



ORPEA

LA VIE CONTINUE AVEC NOUS

CLINEA
GROUPE CLINIQUES

Les séjours de répit Les solutions d'aide à domicile

LIVRET CONSEILS DÉDIÉ AUX AIDANTS

Accompagner les aidants,
c'est aussi agir en faveur de la personne aidée

www.orpea.com

Soutenir un proche âgé en perte d'autonomie nécessite souvent une énergie et une disponibilité importantes. L'aidant familial peut ainsi se sentir fatigué ou avoir besoin de s'absenter pour des raisons personnelles.

Afin de favoriser le maintien à domicile dans les meilleures conditions et le plus longtemps possible, il est important de se faire aider, ponctuellement ou régulièrement. Ces moments de repos vous soulageront, vous permettront de vous ressourcer et de prendre du recul afin de mieux assumer votre rôle d'aidant au quotidien.

Ce livret conseils présente en détail toutes les solutions de répit possibles, en maison de retraite et à domicile, dans le but d'épauler les aidants familiaux et contribuer au maintien de l'autonomie des personnes âgées.

Pour connaître l'ensemble des solutions de répit existantes près de chez vous : renseignez-vous auprès du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) ou du Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) de votre commune.



SOMMAIRE

LES SEJOURS DE REPIT EN INSTITUTION

L'accueil de jour	p 4
L'hébergement temporaire	p 5
Les séjours de longue durée	p 6

LES SOLUTIONS D'AIDE A DOMICILE

Les tâches ménagères et services de confort	p 7
Accompagnement, assistance et aide à l'hygiène	p 7
Soins infirmiers et soins techniques	p 9
La téléassistance	p 9
Le portage de repas	p 10
Le portage de médicaments	p 10
Les transports	p 10

FICHE PRATIQUE : LES CONGES RESERVES AUX AIDANTS SALARIES

P 11

LES SEJOURS DE REPIT EN INSTITUTION

Ces séjours peuvent être envisagés de manière transitoire, si vous aidez un proche âgé à domicile et avez besoin d'être relayé temporairement ou de vous reposer.

Ils peuvent aussi être l'occasion, pour la personne âgée, de découvrir la vie en maison de retraite.

Ce type d'accueil nécessite un agrément.

L'ACCUEIL DE JOUR

Cette prise en charge peut être proposée une ou plusieurs fois par semaine, selon les besoins de la personne et de son aidant.

Les unités d'accueil de jour sont généralement ouvertes du lundi au vendredi, de 9h à 17h. Certains établissements peuvent également recevoir les personnes âgées à la demi-journée.

Cette prise en charge contribue au maintien à domicile et au maintien de l'autonomie le plus longtemps possible, en proposant :

- des locaux spécifiques au sein d'une maison de retraite médicalisée,
- une équipe dédiée composée de professionnels formés, qui veillent au bien-être et sont à l'écoute des proches,
- un projet thérapeutique personnalisé pour chaque personne âgée accueillie,
- une vie sociale riche et stimulante,
- des activités régulières, ludiques et adaptées aux personnes âgées: ateliers mémoire et de stimulation cognitive, gymnastique douce pour entretenir la motricité, activités socioculturelles (revue de presse, jeux de société, ateliers manuels, ...), activités conviviales favorisant la détente et le plaisir (thé dansant, repas à thème ...).

Les tarifs varient d'un établissement à l'autre, selon les financements accordés par le département ou l'Assurance Maladie. Son coût, ainsi que les frais de transports liés, peuvent être partiellement pris en charge dans le cadre de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie ou APA (vous reporter au livret conseils « aides et subventions »).

La procédure d'admission est similaire à celle d'un hébergement permanent ou temporaire : il convient de remplir un dossier médical et un dossier administratif, puis de réaliser une visite de pré-admission.

A noter : des accueils de jour spécifiques existent pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés. Dans ce cas, l'admission en unité d'accueil de jour se fait après un diagnostic établissant l'existence de troubles neurodégénératifs, au cours d'une consultation mémoire.

L'HEBERGEMENT TEMPORAIRE

Certaines maisons de retraite médicalisées proposent des courts séjours, d'une durée limitée allant d'une semaine à trois mois, renouvelables une fois.

Pourquoi avoir recours à l'hébergement temporaire ?

- pour vous reposer sans culpabiliser, en assurant une continuité de la prise en charge de votre parent par des professionnels formés,
- pour vous absenter en toute sérénité,
- pour faire face à un arrêt des services à domicile auxquels vous avez habituellement recours (congés ou maladie du salarié par exemple),
- pour faire face à une période de réfection ou d'adaptation du logement de la personne âgée,
- pour gérer en toute sécurité la sortie d'hospitalisation de votre proche, dont le niveau d'autonomie ne permet pas un retour immédiat à domicile.

