis en place à partir des années 1960, le secteur mêlait une approche territorialisée et une ambition pluriprofessionnelle. Cette organisation permettait à chacun d'avoir accès, près de son lieu de vie, à un accompagnement par des médecins, psychologues, infirmiers – entre autres professionnels – qui accompagnaient le « rétablissement » du patient dans sa vie quotidienne. Si l'organisation en secteur a été très innovante lors de sa mise en place, force est de constater qu'elle **peine à répondre aux besoins actuels**. Le déficit de professionnels et surtout le manque de coordination entre les multiples acteurs de la santé mentale empêchent trop souvent l'entrée des personnes atteintes de troubles psychiques dans un parcours de soins.

**La crise du Covid-19 a accentué ces tendances, et a été un élément considérable d'alerte pour le gouvernement.** La prévalence des états anxieux ou dépressifs a ainsi doublé lors du premier confinement, sans retrouver, depuis le niveau d'avant la crise.

Ainsi la part des Français qui présentaient des états anxieux était de 13,5% avant la crise du Covid 19, de 27% mars-avril 2020, et de 23% octobre-novembre 2021. Concernant les états dépressifs : elle était de 10% avant la crise du Covid 19, passant à 20% mars-avril 2020 et à 17% octobre-novembre 2021.

Ceci a particulièrement touché les adolescents et jeunes adultes, pour qui la dépression et l'anxiété figurent parmi les premières causes de morbidité et d'incapacité. Ils sont de manière disproportionnée à risque de comportements suicidaires et autodestructeurs.

**Cela s'est traduit par des coûts considérables pour la collectivité :** avec un coût global de plus de 25 milliards d'euros en 2021 (soit 12,4% des dépenses totales), les « maladies psychiatriques » et l'ensemble des « traitements par psychotropes » constituent le premier poste de dépenses de l'Assurance maladie en France (devant les cancers, 22,6 milliards d'euros et les maladies cardiovasculaires, 19,4 milliards d'euros). Les Français sont les plus gros consommateurs de psychotropes au monde.

Le nombre de lits en psychiatrie est passé de 137 535 lits **en 1975**, à 54 546 en 2018, pour arriver à 51 455 en 2020. ¼ des établissements de psychiatrie ont réduit leur capacité d'accueil entre 11% et 30% de leur volume sans faire émerger d'alternatives crédibles et efficaces.<sup>3</sup>

On recense 23% de postes vacants en psychiatrie et pédopsychiatrie hospitalière. 19,2 psychiatres pour 100 000 habitants et 1 médecin scolaire pour 12 800 élèves.

En 2021 il existait environ 800 secteurs de psychiatrie pour adultes et 300 secteurs de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, ce qui est très insuffisant et qui explique pourquoi 64% des aidants et 58% des personnes concernées trouvent difficile d'accéder à un psychiatre ou à un psychologue. Le

<sup>3</sup> Enquête FHF Psychiatrie 09/2023

temps d'attente pour une première consultation en CMP est en moyenne de 6 mois pour une première consultation avec un psychiatre ou un psychologue sur l'ensemble des territoires.

Pourtant, Selon l'Observatoire sur la santé mentale, en 2021 la psychiatrie a été la spécialité la plus consultée après la médecine générale, et entre 2020 et 2023 on constate une augmentation notable de 21% des passages aux urgences pour motifs psychiatriques<sup>4</sup>

Des chiffres qui témoignent bien de cette dégradation et qui ont abouti à faire de la santé mentale la grande cause nationale pour 2025 avec une déclaration très courageuse de la part de Yannick Neuder, Ministre chargé de la Santé et de l'Accès aux soins<sup>5</sup>, face à cette négligence et cet abandon :

**« Nous devons à la psychiatrie une réparation. Et aux Français une promesse : celle de ne plus laisser la souffrance psychique sans réponse. »**

**La santé mentale est l'affaire de tous. Elle traverse nos vies, nos familles, nos écoles, nos lieux de travail.** Depuis trop longtemps, elle a été reléguée au second plan de nos politiques de santé. Ce déni collectif, nous le payons cher : dans la détresse des jeunes, dans l'isolement des personnes fragiles, dans l'épuisement des soignants, dans l'angoisse de celles et ceux qui ne savent plus à quelle porte frapper.

Ce plan psychiatrie est un plan de sursaut et de refondation. Il n'ajoute pas quelques mesures à une liste déjà longue. Il change de logique. Il part de la crise de sens et de moyens que connaît la psychiatrie. Il l'écoute, il la regarde en face, et il répond. Il choisit de la reconstruire non pas autour de la seule urgence ou de l'hôpital, mais depuis la base : l'école, les médecins généralistes, les CMP, les soignants du quotidien.

Nous avons collectivement une dette envers la psychiatrie publique. Et une ambition : faire en sorte que chacun, quelle que soit son histoire, puisse trouver à temps un soutien, un soin, un chemin de rétablissement.

Nous allons mieux repérer, mieux soigner, mieux accompagner. Nous allons remettre de l'humain, de la cohérence, de la confiance. Ce plan n'est pas un aboutissement : c'est un point de départ. Celui d'un engagement durable, à la hauteur de ce que nous devons à celles et ceux qui vivent avec un trouble psychique, et à celles et ceux qui les soignent.

La question de la santé mentale concerne toute la société française. D'une part car chacun est susceptible d'être confronté à une dégradation de son bien-être psychique au cours de sa vie. D'autre part car nous sommes tous amenés à connaître ou à nous occuper, dans le cadre professionnel ou personnel, de personnes souffrant de troubles psychiques. On estime ainsi qu'aujourd'hui une personne sur trois souffre d'un trouble psychique à un moment de sa vie, et qu'environ deux millions de Français sont pris en charge chaque année en psychiatrie. Une personne sur 5 en France est concernée par des problèmes de santé mentale chaque année soit environ 13 millions de Français.

25% de la population française consomme des anxiolytiques, antidépresseurs, somnifères et autres psychotropes

50% des travailleurs français ont été absents, au moins une fois, pour cause de détresse psychologique

<sup>4</sup> Rapport d'information sur la prise en charge des urgences psychiatriques, Assemblée nationale, 11 décembre 2024

<sup>5</sup> Santé mentale et psychiatrie : Repérer, soigner, reconstruire. Ministère de la santé. Juin 2025

Le suicide est la 1<sup>ère</sup> cause de décès maternels, entre la conception et un an après l'accouchement.

## II/ QUELLES SONT LES MALADIES PSYCHIQUES LES PLUS FREQUENTES EN FRANCE ?

De façon globale on assiste à une méconnaissance et un déni des troubles psychiques<sup>6</sup> :

36% des Français présentent une suspicion de troubles psychiques, **mais 91% d'entre eux estiment que leur santé mentale va bien.**

### - La dépression :

C'est un des troubles les plus répandus touchant 15 à 20% de la population c'est-à-dire 1 personne sur 5. 44% des Français sous-estiment l'ampleur de la dépression pensant qu'elle ne touche qu'une personne sur 10. Plus de 3 Français sur 5 déclarent se sentir concernés par les troubles dépressifs. 37% personnellement et 37% par une personne de leur entourage. 1 français sur 4 pense qu'il suffit de « bonne volonté » pour sortir d'une dépression. 1 Français sur 5 considère la dépression comme une simple forme de tristesse, ou pense que consulter un psychologue signifie être incapable de gérer ses problèmes. 23% déclarent avoir eu moins de contacts avec certains de leurs proches en raison de leur trouble.

