



**l'Assurance
Maladie**
Agir ensemble, protéger chacun

ameli.fr

Proches aidants



Mardi 10 mars 2026 - 10h30 à 12h00 | Présenté par les experts Caf, Cnam et Carsat

**webinaires
partenaires**



Avec la Caf, la Cnam et la Carsat

Sommaire

Définition et contexte

L'allocation journalière de présence parentale

L'allocation journalière du proche aidant
L'accompagnement à la fonction parentale

L'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie

L'aide au répit du travailleur indépendant actif

L'assurance vieillesse des aidants

Retraite : vous êtes aidants d'un enfant en situation de handicap

Retraite : vous êtes aidants d'un adulte en situation de handicap

Pour aller plus loin





Définition et contexte

Le proche aidant



Le proche aidant

Une personne apportant un soutien à un ou plusieurs membres de son entourage présentant une incapacité temporaire ou permanente, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non.





2

L'allocation journalière de présence parentale AJPP

L'allocation journalière de présence parentale

L'allocation journalière de présence parentale (AJPP) est une prestation qui n'est pas soumise à condition de ressources. En plus d'avoir des soins attestés par le médecin, le bénéficiaire doit remplir ces 3 conditions :

- **Remplir les conditions générales d'ouverture de droit** : être allocataire ou conjoint, remplir les conditions de nationalité et de résidence identiques aux prestations familiales et arrêter ponctuellement son activité professionnelle ou situation assimilée.
- **Avoir un enfant à charge au sens des prestations familiales**, de la naissance au mois des 20 ans inclus.
- Votre enfant est atteint d'une maladie, d'un handicap ou victime d'un accident grave nécessitant une présence et des soins contraignants.



Comment faire la demande ?

La demande est accessible en toute autonomie sur Caf.fr, depuis votre espace personnel. Le formulaire est à télécharger et à compléter avec les informations relatives à votre situation, accompagné d'un certificat médical sous pli cacheté établi par votre médecin.

Afin de vous accompagner dans ces démarches, nos conseillers sont disponibles en rendez-vous physiques ou téléphoniques du lundi au vendredi de 8 à 12h et de 13 à 16h.

L'allocation journalière de présence parentale

Les bénéficiaires

Salarié d'une entreprise privée ou publique

Doit exercer une activité professionnelle, ou assimilée et être bénéficiaire lorsqu'il est salarié, d'un congé de présence parentale

Salarié de particulier employeur Travailleur indépendant VRP

Doit attester de jours d'arrêt d'activité professionnelle

Stagiaire de la formation professionnelle rémunérée

Doit cesser totalement sa formation professionnelle

Chômeur indemnisé

Doit cesser toute recherche d'emploi.
L'indemnisation chômage du demandeur ne doit pas obligatoirement être suspendue pour pouvoir prétendre à l'AJPP. Le nombre de jours indemnisés au titre de l'AJPP communiqué à France Travail à M+1 est déduit du nombre de jours indemnisés au titre du chômage.



L'allocation journalière de présence parentale

Le droit et sa durée

Pour chaque enfant, le droit AJPP peut être ouvert pour une période maximale de 3 ans au cours de laquelle vous pouvez bénéficier de 310 jours AJPP, versés simultanément ou alternativement aux 2 membres du couple de parents dans la limite de 22 jours par mois.

Le droit sera ouvert pour l'enfant pour une durée maximum de 12 mois, à compter de la date de début de la durée prévisible des soins, même si celle-ci est établie pour une durée supérieure.

A l'issue de cette première période prévisible, le droit peut être renouvelé pour une nouvelle période de 12 mois, dans la limite des 3 ans, sur production de l'imprimé de renouvellement dûment complété par le médecin.

En cas de nouvelle pathologie, il convient de refaire une nouvelle demande pour de nouveau prétendre à 310 jours sur une nouvelle période de 3 ans.

Après une période de 3 ans : vous pouvez demander le renouvellement de votre droit pour 310 jours au titre de la même pathologie, en cas de rechute ou de récurrence, ou lorsque des soins contraignants et votre présence soutenue sont toujours nécessaires.

Avant la fin de la période de 3 ans : vous pouvez demander un renouvellement exceptionnel de votre droit au titre de la même pathologie. Ce renouvellement est ouvert une seule fois et de nouveau pour 310 jours.



L'allocation journalière de présence parentale

Païement du droit

La Caf vous verse mensuellement une somme d'allocations journalières représentant le nombre de jours d'absence pris au titre du congé de présence parentale dans la limite de 22 jours par mois.