La personne âgée hébergée en séjour temporaire bénéficie des mêmes services et de la même prise en charge que les autres résidents vivant dans l'établissement. Durant son séjour, vous avez la possibilité de lui rendre visite à votre convenance, de même que ses proches et ses amis.

Les tarifs varient en fonction de la situation géographique et des services complémentaires proposés. Le coût est à la charge du résident, sauf s'il bénéficie d'une aide financière, telle que l'Aide Sociale à l'Hébergement ou l'Aide Personnalisée au Logement (vous reporter au livret conseils « aides et subventions »).

La procédure d'admission est similaire à celle d'un hébergement permanent : il convient de remplir un dossier médical et un dossier administratif, puis de réaliser une visite de pré-admission.

Important :

- Dans tous les cas, avant de choisir un établissement, nous vous conseillons de le visiter au préalable, et de profiter de la visite pour discuter avec les équipes de la Résidence (vous reporter au livret conseil « Bien préparer une entrée en maison de retraite »).
- L'entrée d'une personne âgée en établissement, à titre temporaire ou permanent, ne peut avoir lieu sans la signature préalable d'un contrat : à lire attentivement.

LES SEJOURS DE LONGUE DUREE

Cette solution est à envisager si le maintien à domicile de votre proche âgé n'est plus possible.

Si vous êtes effectivement dans ce cas, n'hésitez pas à vous reporter au livret conseils « Bien préparer une entrée en maison de retraite », qui vous guidera vers la bonne conduite à tenir afin de préparer et réussir une intégration en institution.



UNE EQUIPE A VOTRE ECOUTE

Que vous recherchiez une résidence retraite médicalisée pour un court séjour, un hébergement de longue durée, ou simplement une place en accueil de jour, ORPEA Infos Services est là pour vous guider et vous proposer la solution la plus adaptée à vos besoins.

**Préparons et construisons ensemble
votre séjour en maison de retraite**

Une équipe à votre écoute : 01 40 78 15 15

Contactez nos équipes du lundi au vendredi de 9h à 18h, ou par mail à :
infos.services@orpea.net



www.orpea.com

LES SOLUTIONS D'AIDE A DOMICILE

TACHES MENAGERES ET SERVICES DE CONFORT

Vous pouvez faire appel à une aide ménagère afin d'assurer l'entretien courant du domicile de la personne âgée : ménage, rangement, entretien du linge, repassage, achats des repas, mais également jardinage et bricolage.

Sont exclus des tâches de l'aide ménagère : les gros travaux (lessiver les murs, déplacer des meubles lourds...) et les soins (d'hygiène, de confort, ou techniques).

L'aide à domicile respecte vos choix de vie et aide à rompre l'isolement.

Où se renseigner ?

- Si votre proche reçoit l'aide sociale départementale, adressez-vous au CCAS de sa Mairie.
- Si votre parent est retraité du régime général et si l'aide ménagère dépend de sa caisse de retraite, adressez-vous à la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (CARSAT).
- Si votre proche est retraité du régime agricole et si l'aide ménagère dépend de sa caisse de retraite, adressez-vous à la Mutualité Sociale Agricole.
- Si votre proche est retraité du régime des indépendants et si l'aide ménagère dépend de sa caisse de retraite, adressez-vous à la Caisse Régionale du Régime Social des Indépendants.

A noter : pour demander l'exonération des cotisations, vous pouvez vous adresser à l'URSSAF.

ACCOMPAGNEMENT, ASSISTANCE ET AIDE À L'HYGIÈNE

A la différence de l'aide ménagère qui se limite aux tâches liées à l'entretien de la maison, l'aide à domicile ou auxiliaire de vie a des responsabilités plus étendues. Elle aidera votre parent dans l'accomplissement des actes essentiels de la vie courante :

- l'aide à l'habillage et l'aide à l'hygiène ;
- la réalisation des courses, la préparation et l'aide aux repas ;
- l'aide à la prise de médicaments (à condition que ces derniers aient été prescrits par un médecin) ;
- l'accomplissement des tâches ménagères ;
- l'accompagnement de la personne dans ses activités de loisirs, y compris extérieures, et de la vie sociale (promenades, sorties) ;
- l'aide aux démarches administratives.
- garde de jour ou de nuit selon législation en vigueur.

Certains gestes sont mieux acceptés par la personne fragilisée quand ils sont faits par des tiers (comme la toilette, la prise des repas...)