Les Français sous-estiment les causes biologiques de la maladie ce qui peut retarder la démarche vers les professionnels de santé. **On assiste à un manque de sensibilisation des signes avant-coureurs<sup>7</sup> :** 7 personnes sur 10 n'envisagent pas de consulter pour des symptômes tels que des troubles du sommeil, la fatigue persistante, des difficultés de concentration ou une perte de l'estime de soi. Selon eux, un évènement traumatisant (accident, deuil, etc), l'isolement social et le stress sont les 3 causes les plus fréquentes des troubles dépressifs. Les stéréotypes autour des troubles dépressifs entraînent un jugement, voire un rejet par la famille, les amis ou les collègues. Ce sentiment est partagé dans près de 4 cas sur 10 : 44% se sont sentis jugés par la famille, 37% par leurs amis, 37% par leurs collègues.

Pour toutes ces raisons 60% pensent qu'il est préférable de ne pas dire que l'on souffre d'un problème de santé mentale afin de ne pas être exclu, alors **que 69% des personnes concernées estiment que les maladies psychiques sont représentées de manière stigmatisante et anxiogène dans les médias.**

**Les conséquences de la dépression des patients sont un enjeu majeur de santé publique et sociétal** ainsi on constate que pour les personnes qui ont été en dépression :

- 50 % ont pris des anti-dépresseurs, et 13 % ont eu recours à d'autres médicaments. Soit une proportion significative de patients concernés qui n'ont pas (eu) accès à un traitement approprié.
- Seuls 34 % ont vu un médecin généraliste, 32 % un psychologue, et 32 % un psychiatre.
- 22 % ont arrêté de travailler (démission ou arrêt maladie) ou arrêté leurs études.
- 11 % ont commencé à boire ou augmenté leur consommation d'alcool.

7,5% des Français âgés de 15 à 85 ans ont souffert de dépression au cours des 12 derniers mois.

<sup>6</sup> Ipsos pour AXA Prévention 09/10/2024. Plus d'un français sur 4 déclare vivre des épisodes de solitude

<sup>7</sup> Ipsos pour AXA Prévention 09/10/2024

- **Le trouble bipolaire :**

Il concerne entre 1 et 2,5% de la population (entre 600 000 et 1 600 000 personnes) est une maladie chronique responsable de dérèglements de l'humeur alternant des états d'exaltation et de dépression.

- **La schizophrénie :**

Cette maladie touche 600 000 personnes. La maladie débute en général à l'adolescence avec un âge de déclenchement des premiers symptômes entre 15 et 25 ans.

- **Les troubles anxieux<sup>8</sup> :**

Ces troubles concernent l'anxiété généralisée, le trouble panique, les phobies spécifiques, l'agoraphobie, le trouble d'anxiété sociale, le trouble d'anxiété de séparation.

15% des adultes de 18 à 65 ans présentent des troubles anxieux sévères sur une année donnée et 21% en présenteront au cours de leur vie. La fréquence en serait deux fois plus élevée chez la femme que chez l'homme.

- **L'addiction :**

C'est une pathologie qui se traduit par une dépendance à une substance ou une activité. Drogues, alcools, tabac, jeux d'argent, achats sur internet, sports, sexe, travail, jeux vidéo. Ces addictions touchent 6% de la population.

### III/ UNE PREVALENCE NOTABLE A DES AGES PARTICULIERS DE L'EXISTENCE

Si les troubles de la santé mentale sont un phénomène diffus dans la population française, ils ont une prévalence notable à des âges particuliers de l'existence et affectent plus spécifiquement certaines catégories de population.

13% des enfants de 6 à 11ans scolarisés présentent au moins un trouble probable de santé mentale : 5,6% présentent un trouble émotionnel probable, c'est-à-dire un trouble anxieux (anxiété de séparation, anxiété généralisée, phobies spécifiques,) ou dépressif ; 6,6% des enfants présentent un trouble oppositionnel probable (une humeur particulièrement colérique, un comportement querelleur ou provocateur). Enfin 3,2% présentent un trouble persistant d'inattention ou d'hyperactivité (TDAH probable)<sup>9</sup>. **De plus les violences cachées subies pendant l'enfance peuvent avoir des implications sur la santé mentale à long terme.**

On estime que 15% des 10-20 ans ont eu un besoin de suivi ou de soin.

**Un Sentiment d'incapacité d'agir<sup>10</sup> est fortement ressenti par les 18-24 ans :**

35% ont l'impression de ne pas prendre soin de leur santé mentale ou de leur bien-être. 29% indiquent ne pas avoir le temps. 32% déclarent ne pas savoir comment faire. 25% ne s'en sentent

<sup>8</sup> HAS. Guide médecin relatif aux affections psychiatriques de longue durée. Juin 2007

<sup>9</sup> Santé publique France ; « Premiers résultats de l'étude ENABEE sur le bien-être et la santé mentale des enfants de 6 à 11 ans en France métropolitaine ». Juin 2023

<sup>10</sup> Santé Publique France. 09/10/2023

pas capables. La plupart souligne le manque criant d'assistants sociaux pour aider à monter les dossiers, et la lourdeur administrative qui décourage nombre de personnes.

« L'autodétermination<sup>11</sup> ne devrait pas être un luxe. Notre combat, c'est que chacun puisse vivre heureux sans avoir à cacher sa maladie. »

Pour les personnes en situation de handicap reconnues par la MDPH les soins et l'accompagnement social et médicosocial continuent de se dégrader. Le Conseil de l'Europe a déjà dénoncé les manquements de l'Etat Français quant au respect de la Convention Internationale relative aux droits des personnes handicapées. L'UNAFAM dans son baromètre 2023 alerte sur le fait que l'accès à certains droits essentiels pour une vie digne régresse. Le handicap psychique restant encore un impensé des politiques publiques.

Une inquiétude croissante pèse sur les familles qui, pour 93% d'entre elles ne sont pas confiantes dans l'accueil et l'accompagnement dont pourra bénéficier leur proche lorsqu'elles ne seront plus là. Ce chiffre alarmant ne témoigne pas d'une peur irrationnelle mais d'une peur malheureusement bien fondée : les familles savent que sans leur aide, leur proche connaît un risque beaucoup plus élevé de se précariser dangereusement et d'être privé de tous ses droits.

Situation préoccupante également des salariés qui considèrent à hauteur de 60% que leur travail a des conséquences négatives sur leur santé mentale et à hauteur de 39% (34% à l'échelle de l'Union Européenne) que leur santé ou leur sécurité est menacée du fait de leur travail. 50% des travailleurs Français ont été absents au moins une fois pour cause de détresse psychologique entre 2012 et 2016.

Enfin Les personnes âgées constituent elles aussi un public aux réalités complexes et aux fragilités souvent négligées. Selon l'OMS d'ici 2030, une personne sur 6 dans le monde aura 60 ans et plus (1,4 milliard de personnes) : 14% de cette population vit avec un trouble psychique. Ces affections représentent 10,6% de l'incapacité totale chez les personnes âgées. Environ un quart des décès (27,2%) par suicide concerne des personnes âgées de 60 ans ou plus. L'isolement et la solitude sont d'importants facteurs de risque de développer des problèmes de santé mentale à un âge plus avancé. Il en va de même pour la maltraitance des personnes âgées qui comprend toute forme d'abus physique, verbal, psychologique, sexuel ou financier ainsi que la négligence. Une personne âgée sur 6 est victime de maltraitance, souvent de la part d'aïdants. Cette maltraitance peut conduire à la dépression et à l'anxiété.<sup>12</sup>

#### **IV/ DES REPONSES LOCALES QUI S'INSCRIVENT DANS CETTE EXIGENCE DE RENOUVEAU ET DE DECLOISONNEMENT ET DE CONTINUITÉ DES PARCOURS**

##### **A. L'OFFRE DU GIPSAP COMME ACTEUR QUI SAIT CULTIVER LA SANTE MENTALE DES AIDANTS.**

<sup>11</sup> Autodétermination : Principe selon lequel une personne doit être actrice de son propre parcours de soins et d'insertion, en ayant la possibilité de faire des choix éclairés.

