

PRO FAMILIA
SCHWEIZ
SUISSE
SVIZZERA

PROCHES AIDANT-E-S

PRENDRE SOIN DE SES PARENTS ET/OU
BEAUX-PARENTS





EST-CE QUE JE SUIS UN-E PROCHE AIDANT-E ?

La solidarité et les échanges **intergénérationnels** sont des composantes vitales de notre tissu social. En effet, nous vivons dans une société où **quatre générations** cohabitent et s'entre-aident. Cette aide peut être sous forme financière mais également des **services rendus**.

Qu'est-ce qu'un-e proche aidant-e ?

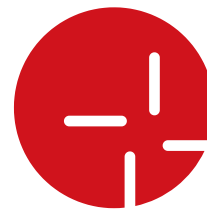
Un-e proche aidant-e est **une personne qui apporte un soutien régulier** à quelqu'un de dépendant dans l'accomplissement des actes essentiels de la vie courante ou qui a besoin d'une surveillance quotidienne et régulière comme exemple les personnes souffrant d'handicap, les personnes âgées ou encore les personnes malades.

Souvent l'on devient proche aidant-e petit à petit. L'on commence par rendre des services pour dépanner puis peu à peu **cette aide devient essentielle**. Il faut donc distinguer cette aide essentielle de services rendus occasionnellement.



Dans cet article, nous allons nous focaliser sur **l'aide apportée aux personnes âgées** comme par exemple :

- remplir la déclaration d'impôt, payer les factures à distance, acheter les médicaments, etc.
- rédiger des courriers ou téléphoner pour votre proche à l'assurance maladie, aux autorités, etc.
- aider à faire les courses, la lessive, le ménage
- manger avec son proche chez lui, lui faire la cuisine
- organiser les différentes interventions au domicile de son proche
- veiller à ce que votre proche ne reste pas isolé-e en organisant des visites régulières



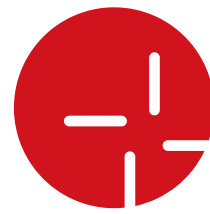
LES PROCHES AIDANT-E-S EN SUISSE

- En 2017, **13% de la population** a reçu de l'aide pour des raisons de santé de la part d'un-e proche aidant-e.
- 57,9% de l'aide des proches aidants est destinée aux personnes de **85 ans ou plus**.
- Les proches aidant-e-s sont principalement **des femmes entre 45 et 65 ans**.
- Dans 20% des situations cette aide **dépasse 10 heures par semaine**.
- **46% des femmes** aidant un-e proche travaillent à moins de 50% ou ne travaillent pas.

LES DIFFICULTÉS ET LES RISQUES POUR LE/LA PROCHE AIDANT-E

Les proches aidants sont principalement des personnes actives sur le marché du travail. Par conséquent, **la conciliation entre leur activité professionnelle et le soin apporté à un-e proche** est une difficulté à laquelle ils sont régulièrement confrontés.

De nombreux risques émergent lorsque cette conciliation n'est pas réussie. En effet, **la santé** des proches aidants peut être atteinte ainsi que **leur carrière professionnelle** lorsque le taux de travail est réduit à long terme. Cette réduction peut également avoir un effet négatif au moment de la **retraite** avec une diminution des prestations.



QUELLES SOLUTIONS DE CONCILIATION EXISTE-T-IL DANS LE CADRE PROFESSIONNEL ?

Le congé proche aidant-e

Un congé proche aidant existe depuis le 1er janvier 2021 avec l'introduction de l'article 329h du Code des obligations. Il permet au travailleur de prendre congé afin de s'occuper **d'un membre de sa famille ou de son/sa partenaire atteint dans sa santé**. La durée de ce congé est de **3 jours par situation** et au total **10 jours par an**.

- Pour quels proches ai-je le droit de prendre un congé ?

Parents, beaux-parents, enfants, enfants d'un autre lit, frère, soeurs, conjoint-e

- Que signifie une atteinte à la santé ?

L'atteinte à la santé n'est pas définie par la gravité de l'atteinte mais par le besoin du/de la proche d'une prise en charge. L'employeur peut demander un certificat médical attestant du besoin de prise en charge.

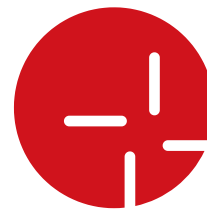
- Quelle est la durée du congé ?

Le/la travailleur-euse peut prendre 3 jours de congé par atteinte. Cela signifie que lorsque la personne a besoin d'aide plusieurs fois pour la même raison, le/la proche aidant-e ne peut pas prendre plus de 3 jours de congé sur une année

Si l'atteinte nait de différentes causes, il est possible de prendre plusieurs congés mais la totalité de ces congés ne peut pas dépasser 10 jours par année de service.

Le congé peut être pris en journée entière ainsi qu'en demi-journée.

Les personnes travaillant à temps partiel ont également le droit au congé, sans que la durée du congé ne soit adaptée à leur taux de travail.



Un accord avec l'employeur-euse

Au-delà de la loi, il est toujours possible d'essayer de **trouver un accord avec son employeur-euse**. En effet, l'entreprise est également gagnante lorsqu'une conciliation entre vie privée et professionnelle est mise en place.

- **Se renseigner**

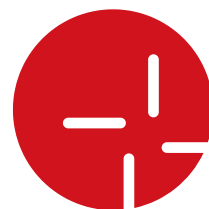
Il est possible que l'employeur-euse ait pris des mesures afin de permettre aux employé-es de concilier leur vie professionnelle avec leur statut de proche aidant-e. Il faut donc se renseigner directement auprès de sa direction ou sur le site internet de son entreprise.