L'aide à domicile travaille souvent en collaboration avec les médecins et les infirmières, et pourra se charger de coordonner l'intervention des personnels de santé. Elle a une fonction sociale importante et dispose de compétences relationnelles pour favoriser le maintien des liens sociaux. Elle intervient généralement 7j/7, même les jours fériés.

Où se renseigner ?

Vous pouvez vous adresser auprès du CCAS de votre Mairie, du CLIC, ou des services d'aides et de soins d'accompagnement à domicile.



ORPEA

DIVISION DOMICILE

“ Il faut aussi prendre soin des aidants familiaux... ”

Damien Cacaret, Directeur de la Division Domicile ORPEA

Parce qu'ils attendent souvent le dernier moment pour faire appel à des aides extérieures, les aidants mettent fréquemment leur santé en danger. Pour les soutenir, les équipes de la Division Domicile ORPEA proposent des prestations adaptées, personnalisées, qui respectent les contraintes de chacun.

Un soutien en moins de 48h

Pour simplifier la vie des aidants et les soutenir dans leur accompagnement, les professionnels de l'aide à domicile se déplacent 7j/7 sur simple appel. Après une évaluation gratuite des besoins, les prestations sont proposées en fonction du rythme de vie, des contraintes de la personne fragilisée et de son entourage. La prise en charge s'effectue dans les 48h.

Des professionnels de confiance

Formé et qualifié, le personnel est expérimenté et respectueux des besoins de chacun. Réactif, vigilant, tous les intervenants savent comment agir selon les situations et apporter le confort dont chacun a besoin. Leur présence et leur qualité d'écoute sont un vrai soutien pour les aidants familiaux qui doivent faire face à de nombreuses problématiques.

Retrouvez toutes les prestations et exclusivités des enseignes de la Division Domicile Orpea sur nos sites internet :

www.adhapservices.fr



www.domidom.fr

SOINS INFIRMIERS ET SOINS TECHNIQUES

Pour les soins infirmiers et techniques, vous pouvez faire appel à :

- **un(e) infirmier(e) diplômé(e)** pour assurer les soins prescrits par le médecin traitant (piqûre, prélèvement sanguin, soin d'escarre ou de plaie, ...), **ou au SSIAD (Service de Soins Infirmiers à Domicile) de votre commune** qui propose également ce type de prise en charge (la prise en charge financière dépend de la sécurité sociale et nécessite donc une prescription médicale) ;
- **un kinésithérapeute** qui se chargera, sur prescription médicale, de la rééducation de votre parent, afin de développer ou entretenir sa motricité / son autonomie.

Important : demandez conseil à votre médecin traitant.

LA TELEASSISTANCE

La téléassistance permet à une personne âgée isolée ou handicapée de déclencher une alarme en cas de problème (chute, malaise, ...), par le biais d'un médaillon ou d'un bracelet.

Cette solution permet à la personne de rester à son domicile en toute sérénité et d'obtenir rapidement de l'aide ou des secours 24h/24 et 7j/7, offrant une réelle tranquillité d'esprit, aussi bien à l'intéressé qu'à son entourage. Selon l'abonnement choisi, le service de téléassistance alerte l'entourage ou fait intervenir immédiatement les services d'urgence tels que les pompiers, ou la gendarmerie.

Où se renseigner ?

Il faut d'abord contacter le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de la Mairie, puis la caisse de retraite ou la mutuelle de votre proche pour vous procurer la liste des associations ou entreprises qui proposent de tels services sur la commune ou le département.

Si rien n'est prévu, contactez directement des structures d'aide à domicile. Choisissez une structure où les intervenants sont formés, capables de réagir vite en tenant compte de votre rythme de vie.

A titre expérimental, certains Conseils Généraux ou sociétés d'assurance proposent également des dispositifs de détection de chute. La personne âgée porte un patch relié à des capteurs installés dans chaque pièce du domicile, eux-mêmes reliés à une centrale d'appel. En cas de chute, si la personne ne répond pas ou n'est pas en mesure de se relever, les premiers secours sont déclenchés.

LE PORTAGE DE REPAS

Des services de préparation et de livraison de repas à domicile existent afin de vous octroyer quelques heures de temps libre par jour.

Pour en bénéficier, vous pouvez vous adresser auprès de votre municipalité, de structures d'aide à la personne qui proposent ce service.

Bon à savoir : le tarif du portage de repas peut être financé par l'APA, dans le cadre d'un plan d'aide partielle ou totale (vous reporter au livret conseils « aides et subventions »).