<sup>12</sup> OMS Santé mentale et vieillissement

**Le portrait du proche aidant en 2024<sup>13</sup>** : sur 2 310 inscrits au total en 2024, 85% sont des femmes, soit 1960 aidantes.

1270 ont entre 51 et 70 ans. La plus jeune aidante a 20 ans.

Les zones en recensant le plus sont : 449 à Saint-Denis, 218 à Saint-Paul et 219 au Tampon.

1592 sont fille, mère ou épouse de la personne aidée.

1 312 sont sans activité professionnelle soit 42% des aidantes inscrites en 2024.

L'impact du rôle d'aidant sur sa santé est d'abord la fatigue mentale. (40%). Elles et ils expriment massivement le sentiment d'être dépassé.es par la situation qu'ils vivent.

Sorties, loisirs, vacances, relations sociales sont ce dont ils sont le plus privés par leur rôle d'aidant. Avec le GIP SAP ils attendent avant tout un relai et des temps décharge avec les autres aidants.

**Les personnes aidées** sont en majorité des personnes âgées soit 1 371 personnes, 999 sont des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et/ou en situation de handicap.

Le GIP SAP a développé plusieurs dispositifs afin de prévenir l'épuisement des aidants et de leur permettre d'avoir du répit. Ce faisant il contribue largement à la santé mentale des aidants et des personnes aidées, en construisant des parcours aidants mobilisant un ensemble de composantes par l'articulation d'accompagnements individuels et collectifs et une diversité de propositions qui touchent autant le médicosocial, que le social, les loisirs, la culture et le bien-être, garantissant ainsi un accompagnement intégré et continu.

### **Un dispositif d'écoute, d'information, et d'orientation qui comprend :**

- **Un numéro vert qui offre une écoute bienveillante et professionnelle à tous les appelants.**

Dont les 3 écoutantes sociales, 2 conseillères en économie sociale et familiales et une psychothérapeute, amènent des réponses immédiates à la détresse qui est souvent exprimée ainsi qu'une orientation dans les dispositifs du GIPSAP ou vers des services adaptés. 8 911 appels ont été reçus en 2024 contre 7 129 en 2023.

- **La Karavan Sakiaid.**

Un véhicule qui permet « l'aller-vers » à la rencontre des aidants là où ils habitent. Le GIPSAP s'inscrit dans une démarche proactive consistant à aller au-devant des personnes concernées plutôt que d'attendre qu'elles sollicitent des soins ou un accompagnement. En 2024 1049 aidants et aidantes ont été rencontrés, pour 121 arrêts dans 24 communes, contre 84 arrêts dans 17 communes en 2023.

Le baromètre UNAFAM 2023 révèle que 68% des aidants familiaux expriment le besoin d'un relai par un professionnel, notamment pour des tâches d'accompagnement et de soutien administratif, il

- **Un site internet et une page Facebook**

<sup>13</sup> Observatoire de l'aidant du GIP SAP REUNION

On compte 82 647 visites en 2024 et 500 followers sur Facebook. Il y avait 2 500 likes en 2023 sur l'ancienne page Facebook.



#### - Du soutien psychologique

143 aidants ont bénéficié d'un soutien psychologique en 2024 contre 140 en 2023.

#### Qu'est-ce que le soutien psychosocial au GIPSAP?

C'est une démarche qui vise le rétablissement de la personne à travers une approche centrée sur la connaissance de ses besoins individuels. C'est l'occasion de pouvoir parler de soi, de son engagement comme proche aidant, d'exprimer ses problèmes, ses émotions, ses sentiments avec un ou une psychologue.

**Ce dispositif** vise à fournir un soutien individuel ponctuel aux aidants repérés par le GIPSAP en risque d'épuisement ou en état d'épuisement psychologique ou de souffrance psychique. Ce soutien peut aller jusqu'à 5 séances étalées sur 4 à 6 mois.

Ces situations d'épuisement peuvent être liées à : des conflits avec le proche en perte d'autonomie ou handicapé, l'entourage familial ou professionnel, la dégradation de la situation sociale ou de la santé liée à l'aide apportée ; des situations particulières chez le proche malade ou handicapé : ... La cohabitation ou la proximité, la régularité de l'aide apportée (fréquence/durée).

#### Ce soutien individuel permet au proche aidant en risque d'épuisement :

- De préserver sa santé physique et mentale à la suite d'une dégradation de la situation sociale ou de la santé liée à l'aide apportée
- De dénouer des situations de crise avec le proche en perte d'autonomie, ou en situation de handicap, avec l'entourage familial ou professionnel : accélération de la perte d'autonomie, troubles du comportement et de la communication, rupture du parcours d'aide, entrées/sorties d'hospitalisation
- De pouvoir s'exprimer et se reconstruire en cas du décès de la personne aidée
- D'améliorer sa relation avec la personne aidée
- De s'informer sur les différents services auxquels il a droit.

Le GIP SAP porte ce dispositif depuis une dizaine d'années, il est gratuit pour les aidants. Un réseau d'une dizaine de psychologues libéraux a été conventionné par le GIP SAP qui les rémunèrent sur un financement de la CNSA.

Ce soutien spécifique, une fois mené à son terme, peut déboucher sur une orientation vers d'autres dispositifs complémentaires si besoin. Ainsi dans le cadre du dispositif Mon Soutien psy, décrit ci-dessous, les aidants ayant besoin de plus de séances pourraient être orientés vers un ou une psychologue conventionné par la CGSS. Sur l'île de La Réunion 44 psychologues ont été conventionnés. A ce jour 2 psychologues conventionnées avec le GIP SAP, sont également dans le dispositif Mon soutien psy de la CGSS.

#### - Des séances individuelles d'accompagnement social, réalisées par des assistantes sociales.

167 aidants ont été accompagnés en 2024 contre 140 en 2023.

#### INFOS

N° vert 0 800 53 00 02

Service et appel gratuits depuis un poste fixe



@Gipsap974

laréuniondesaidants.re



51 accompagnements ont été demandés pour des aidants de personnes en situation de handicap et 102 pour des bénéficiaires de l'APA, contre 85 en 2023.

### Des actions de sensibilisation grand public

#### - Le théâtre Forum

**7 représentations ont eu lieu dans 6 villes de La Réunion, rassemblant en tout 506 participants.**

Des scènes sont jouées simulant des situations vécues par les aidants et facilitant la prise de parole des spectateurs. Cette visualisation participe d'un changement de regard sur ce public, et contribue au travail de déstigmatisation.

#### - La journée nationale des aidants de 2024.

1 500 visiteurs étaient à cette journée sur le site de Saint-Pierre. 54 partenaires avec des stands viennent promouvoir leur activité ou leur produit. Le matin est réservé pour des conférences sur le thème de la reconnaissance des aidants. L'après-midi est consacré à de la détente, des concerts et de la danse. C'est un bon rendez-vous de détente, de partage et de solidarité chaque année. Il contribue largement à faire rentrer les aidants comme maillon indispensable à la vie des personnes fragiles, et à les rendre visibles.