66,64€ pour un jour d'absence

33,32€ par demi-journée d'absence
Hors chômeurs et stagiaires de la formation
professionnelle

128,34 € complément mensuel

1468,08 € pour un mois complet

Chaque fin de mois, nous vous adressons une attestation à compléter et à retourner en début de mois suivant.
Le paiement s'effectuera à réception de ce document.



Le complément mensuel est versé en cas de dépenses liées à l'état de santé de l'enfant pour un montant supérieur à 128,98 €. Il est soumis à condition de ressources.

Les frais doivent être liés directement à la maladie de l'enfant, par exemple :

- ✓ frais de transport
- ✓ médicaments non remboursés,
- ✓ soins à domicile,
- ✓ produits de "confort" (vitamines et complément nutritionnels, pommades pour certaines affections génétiques dermatologiques, etc.),
- ✓ achat d'équipements spécifiques,
- ✓ chambre proche de l'hôpital,
- ✓ justificatif autoroutes...

L'allocation journalière de présence parentale

Règles de cumul

Vous ne pouvez pas bénéficier de l'AJPP si vous percevez :

- ✓ Des indemnités journalières (maladie, maternité, paternité ou d'accident de travail)
- ✓ L'allocation forfaitaire de repos maternel (ou l'allocation de remplacement pour maternité)
- ✓ Une pension de retraite ou d'invalidité
- ✓ L'allocation aux adultes handicapés (Aah)
- ✓ La Prepare (prestation partagée d'éducation de l'enfant)
- ✓ La prestation compensatoire du handicap
- ✓ Le complément et la majoration pour parent isolé de l'AEEH pour le même enfant 

 **Impact sur les prestations : affiliation automatique à l'assurance vieillesse du régime général. La perception du seul complément pour frais ne permet pas l'affiliation.**

BON À SAVOIR

La Caf vous verse le montant le plus élevé si vous percevez un complément de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (Aeeh) pour votre enfant en situation de handicap.

Vous souhaitez savoir si vous pouvez bénéficier de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (Aeeh) et de la prestation de compensation du handicap ?

Vous pouvez vous renseigner auprès de votre Maison départementale des personnes handicapées (MDPH)

Vous souhaitez en savoir plus sur l'AEEH ?
Rendez-vous sur Caf.fr



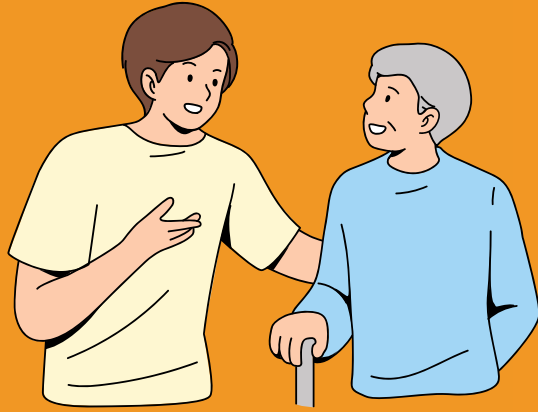
2

L'allocation journalière du proche aidant AJPA

L'allocation journalière du proche aidant

L'allocation journalière du proche aidant (Ajpa) est entrée en vigueur le 30 septembre 2020.

- Elle compense la diminution de revenu liée à des absences ponctuelles d'activité ou assimilée pour s'occuper d'un proche en perte d'autonomie.
- L'Ajpa n'est pas une prestation familiale, il s'agit d'un revenu de remplacement soumis à CRDS, CSG et à l'impôt sur le revenu.
- Elle n'est pas soumise à condition de ressources. Les conditions relatives à la nationalité et à la résidence sont identiques à celles déterminées pour ouvrir le droit aux prestations familiales.



LE CONGÉ PROCHE AIDANT

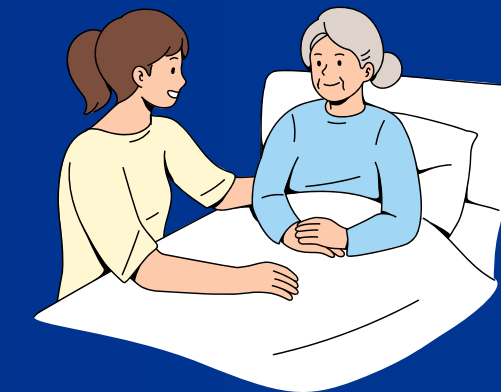
VOUS PERMET DE RÉDUIRE OU CESSER VOTRE ACTIVITÉ

Le congé de proche aidant **permet de cesser ou réduire provisoirement votre travail pour vous occuper d'un proche handicapé ou en perte d'autonomie***.