LE PORTAGE DE MEDICAMENTS

Le code de la santé publique autorise le portage à domicile de médicaments, à condition qu'il soit effectué à la demande du patient et sous pli scellé. Ce service peut ainsi être envisagé lorsque la personne âgée est dans l'impossibilité de se déplacer, notamment en raison de son âge, de sa santé ou de l'éloignement géographique de son domicile.

Certaines pharmacies peuvent livrer les médicaments à domicile et aider à préparer le pilulier de la personne âgée. N'hésitez pas à vous renseigner auprès des pharmacies voisines.

A noter : les professionnels de santé favorisent la dispensation de médicaments à domicile plutôt que la simple livraison afin de s'assurer de la bonne compréhension des traitements et de veiller à la bonne prise des médicaments.

LES TRANSPORTS

Il existe des modes de transports pris en charge pour aider une personne âgée à se rendre à une consultation médicale, faire ses courses ou rendre visite à ses proches.

Les transports en taxi peuvent ainsi être pris en charge par la Sécurité Sociale, et ceux en Véhicule Sanitaire Léger par le Conseil Général si la société qui s'en charge est subventionnée. Certaines Mairies proposent même des services gratuits !

Renseignez-vous auprès des professionnels (votre médecin traitant, les équipes du CLIC...).

L'AGIRC - ARRCO propose des chéquiers « SORTIR + » à ses bénéficiaires âgés de plus de 80 ans. Contactez votre caisse de retraite complémentaire pour en connaître les modalités d'attribution.

FICHE PRATIQUE : LES CONGES RESERVES AUX AIDANTS SALARIES

LE CONGÉ DE SOLIDARITÉ FAMILIALE

Tout proche, salarié d'une entreprise, souhaitant accompagner un parent en fin de vie peut bénéficier de ce congé sans solde d'une durée de 3 mois, renouvelable une fois sur présentation d'un certificat médical attestant de la gravité de l'état de santé de son parent.

Ce proche peut être :

- un ascendant (père, mère...) ou un descendant (enfant, petit enfant...) ;
- un frère ou une sœur ;
- une personne vivant à son domicile (conjoint, concubin, partenaire lié par un PACS...);
- une personne de confiance (désignée par écrit).

A noter :

- Le congé de solidarité familiale remplace, depuis 2003, le congé d'accompagnement d'une personne en fin de vie.
- Il ne peut être ni reporté, ni refusé par votre employeur qui, en principe, ne vous rémunère pas pendant la durée du congé. Vous pouvez cependant percevoir, sur une période qui ne peut excéder 21 jours, l'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie.

Les démarches à effectuer :

Adressez à votre employeur, au moins 15 jours avant le début du congé, une lettre recommandée avec avis de réception l'informant de votre volonté de bénéficier de ce congé. Cette lettre doit être accompagnée d'un certificat médical, établi par le médecin traitant de la personne, attestant qu'elle souffre d'une pathologie mettant en jeu le pronostic vital, ou qu'elle est en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable, et que vous souhaitez l'assister.

À noter qu'aucune démarche particulière n'est à effectuer auprès de votre caisse d'Assurance Maladie.

Le congé du proche aidant

Tout aidant familial peut bénéficier de ce congé pour une durée de 3 mois, renouvelable dans la limite d'un an, sous réserve d'avoir 2 ans d'ancienneté au sein de son entreprise.

Lorsque votre quotidien à domicile devient trop difficile,
les équipes ORPEA sont à votre service pour vous
proposer des solutions de prise en charge personnalisées :



- ▶ Aide à domicile
- ▶ Accueil de jour
- ▶ Courts séjours et longs séjours en résidences retraite médicalisées (EHPAD)
- ▶ Unité de vie spécialisée dans l'accompagnement des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés
- ▶ Clinique gériatrique pour un bilan d'évaluation.



LES RÉSIDENCES RETRAITE ORPEA :
DES LIEUX DE VIE ALLIANT CONFORT HÔTELIER,
CONVIVIALITÉ ET SOIN DE QUALITÉ

- Des équipes soignantes attentives au bien-être de nos aînés ;
- Un cadre de vie adapté, ergonomique et confortable ;
- Des activités socioculturelles et psychothérapeutiques chaque jour.

Pour obtenir des informations sur la vie en maison de retraite,
et des conseils pour préparer sereinement un séjour :

ORPEA
Infos Services

est là pour vous guider et vous
proposer la solution la mieux adaptée

Une équipe de spécialistes
à votre écoute au

☎ **01 40 78 15 15**

✉ infos.services@orpea.net

Android



Retrouvez toutes les Résidences ORPEA sur :
www.orpea.com
ou téléchargez notre application mobile

iPhone