### Des dispositifs de répit à domicile et hors-domicile

**Une bourse d'heures**, sur un temps moyen de répit de 34 heures par an est accordée après évaluation, afin que l'aidant puisse se libérer pour aller à ses rendez-vous médicaux par exemple, mais aussi à un café des aidants, ou à une activité de loisirs. Pour cela le GIPSAP a conventionné avec des services à domicile qui envoient une aide à domicile auprès de la personne aidée. 136 personnes ont bénéficié de ce service en 2024 pour un total de 4 754 Heures contre 129 personnes en 2023 pour 5 703 heures financées.

Cet accompagnement est un accompagnement administratif permettant de faire une analyse globale de la situation administrative de la personne aidée, et de faciliter l'accès aux droits. Dossier APA/ Demande ou révision du plan d'aide. Demande d'hébergement en EHPAD- ESMS. Dossier mutuelle/CGSS/CESU

Cette offre est en phase avec le baromètre 2023, de l'UNAFAM qui révèle que **68% des aidants** familiaux expriment le besoin d'un relais par un professionnel, notamment pour des tâches d'accompagnement et de soutien administratif.

#### **La halte répit dans la maison de répit de la Providence**

29 personnes aidées ont été accueillies en 2024 pour 180 journées d'accueil, contre 157 journées en 2023. La halte fonctionne du mardi au vendredi de 9h à 15h. Ces personnes présentaient les pathologies suivantes : 3 pathologies psychiatriques, 5 personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, 6 personnes en perte d'autonomie due à l'âge, 2 personnes avec 1 handicap moteur et 13 personnes avec un handicap cognitif/psychique.

#### **Les séjours de répit**

56 personnes ont été accueillies en 2024 pour 880 nuitées soit 51 semaines d'accueil contre 734 nuitées en 2023. Les accueils en hébergement se font sur une semaine du lundi 14h au dimanche

#### INFOS

N° vert 0 800 53 00 02

Service et appel gratuit depuis un poste fixe.



@Gipsap974



laréuniondesaidants.re



10h, avec un maximum de 30 jours par an pour chaque accueilli. Ces personnes présentaient les pathologies suivantes : 21 avec un handicap psychique/cognitif, 17 ayant une maladie neurodégénérative, 12 avec une perte d'autonomie liée à l'âge, 11 avec une pathologie cardiovasculaire, 7 diabétiques et un jeune autiste.

**Des services d'accompagnements collectifs centrés sur les activités à thème ou sur les loisirs.**

**Le café des aidants**

139 séances ont été organisées en 2024 sur plusieurs villes de La Réunion contre 111 en 2023, ces ateliers ont regroupé 953 participants en 2024 contre 542 en 2023. Ces cafés sont des lieux de parole pour les aidants, et des lieux de convivialité qui contribuent au maintien du lien social et à l'ouverture sur l'extérieur indispensable à leur « survie ».

**Les actions à la Kaz Grand'R.**

40 ateliers organisés au total avec 262 participants en 2024 contre 37 ateliers et 275 participants en 2023.

46 personnes ont participé aux **ateliers gestes et postures**. Ces ateliers sont à visée préventive dans la prévention des risques de troubles musculosquelettiques.

60 personnes ont participé à l'initiation aux gestes de 1<sup>er</sup> secours.

96 personnes ont participé aux ateliers collectifs de détente.

60 personnes ont participé aux ateliers nutrition.

**Les matinées santé**

40 séances ont été organisées en 2024, contre 35 en 2023. 333 participants en 2024 contre 184 en 2023.

**Les haltes Bien-être des aidants**

6 regroupements ont été organisés dans 6 villes différentes, avec pour objectif de prendre du temps pour soi à travers des activités de détente et de plaisir : massage, aromathérapie, yoga du rire etc...273 personnes étaient présentes.

**Les répit dansants.**

4 regroupements ont été organisés en 2024 dans 4 villes différentes. Elles ont attiré 473 participants en alliant effort physique et plaisir de danser.

**Les séjours Grand'R**

L'objectif de ces séjours est de rompre l'isolement des aidants, de créer une rupture bénéfique avec le quotidien grâce au changement de lieu, aux activités et ateliers proposés ; de favoriser la création de liens et d'offrir du bien-être. 762 aidants ont choisi ces séjours pour 856 nuitées en 2024, contre 894 aidants en 2023 et 1 006 nuitées.

**L'approche pluridisciplinaire dans les réponses de répit et d'accompagnement qui sont proposées,** par le GIPSAP, permet aux personnes d'avoir une approche des solutions à partir de toutes les disciplines et ainsi d'accéder à des connaissances, selon leur sensibilité et leur niveau de compréhension.



Cette connaissance leur donne le pouvoir de comprendre tous les aspects de leur problématique et de pouvoir agir grâce à cette conscientisation. L'enfermement dans le rôle d'aïdant prive de certaines ressources impératives pour se constituer en tant que personne et accéder pour soi-même aux soins élémentaires, à la vie sociale et maintenir sa citoyenneté.

## **B. MON SOUTIEN PSY : UN DISPOSITIF POUR UN ACCES AUX SOINS EN SANTE MENTALE POUR TOUS ;**

Face aux besoins croissants en santé mentale, le dispositif créé en 2022 a pour vocation **d'améliorer l'accès aux soins et d'assurer une meilleure prise en charge de la souffrance psychique de la population.**

Le dispositif est construit pour favoriser la coordination entre les psychologues de ville et les professionnels de santé du parcours de soins du patient. Il est une **offre de première ligne de dépistage et de prise en charge initiale** pour l'ensemble de la population à partir de 3 ans.

Avec ce dispositif, une personne en souffrance psychique d'intensité légère à modérée peut bénéficier d'un accompagnement psychologique réalisé par un psychologue de ville conventionné avec l'Assurance Maladie.

Ce dispositif a évolué en juin 2024 avec l'ouverture de l'accès direct au psychologue. L'adressage par un professionnel de santé reste également possible. Le nombre et le tarif des séances prises en charge évoluent également : 1 entretien d'évaluation et 11 séances de suivi par an sont pris en charge à 60% par l'Assurance Maladie et 40% par les complémentaires Santé. Chaque séance est facturée 50 euros par le psychologue contre 30 euros auparavant. Le tarif étant trop bas peu de psychologues se sont inscrits dans le dispositif. L'augmentation décidée par le gouvernement a permis d'avoir suffisamment de psychologues répartis sur tout le territoire.

Depuis sa création en 2022, près de 760 000 personnes ont eu recours à Mon soutien psy. Les femmes et les jeunes sont davantage touchés. Dans le détail, les jeunes se saisissent de cette nouvelle offre : 22 % des personnes ayant consulté un psychologue ont entre 12 et 25 ans.

En septembre 2025, **6 200 psychologues répartis sur tous les territoires français et outre-mer proposent aujourd'hui cet accompagnement.** Selon une enquête de l'institut BVA de novembre 2023, 87 % des psychologues participant à Mon soutien psy estiment que le dispositif permet à des patients qui ne les auraient pas consultés pour des raisons financières de bénéficier d'un accompagnement. Par ailleurs, 63 % des psychologues interrogés affirment que Mon soutien psy a également contribué à un repérage précoce de troubles psychiques chez des patients qui ne consultaient pas de psychologue avant sa mise en place.

**Au niveau local, la CGSS s'est emparé de ce dispositif et en a suivi l'évolution.** En 2022 elle déclarait 520 bénéficiaires pour un nombre de consultations totales : 2 203 dont 543 entretiens d'évaluation et 1 660 séances de suivi. Coût des prestations : 69 860€. Il s'agissait alors du dispositif Mon parcours Psy qui demandait une lettre d'adressage par un médecin, et qui comportait 8 séances.