* Le handicap ou la perte d'autonomie doit être caractérisé comme particulièrement grave, à savoir supérieur ou égal à 80% (pour les personnes handicapées) ou classé dans le groupe I, II ou III de la grille AGGIR (pour les personnes en perte d'autonomie).

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?	DANS QUELLES CONDITIONS ?	PENDANT COMBIEN DE TEMPS ?	COMMENT L'OBTENIR ?
Il est accessible à tous (salariés, fonctionnaires, demandeurs d'emploi ...)	Il est valable pour vous occuper d'un membre de votre famille ou toute personne handicapée ou âgée vivant en France avec qui vous entretenez des relations étroites	3 mois renouvelables jusqu'à un maximum d'1 an au cours de votre carrière (sauf en cas de convention d'entreprise). Il peut être fractionné ou utilisé pour alléger votre temps de travail hebdomadaire.	Par simple demande écrite à votre employeur. Le congé proche aidant ne peut être refusé. Faire une demande en Caf ou MSA

L'allocation journalière du proche aidant



Conditions d'éligibilité

Conditions relatives à l'aidant

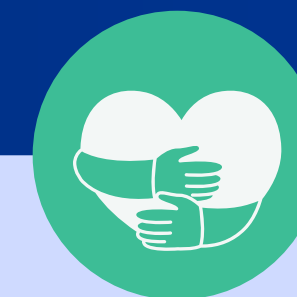
Il peut être le responsable dossier, le conjoint, le concubin ou le partenaire d'un Pacs.

- ✓ Il doit résider en France de manière stable et régulière
- ✓ Il doit disposer d'un droit au séjour ou d'un titre de séjour régulier en France
- ✓ Il doit exercer une activité professionnelle, ou assimilée et être bénéficiaire, lorsqu'il est salarié d'un congé proche aidant,
- ✓ Il doit interrompre ponctuellement son activité professionnelle, sa formation ou sa recherche d'emploi pour s'occuper d'une personne dépendante ou handicapée.

Conditions relatives à l'aidé

Il peut être le responsable dossier, le conjoint, le concubin ou le partenaire d'un Pacs.

- ✓ Résider ou non avec l'aidant
- ✓ Résider de manière stable et durable en France
- ✓ Avoir ou non un lien de parenté avec l'aidant
- ✓ Entretenir des liens étroits et stables avec l'aidant
- ✓ Être assisté par l'aidant dans les actes / activités de la vie quotidienne de manière régulière et fréquente, et ce, à titre non professionnel
- ✓ Être ou non à charge des prestations familiales de l'aidant



Le proche aidé

Adulte ou enfant en situation de handicap présentant un taux d'incapacité supérieur ou égal à 80 % reconnu par un organisme (Cap ou MDPH)

OU

Personne âgée de plus de 60 ans reconnue en GIR à IV

OU

Personne invalide ou bénéficiaire de rente d'accident du travail et de maladie professionnelle avec majoration tierce personne (MTP) ou avec prestation complémentaire pour recours à tierce personne (PC RTP)

L'allocation journalière du proche aidant

Païement du droit

Vous pouvez bénéficier de 22 jours ouvrés d'Ajpa par mois maximum par personne et, sur l'ensemble de votre carrière professionnelle, de 66 jours par personne, dans la limite de 4 personnes, soit 264 jours au total.

L'Ajpa étant fractionnable à la demi-journée (sauf stagiaires et demandeurs d'emploi), il est possible de valoriser 528 demi-journées au maximum sur l'ensemble de la carrière de l'aidant.

Le montant de l'AJPA est adossé à la valeur du Smic journalier après déduction des cotisations (CRDS et CSG).

Depuis le 1er janvier 2026, le montant est de :

66,64€ pour un jour d'absence

33,32€ par demi-journée d'absence

**Chaque mois, nous vous adressons une attestation à compléter.
Le paiement est réalisé à réception de cette attestation.**



Vos Prestations Caf
Ajpa - Attestation mensuelle

N° ALLOCATAIRE : 0000198
Personne concernée :

[MMME ou M] Nom Prénom
Adresse
Adresse
xxxxx COMMUNE

Le xx/xx/2020

[Madame, Monsieur]

Pour nous permettre de calculer votre droit à l'allocation journalière de proche aidant, merci de nous retourner ce document complété et signé.

Veuillez recevoir, [Madame/Monsieur], nos salutations respectueuses.