- **Proposer et négocier des solutions**

Si rien n'a été prévu par l'entreprise, il est toujours possible de proposer et négocier des solutions. Pour cela, il est essentiel de connaître ses besoins et trouver de bons arguments pour la négociation. Il est également important de se renseigner sur les diverses mesures de conciliation qui existent et qui pourraient être mises en place. Finalement, il ne faut pas perdre de vue que le but est d'engager un dialogue constructif, ce qui passe notamment par l'instauration d'un cadre de discussion sain et préparé.

Exemples de mesures de conciliation

- Horaire de travail flexible
- Réduction du temps de travail
- Octroi d'un congé payé lors de l'accompagnement d'une personne gravement malade ou en fin de vie
- Télétravail ou travail à domicile
- Temps partiel momentané



QUELLES SOLUTIONS PEUVENT ÊTRE MISES EN PLACE POUR SOULAGER LE/LA PROCHE AIDANT-E ?

Il existe de **nombreuses structures et mesures qui peuvent aider et soulager le/la proche aidant-e** à maintenir un équilibre dans son quotidien, notamment entre son activité professionnelle et l'aide apportée à ses proches. Néanmoins, ces diverses mesures **dépendent des cantons**, il est donc important de se renseigner directement auprès de ces derniers.

- **Indemnisation du/de la proche aidante**

De nombreux cantons et communes ont décidé de rétribuer l'investissement fourni par le/la proche aidant-e en octroyant une allocation. Diverses modalités régissent ces allocations qui peuvent prendre la forme d'indemnités forfaitaires.

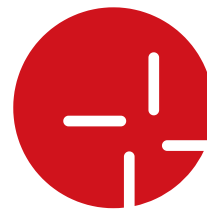
Des bonifications pour tâches d'assistance peuvent être demandées par le/la proche aidant-e et ainsi augmenter son compte individuel AVS. Pour cela, il faut que la personne aidée touche une allocation pour impotence moyenne ou grave d'une assurance (AI ou AVS).

- **Repas à domicile**

De nombreux cantons ont instauré des services de livraison de repas à domicile. Ainsi des plats respectant les indications médicales et besoins nutritionnels sont livrés au/à la proche.

- **Accueil de jour, foyer ou centre de jour**

Ces structures accueillent le/la proche âgé-e durant la journée. Ainsi, elles permettent à la personne de continuer à vivre chez elle tout en bénéficiant d'un lieu d'accueil adapté durant la journée. Durant ces accueils le proche bénéficie d'un suivi médical mais également d'activités et lui permet d'échanger avec d'autres personnes de son âge.



OÙ TROUVER DE L'AIDE ?

Info Work + Care est un site dédié aux proches aidants. Il fournit des informations sur les aspects financiers ainsi que légaux, donne de nombreux conseils et répertorie les adresses utiles par canton : <http://www.info-workcare.ch/fr/page/informations-generales>

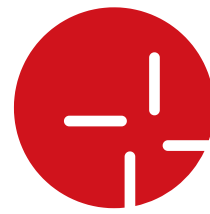
La CIPA (Communauté d'intérêt des proches aidants) est l'association faîtière fondée pour communiquer les préoccupations des proches aidant-e-s au monde politique. Elle regroupe une dizaine de membres collectifs agissant au niveau cantonal ou national : <https://www.cipaigab.ch>

La Croix Rouge suisse répond aux questions des proches aidants-e. De plus, les antennes cantonales offrent des prestations de soutien et de relais : <https://proche-aidant.redcross.ch>

Pro Senectute fournit des informations sur les aspects financiers et juridiques de la prise en charge et les soins à domicile. Cela concerne la caisse d'assurance maladie, l'allocation pour impotent, le crédit d'assistance et le dossier de prévoyance : <https://www.prosenectute.ch/fr/infos/sante/aide-a-un-proche.html>

Pro Senectute propose de nombreuses prestations pour les seniors. Profitez-en pour vos proches :

- Logement pour personnes âgées
- Repas livrés
- Aides ménagère
- Soutien administratif
- Service de visite et autres services fournis par des bénévoles
- Service d'accompagnement et de transport



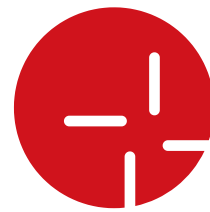
CONCLUSION

S'occuper d'un-e proche est gratifiant et valorisant mais peut également être épuisant, notamment pour les personnes ayant une activité professionnelle. En effet, **la conciliation entre vie privée et travail** peut devenir un véritable défi quotidien.

Il **existe différentes solutions** pour favoriser cette conciliation que cela soit dans le cadre des rapports de travail ou en faisant appel à des structures accompagnant le/la proche aidant-e.



Renseignez-vous et n'hésitez pas à demander de l'aide



BIBLIOGRAPHIE

- Info Work+Care, Conseils pratiques (en ligne), consulté le 18.07.2022.
- Info Work+Care, Informations générales (en ligne), consulté le 18.07.2022.
- Code des obligations du 30 mars 1911, RS 220.
- Martine Stückelberg, Concilier activité professionnelle et responsabilités familiales : les nouveaux congés de paternité et de prise en charge, la prolongation du congé de maternité, Le Semaine judiciaire 2022, p. 308.
- Office fédéral de la statistique, Enquête sur la santé, Neuchâtel, 2017.
- Philippe Gnaegi, La politique familiale en Suisse, Zurich, Schulthess, 2021.
- Pro Familia Suisse, Solidarité intergénérationnelle (en ligne), consulté le 18.07.2022.