58% des consultations concernent les 30 ans et + pour une moyenne de 4,2 consultation par bénéficiaire. En 2025, 44 psychologues libéraux ont adhéré au dispositif, ils étaient 10 fin 2022.

Dans la continuité de ce que le GIPSAP propose aux aidants, Mon soutien psy sera un relais très précieux pour renforcer l'accompagnement dans le soutien psychologique dont ils ont besoin et en priorité, les aidants qui s'occupent de personnes ayant des troubles psychiques.

### **FOCUS SUR LE MAL-ETRE AGRICOLE**

#### **INFOS**

N° vert 0 800 53 00 02

Service et appel gratuits depuis un poste fixe.



Dans cadre de la santé mentale la CGSS s'est intéressée au mal-être agricole et s'est organisée pour porter un programme de prévention de ce mal-être, qui s'inscrit dans la stratégie et les programmes nationaux.

Ce programme :

- **Optimise la complémentarité des actions des différents acteurs préoccupés par cette problématique**, pour intervenir davantage sur la prévention du mal-être
- **Et actionne pour cela, plusieurs leviers** : la détection, l'orientation de la personne en situation de mal-être et son accompagnement.

S'agissant de la détection, **un réseau de sentinelles** volontaires et formées intervient pour le repérage et l'orientation des personnes en situation de mal être **voire en risque suicidaire**. Ce réseau est piloté par les cellules « Réagir » pilotées par les Chambres départementales d'Agriculture.

- Aujourd'hui 94 sentinelles sont d'ores et déjà formées dans le département de la Réunion,
- Dont celles qui interviennent dans le cadre de la cellule Réagir, porte d'entrée des signalements.

Notons, en termes d'accompagnement, un dispositif **d'aide au répit** qui a vocation à limiter les risques de burn-out chez les exploitants agricoles et les salariés, ainsi que les conséquences du stress sur eux-mêmes et leur entourage. **Le financement d'un service de remplacement est ainsi envisageable.**

## V/ CULTIVER LA SANTE MENTALE DES AIDANTS C'EST AUSSI RECONNAITRE LEURS COMPETENCES ET IMPLIQUER LES PERSONNES AIDEES SOUFFRANT DE TROUBLES PSYCHIQUES

### A. LA RECONNAISSANCE DES SAVOIRS ISSUS DE L'EXPERIENCE : DES EXEMPLES INNOVANTS QUI TEMOIGNENT D'UNE DYNAMIQUE DE REFONDATION EFFECTIVE

Face à la dégradation de notre système de Santé mentale et à l'occasion de la déclaration de la santé mentale comme grande cause nationale 2025<sup>14</sup>, le secteur de la santé mentale œuvre depuis quelques années, **pour faire de cette grande cause le socle d'un processus de refondation.**

Le Collectif Grande cause Santé mentale 2025, co-animé par Santé mentale France et un large rassemblement de la société civile, est le point de départ d'une refondation ambitieuse des politiques publiques.

Parmi les principes qui vont guider cette transformation l'un des principaux est la participation des personnes concernées à toutes les actions et réflexions concernant leur vie. **Cela se traduit par la promotion de la pair-aidance, du pouvoir d'agir et l'autodétermination des personnes illustrés par des actions concrètes.**

<sup>14</sup> Ce collectif « Santé mentale Grande cause nationale » regroupe 22 acteurs majeurs de la santé mentale, représentant plus de 3400 organisations, engagés pour porter la Grande cause nationale 2025. C'est la première fois qu'une telle diversité d'acteurs est fédérée autour de la santé mentale, désignée officiellement comme une priorité sanitaire et sociétale par les pouvoirs publics. Une diversité qui permet de couvrir un large éventail de perspectives et d'expertises.

## Qu'est-ce que la Pair-Aidance<sup>15</sup> ?

La pair-aidance repose sur les **principes d'entraide entre pairs**. À savoir :

- Le partage d'expériences similaires ;
- L'échange d'informations (sentiment vécu, difficultés rencontrées, moyens de rétablissement, etc.) ;
- Le fait de soutenir sans juger l'autre.

Cette relation aidée – pair- aidant est encouragée pour soutenir et rendre autonomes les patients en santé mentale. La finalité : **le rétablissement** de ces patients.

Un pair-aidant est un individu qui a choisi de s'investir dans l'entraide. S'étant lui-même rétabli d'un parcours psychologique difficile, il bénéficie d'une **expérience concrète des difficultés rencontrées** par les personnes aidées. Le contact n'en est alors que plus facile. À noter que le pair-aidant peut être une personne bénévole (au service d'une association d'aidants), salariée (dans un service de santé mentale), ou encore indépendante (exerçant en ayant créé sa micro-entreprise). de l'accompagnement.

Si la pair-aidance est pratiquée entre des personnes étant ou ayant été atteintes d'une maladie psychique, elle est transférable à d'autres publics. (voir note de bas de page 15)

## Pair-aidance et Gem

### **Les GEM : des espaces d'entraide et de citoyenneté**

Les Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) sont des associations créées par et pour les personnes concernées par des troubles psychiques. Novateurs et stratégiques, souvent implantés au cœur de la ville, ils valorisent la solidarité et le partage d'expériences pour favoriser la réinsertion sociale et le bien-être des personnes.

Le savoir-faire de chacun est développé : en mettant en valeur des acquis, en faisant émerger la créativité, en favorisant l'ouverture sur l'extérieur, et l'insertion dans la cité.

Enfin il s'agit de responsabiliser les membres dans l'organisation et le fonctionnement du GEM, et de façon globale de contribuer à un changement de regard sur la maladie.

Espaces non médicalisés, leurs activités **font vivre la déstigmatisation**.

Ils reposent sur principe de pair-aidance. Le bilan de cette approche centrée sur le pair-à-pair, est clair : réduction de l'isolement, amélioration du bien-être et du parcours de rétablissement. Ni sanitaire, ni médico-social, ce modèle doit encore renforcer son autonomie afin de pouvoir toujours mieux porter la parole des personnes concernées.

**Plus de 690 groupes d'entraide** maillent désormais le territoire français. Ils sont des outils d'insertion et d'inclusion essentiels. **On en compte 5 à La Réunion.**

Sans l'avoir formalisé, le GIP SAP est dans le même esprit avec les cafés des aidants. Du côté des personnes atteintes de maladies psychiques la création des GEM est d'une certaine façon le pendant des Café des Aidants. Quelles transmissions possibles entre aidants après plusieurs années d'aidance.

<sup>15</sup> La pair-aidance bénéficie d'une reconnaissance croissante dans le cadre législatif et réglementaire, reflétant une reconnaissance croissante de son importance. Par exemple, **l'arrêté du 4 août 2023, modifiant celui du 30 juillet 2021 relatif à l'expérimentation nationale d'équipes locales d'accompagnement sur les aides techniques (EqLAAT)**, souligne l'intérêt du recours aux pairs-aidants. Ce texte prévoit leur intégration dans les équipes locales pour accompagner les personnes en situation de handicap et les personnes âgées dans le choix et l'utilisation d'aides techniques, garantissant ainsi une approche neutre et indépendante de tout intérêt commercial.



Les séjours « Duo » proposés par le GIP SAP et qui réunissent l'aïdant et l'aïdé pour un séjour Grand'R sont aussi des expériences qui impliquent la personne aidée dans sa capacité de sortir de l'assistanat et de ne pas s'enfermer dans la « facilité » d'une relation fusionnelle avec l'aïdant, qui n'a plus d'espace de liberté

### **Pair-aidants et formation**

En France, de plus en plus, des **formations professionnalisantes en pair-aidance** en santé mentale se développent. Bien que la profession ne soit pas encore totalement encadrée par un diplôme d'État, des parcours certifiants et des formations spécialisées se développent pour structurer ce rôle.

Parmi elles, on retrouve le **diplôme de pair-aidance en santé mentale**, proposé par certaines universités et instituts de formation, comme l'Université Paris 8 et l'Université de Lille. Ces formations permettent aux personnes ayant une expérience vécue de la maladie psychique de professionnaliser leur accompagnement auprès d'autres usagers.

La fonction de **Médiateur de Santé-Pair (MSP)** peut aussi être validée via une formation universitaire, notamment par la licence Sciences sanitaires et sociales, avec une spécialisation en Parcours MSP. Des établissements comme l'Université Paris 13 et le Centre collaborateur de l'OMS (CCOMS) proposent des parcours permettant de devenir pair-aidant professionnel, en acquérant des

Compétences spécifiques, notamment en médiation.

**D'autres dispositifs existent également dans le domaine du handicap et du vieillissement**, notamment via des associations ou des organismes spécialisés. Par exemple, **des centres de formation** comme le GRETA proposent des cursus adaptés aux besoins des futurs pairs-aidants. En complément, certaines formations intègrent des modules spécifiques sur la posture d'accompagnement, la communication bienveillante et la gestion des émotions, essentiels pour assurer un soutien efficace.

**Ces formations permettent aux pairs-aidants d'acquérir une légitimité et une expertise reconnue**, renforçant ainsi leur rôle dans le paysage **en reconnaissant l'importance des savoirs expérimentiels dans la transformation des pratiques.**

### **Le média Plein Espoir lancé par la Fédération Santé-mentale France et créé par et pour les personnes ayant des troubles psychiques.**

Un travail de réflexion a été initié en 2023 par la Fédération, visant à mieux comprendre les besoins réels des personnes concernées et à **identifier les espaces où leurs savoirs peuvent être valorisés et partagés**. Le groupe de travail s'est attaqué à une problématique centrale : **celle de la reconnaissance des savoirs issus de l'expérience vécue**. Alors que les professionnels du soin et de l'accompagnement sont formés à des pratiques théoriques et académiques, les personnes concernées par les troubles psychiques détiennent un savoir crucial sur la réalité des parcours de soin et des défis quotidiens. Il s'agissait de structurer et d'intégrer cette expertise dans l'ensemble des pratiques de santé mentale, en offrant une place plus centrale aux usagers dans les décisions et les actions de la fédération Santé mentale France.

De ce travail, a émergé en 2024, un média inédit dédié au rétablissement, créé par et pour les personnes concernées : **Plein Espoir**. Ce média permet aux personnes concernées d'exprimer leurs

#### **INFOS**

N° vert 0 800 53 00 02

Service et appel gratuits depuis un poste fixe.



laruniondesaidants.re

expériences et leurs perceptions, et d'initier un dialogue autour des enjeux de la santé mentale, de manière authentique et incarnée, dans une approche de pair-à-pair.

Ceci au bénéfice des personnes elles-mêmes, afin d'ouvrir l'horizon d'une vie qui peut, bien évidemment et nous le rappelons, être épanouissante, dans une société qui doit devenir plus accueillante. **Mais également au bénéfice des proches-aidants, des professionnels du soin et de l'accompagnement, qui pourront peu à peu y trouver de nouvelles ressources, et, c'est notre pari, un sens renouvelé dans l'exercice de leurs fonctions.**

### **Psycho éducation des aidants : Le programme BREF porté par l'UNAFAM dont l'antenne installée à La Réunion.**

Les aidants et les familles en psychiatrie sont des acteurs essentiels dans le **rétablissement des personnes** vivant avec un trouble psychique sévère. Les aidants constituent en revanche une **population vulnérable** puisque ce rôle est souvent associé à des conséquences négatives sur la santé psychique et physique. Face à ce constat, des interventions pour soutenir et informer les aidants ont été créées : la plus efficace est "la psychoéducation des aidants". Cela consiste à apporter des **connaissances** et des **stratégies** aux aidants afin de les soutenir dans leur rôle et de leur permettre de se préserver.

**Le programme BREF est un programme de psychoéducation unifamilial** (une seule famille est reçue en l'absence de son proche) **à destination des aidants en psychiatrie**, quel que soit le diagnostic de la personne concernée par les troubles (y compris lorsque le diagnostic n'est pas encore connu). Le programme BREF se décline sur 3 séances d'une heure auxquelles s'ajoute un rappel téléphonique à 3 mois.

Il est animé par 2 professionnels de santé et la troisième séance du programme est co-animée par un bénévole associatif de l'Unafam. Ce programme a pour objectif d'**apporter de l'information** aux aidants et de les **connecter au réseau local d'aide** aux aidants. BREF est une **innovation thérapeutique** créée localement par le Clap et l'Unafam : il est issu de la **recherche participative**. Des résultats préliminaires montrent son efficacité sur la **réduction de la symptomatologie dépressive** des aidants et du **fardeau ressenti** (Rey et al., 2020).

Proposer de la **psychoéducation** à destination des aidants est un enjeu fondamental car ce type de soin présente un double bénéfice :

- Une amélioration du **bien-être mental** des aidants
- Un **gain dans le rétablissement** pour les personnes concernées par le trouble psychique

En effet, chez les personnes avec un trouble schizophrénique, la psychoéducation des aidants peut réduire de 40% le risque de rechute et de ré-hospitalisation.

Pour toutes ces raisons, les **recommandations internationales et nationales** préconisent que la psychoéducation des aidants soit proposée le **plus tôt possible** et à **toutes les familles** en psychiatrie. A ce jour, il existe un retard français considérable puisqu'une faible proportion seulement des familles bénéficie de psychoéducation (<5%) et souvent après un délai important (8 à 12 ans après le début des troubles de leur proche).

### **L'Equipe Mobile d'Appui aux Accueillants Familiaux (EMAAF) piloté par l'ARS de La Réunion.**

#### INFOS

N° vert 0 800 53 00 02

Service et appel gratuit depuis un poste fixe.



@Gipsap974

laréuniondesaidants.re

Dans le cadre du **projet territorial de santé mentale** piloté par l'ARS La Réunion, la création de cette équipe mobile a été programmée. Elle intervient auprès de l'ensemble des publics nécessitant un accompagnement éducatif renforcé. **Au sein de l'EMAAF, l'éducateur spécialisé intervient en soutien de l'accueillant familial sur son lieu de vie.** Par ses actions, il contribue à conforter, restaurer et à **développer les compétences éducatives de l'accueillant familial qui héberge une ou plusieurs personnes atteintes de troubles psychiques.** La finalité de son intervention est d'outiller les accueillants familiaux avec comme objectif de stabiliser et de sécuriser les parcours des personnes hébergées.

Ce dispositif va être un outil très précieux pour le GIP SAP qui dans le même temps, depuis janvier 2024 réalise la mission de tiers -régulateur, dans le cadre d'une convention avec le Conseil Départemental pour le suivi de 600 familles d'accueil habilités sur le département.

**L'objectif de cette démarche est de rendre accessible les dispositifs de participation citoyenne existante aux personnes en situation de handicap, en perte d'autonomie et aux aidants.**

Pour cela, il est envisagé 4 axes d'action : renforcer le maillage territorial autour des personnes les plus vulnérables, rendre accessible les instances de participation citoyenne (Conseil des sages, Conseil des enfants, Conseil des jeunes, Conseils citoyens et commission d'accessibilité) et mettre en place des actions ciblées de déconstructions des préjugés des élus, des agents de la ville et des citoyens. La subvention de la CNSA concerne la mise en place des actions spécifiques : **formation au développement du pouvoir d'agir et des compétences psychosociales (pour les publics cibles)**, Actions de sensibilisation handicap aux élus, agents et citoyens et l'analyse des pratiques des agents concernés. De nombreux livrables sont envisagés d'outillage et d'essaiage.

On voit tous les outils qui sont à la disposition des personnes ayant des troubles psychiques, et qui seront aussi utiles pour les aidants, quelle que soit la pathologie des personnes aidées. Il apparaît que La Réunion se donne les moyens d'être dans une dynamique d'inclusion et de compréhension de ce que veut dire la prise en compte de la santé mentale. Pour que les représentations des maladies psychiques changent, il faut redonner du pouvoir d'agir à chacun et que la coordination de tous les acteurs et de toutes les actions soit au rendez-vous.

## **B. LA RECONNAISSANCE DES COMPETENCES DES AIDANTS UN LEVIER POUR QU'ILS SE RECONNAISSENT EN TANT QU'AIDANTS ET EXERCENT LEUR POUVOIR D'AGIR.**

Un chemin est possible, dans la construction d'un parcours aidant tant pour les aidants qui ne travaillent pas que pour les aidants salariés. Cette conscientisation est le préalable pour qu'ils se reconnaissent dans leur statut d'aidant, osent en parler afin de pouvoir agir sur leur propre parcours.

Le baromètre OCIRP de 2024 indiquait que parmi l'ensemble des aidants au niveau national (11 millions), 61% sont en activité professionnelle. Les problématiques ne sont pas les mêmes pour ces deux catégories, mais les risques psychosociaux dus à l'aidance sont importants pour les deux catégories et les actions de reconnaissance des compétences encore peu développées à ce jour, seront des étapes pour aller mieux.

**La question de l'aidance s'est invitée au cœur des politiques de l'emploi de façon différente pour les aidants qui ne travaillent pas, pour les salariés aidants ; et pour les demandeurs d'emploi.**

La loi du 22 mai 2019 marque un tournant décisif pour les 8 à 11 millions d'aidants familiaux en France. Elle leur octroie enfin un droit à la formation, reconnaissant ainsi leur rôle crucial dans

notre société vieillissante. Elle oblige également les entreprises à intégrer aux négociations le thème de la conciliation entre la vie professionnelle et la vie personnelle des salariés proches aidants. Cette possibilité permet aux aidants contraints de s'éloigner de l'emploi pour s'occuper de leur proche d'avoir un accès facilité pour retrouver le monde du travail.

La loi « plein emploi » de septembre 2022 va plus loin. L'article 4 de la loi élargit la validation des acquis d'expériences aux aidants familiaux afin de leur faciliter l'accès aux métiers du lien.

Une des principales raisons qui fait que 70% des personnes concernées ne se reconnaissent pas dans ce terme est qu'ils n'ont pas conscience de l'ampleur de l'aide qu'ils apportent à leur proche, s'ils ne sont pas sollicités pour l'exprimer, parce que cette aide s'installe progressivement et silencieusement. Lorsqu'ils s'en aperçoivent, ils sont souvent trop dépassés par toutes les tâches cumulées et réalisées, pour en plus prendre le temps d'évaluer leur situation.

**Dans l'imaginaire collectif « aidant » est fortement associé à une notion de catégorie professionnelle médico-sociale.** Or les proches-aidants ne sont pas des professionnels, ils accompagnent leur parent âgé, leur voisin malade ou leur enfant handicapé, par amour ou par devoir. Et paradoxalement ce sont eux qui en font le plus, sans avoir de limites posées dans le cadre d'une fiche de poste, ou d'un nombre d'heures de travail, ils pallient tout ce que les professionnels ne font pas et ou n'ont pas le droit de faire. Par exemple les aides à domicile (auxiliaires de vie) n'ont pas le droit de donner des médicaments, ni de faire une injection : pour les proches-aidants la question ne se pose pas, ils font tout ce qu'ils savent faire. Le temps de travail d'un professionnel ne peut dépasser 7h par jour, la question de l'amplitude horaire ne se pose pas pour les aidants. La pénurie de personnel, ou le manque de moyens financiers pour se faire aider les a amenés à tout faire et à assurer une polyvalence totale.

*« Je suis salariée, mère de famille, et aussi infirmière, coordinatrice, psychologue, comptable, ambulancière...Je suis aidante et moi aussi j'ai besoin d'aide »*

*« Un aidant familial est une personne, non professionnelle, qui vient en aide à une personne de son entourage, dépendante, atteinte d'une maladie, en situation de handicap ou en perte d'autonomie, pour tous les actes de la vie quotidienne. Cette aide soutenue et régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes : soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, coordination, vigilance permanente, soutien psychologique, communication, activités domestiques, c'est un véritable parcours du combattant à chaque étape de la vie ».*

Ces paroles d'aidants illustrent la polyvalence dans laquelle il se sont installés, sans en mesurer « l'anormalité » ni que les causes de leur épuisement résident dans ce cumul, et l'incapacité de poser des limites, sans accompagnement.

**Pour les aidants sans qualification et qui ne travaillent pas :** la VAE a l'avantage de reconnaître leur compétences et leur permettre d'accéder à un métier reconnu, pour ceux qui retourneront sur le marché du travail et qui veulent s'orienter vers la branche médicosociale. Cette possibilité permet aux aidants qui ont été contraints de s'éloigner de l'emploi pour s'occuper de leur proche d'avoir un accès facilité pour retrouver le monde du travail. L'Union Nationale des Associations Familiales (UNAF) souhaiterait néanmoins que cette VAE soit plus ambitieuse, **en l'élargissant au-**



**delà de ces métiers du soin.** Les aidants familiaux acquièrent en effet de nombreuses compétences qui mériteraient d'être valorisées, dans tous les types de métiers : compétences relationnelles, adaptabilité, démarches administratives, etc.

Dans le secteur de l'aide à domicile et parmi les aidants inscrits sur la plateforme GIPSAP un nombre conséquent cumulent des temps d'aide en emploi direct où ils sont payés par l'APA (Cesu) sans obligation d'avoir une qualification ou un diplôme du secteur, le reste du temps ils sont proches-aidants non rémunérés. Ce double statut comporte un risque plus grand de stress, que les aidants qui ne cumulent pas les deux statuts. Il existe un risque d'isolement social de l'aidant et de l'aidé, puisque l'aide reste confinée au domicile sans aucun professionnel qui pourrait faire une ouverture sur l'extérieur.

Ni la Branche professionnelle des salariés du particulier employeur (FEPEM), ni la caisse de prévoyance (l'IRCEM) n'ont à ce jour mis en place des actions pour ce public très particulier exposé de façon permanente à une confusion des rôles, et à un confinement permanent qui les expose à des risques psychosociaux beaucoup plus élevés que les aides à domicile professionnels qui exercent ce métiers au sein de services ou d'entreprises qui les emploient, et qui posent un cadre.

### **Pour les salariés aidants ils doivent apprendre à valoriser leur rôle d'aidant en milieu professionnel.**

Le baromètre 2024 de l'OCIRP montre que leur âge moyen est de 42 ans et leur âge moyen d'entrée dans l'aide est de 33 ans, ils déclarent qu'ils passent en moyenne 8,6 heures par semaine dans leur rôle d'aidants et qu'ils aimeraient avoir des congés rémunérés et des possibilités de répit de la part de leurs employeurs.

L'observatoire des salariés aidants, en collaboration avec des responsables des ressources humaines et des experts, a conçu un référentiel des compétences transverses des salariés aidants. Ce référentiel est un véritable outil pour détecter, accompagner, valoriser le gisement des compétences pouvant être générées par l'aide et souvent insoupçonnées. Il est un outil pour orienter au mieux le salarié qui s'est absenté pour son retour au travail, et le faire évoluer dans l'entreprise.

La reconnaissance des compétences acquises dans leur expérience d'aidants et qui pourraient être valorisées, sont encore peu conscientisées. Pourtant le travail sur les compétences développées par les personnes dans leur expérience d'aide et transférables dans la vie professionnelle est essentiel. Il contribue à mettre en lumière tout ce que les aidants apportent à la société et à l'entreprise. Identifier finement et valoriser les compétences par les aidants eux-mêmes et par les entreprises favorise le retour à l'emploi après par exemple une période longue d'interruption consacrée à un enfant en situation de handicap. Cela favorise aussi les trajectoires professionnelles des aidants en emploi. Le rôle d'aidant peut être vecteur d'isolement social, de précarité, de risques en termes de santé. Aussi reconnaître et valoriser dans le monde du travail les compétences spécifiquement développées par les aidants contribue à la visibilité de leur rôle, à la reconnaissance de l'aide qu'ils apportent et à leur soutien. Les compétences identifiées sont les suivantes :

- La gestion du temps et des priorités
- La prise de décision
- La résolution de problèmes
- Les compétences relationnelles
- La motivation et la conscience de soi
- La curiosité et la capacité d'apprentissage
- L'adaptabilité
- La gestion du stress

#### INFOS

N° vert 0 800 53 00 02

Service et appel gratuits depuis un poste fixe.





- L'empathie et l'écoute active

La reconnaissance de ces compétences par l'entreprise va redonner de l'estime de soi aux aidants qui pensaient que leur interruption de travail leur avait fait perdre des qualifications, alors que c'est le contraire. Ce référentiel conçu par l'observatoire des salariés aidants est un outil pour tous les proches aidants qu'ils soient salariés aidants ou non. L'objectif est d'intégrer ces compétences dans son CV et reconnaître son potentiel et sa valeur en tant qu'aidant et savoir le prouver par des expériences concrètes.

### **La problématique de l'aidance impacte aussi les demandeurs d'emploi. ENQUETE BAROMETRE AIDANTS. FRANCE TRAVAIL. <sup>16</sup>**

#### **Objectifs de l'enquête :**

- Quantifier la part des aidants parmi les demandeurs d'emploi
- Caractériser le profil des aidants, le lien familial (ou autre) entre l'aidant et l'aidé, l'implication des aidants et les difficultés potentielles que cela peut engendrer dans la recherche d'emploi
- Rendre compte de la diversité des situations afin d'éclairer sur les mesures qui peuvent être prises à destination des aidants en lien avec leur recherche d'emploi
- A plus long terme, dans quelle mesure le fait d'être aidant peut-il entraîner des conséquences sur la recherche d'emploi

#### **Connaissance de l'aidance :**

13 % des répondants se déclarent aidants : c'est moins que la proportion d'aidants salariés, qui seraient 20 % environ.

Ils partagent le même profil type que les aidants en général : il s'agit plus souvent de femmes (57 % contre 51 % de l'ensemble des demandeurs d'emploi), et de personnes âgées de 50 ans ou plus (34 % contre 25 %).

60% sont célibataires contre 57% de l'ensemble des demandeurs d'emploi

Ils sont plus souvent bénéficiaires du RSA : 31% contre 22% pour l'ensemble des demandeurs d'emploi.

29% ont déjà été aidants dans le passé

Seulement 4% bénéficient de l'AJPA (Allocation Journalière du Proche Aidant) => 93% des non bénéficiaires n'avaient pas connaissance de cette aide

#### **Caractéristiques de l'aide.**

Niveau d'implication de l'aidant et fréquence de l'aide apportée au proche

- 36% accompagnent un proche depuis 5 ans ou plus, tous les jours ou presque pour 53% des répondants.
- Plus de la moitié d'entre eux estime consacrer plus de 5 heures chaque semaine à cette aide, dont 32 % 10 heures ou plus.
- 46 % d'entre eux aident un parent, 20 % un enfant, 19 % une autre personne et 8 % seulement leur conjoint.

L'analyse statistique montre que les conséquences de l'aidance sur la recherche d'emploi dépendent à la fois du niveau d'implication de l'aidant et du lien avec la personne aidée. Leur situation semble

<sup>16</sup> Enquête en ligne réalisée du 10 septembre 2024 au 21 octobre 2024 auprès de 10 500 demandeurs d'emploi au sujet de l'aidance. Cette enquête vise à mieux connaître la situation vécue par ces « aidants », ainsi que les difficultés éventuelles auxquelles ils font face dans leur recherche d'emploi.

avoir un impact sur leur recherche d'emploi : 27% sont inscrits à France-Travail depuis plus de deux ans.

### **Situation par rapport à l'emploi au moment de l'enquête**

- 68% étaient à la recherche d'un emploi
- 20% en emploi mais à la recherche d'un autre emploi ou d'un complément d'emploi
- 12% en emploi sans rechercher un autre emploi

### **Recherche d'emploi et aide**

#### **1. Parmi les personnes toujours en recherche d'emploi soit 88%**

- 59% estiment qu'être aidant rend leur recherche d'emploi difficile

On constate : Une plus forte intensité de l'aide apportée, par rapport à la moyenne des aidants : Assument davantage seul leur rôle d'aidant (63%, mo=55%)

Ont une implication quotidienne de leur rôle d'aidant (64%, mo=53%)

- 25% ont dû quitter leur emploi à cause de leur rôle d'aidant.

Cette population se compose dans son immense majorité des demandeurs d'emploi rencontrant des difficultés dans leur recherche (92%)

45% d'entre eux ont informé France Travail de leur situation d'aidant (mo=29%).

61% estiment que France travail prend en compte leur situation dans leur accompagnement.

#### **2. Parmi les personnes qui ont retrouvé un emploi entre temps et qui ne recherchent pas d'autre emploi (12%)**

- 33% sont en CDI
- 24% en CDD/ intérim de 6 mois et +
- 18% en CDD/intérim de moins de 6 mois
- 25% sont indépendants.
- 54% sont à temps partiel
- 31% ont informé leur employeur de leur situation d'aidant.

La grande majorité d'entre eux 82% estiment que leur employeur a été facilitant dans l'organisation de leur emploi du temps : différents aménagements du temps de travail ont été réalisés : travail à temps partiel (25%), aménagement adapté des horaires de travail (24%), limitation des déplacements professionnels (9%), télétravail intégral ou partiel (5%).

### **Attentes des demandeurs d'emploi aidants vis-à-vis de France Travail (plusieurs réponses possibles)**

61% des répondants attendent des informations sur les droits et les aides, les associations utiles, les événements dédiés... de la part de France Travail.

26 % aimeraient aussi que France Travail reconnaisse et valorise les compétences développées en tant qu'aidant,

24 % voudraient plus de souplesse dans les reports de rendez-vous avec leur conseiller.

12% demandent des services adaptés : mise en relation avec d'autres aidants, avec des acteurs spécialisés de l'aïdance

9% Souhaiteraient bénéficier de congés exceptionnels