Prénom Nom Fonction

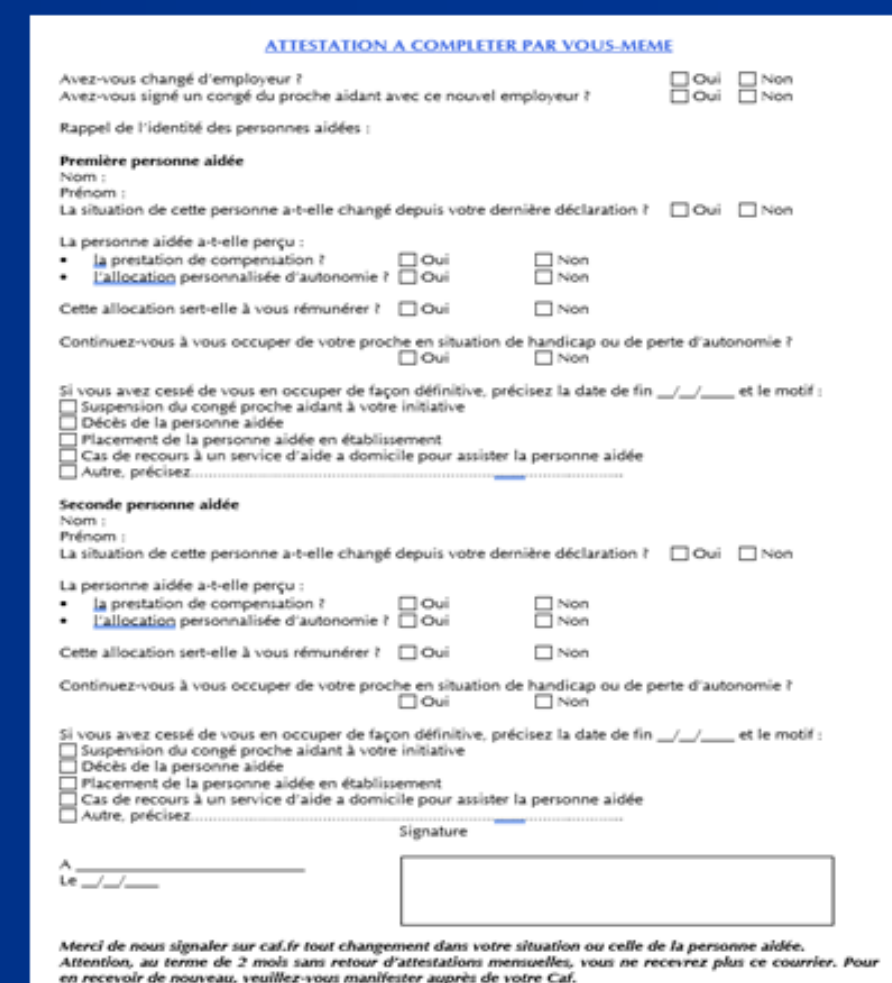
Pour le mois de x.

ATTESTATION A COMPLETER PAR L'EMPLOYEUR

L'entreprise
atteste que la personne désignée ci-dessus a pris pour le mois de ____ jours de congé proche aidant.
Pour ce mois, la personne aurait dû travailler ____ jours.

A _____
Le ____/____/____

Signature et cachet de l'entreprise



ATTESTATION A COMPLETER PAR VOUS-MEME

Avez-vous changé d'employeur ? ☐ Oui ☐ Non
Avez-vous signé un congé du proche aidant avec ce nouvel employeur ? ☐ Oui ☐ Non

Rappel de l'identité des personnes aidées :

Première personne aidée
Nom :
Prénom :
La situation de cette personne a-t-elle changé depuis votre dernière déclaration ? ☐ Oui ☐ Non

La personne aidée a-t-elle perçu :
• la prestation de compensation ? ☐ Oui ☐ Non
• l'allocation personnalisée d'autonomie ? ☐ Oui ☐ Non

Cette allocation sert-elle à vous rémunérer ? ☐ Oui ☐ Non

Continuez-vous à vous occuper de votre proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie ? ☐ Oui ☐ Non

Si vous avez cessé de vous occuper de façon définitive, précisez la date de fin ____/____/____ et le motif :
☐ Suspension du congé proche aidant à votre initiative
☐ Décès de la personne aidée
☐ Placement de la personne aidée en établissement
☐ Cas de recours à un service d'aide à domicile pour assister la personne aidée
☐ Autre, précisez : _____

Seconde personne aidée
Nom :
Prénom :
La situation de cette personne a-t-elle changé depuis votre dernière déclaration ? ☐ Oui ☐ Non

La personne aidée a-t-elle perçu :
• la prestation de compensation ? ☐ Oui ☐ Non
• l'allocation personnalisée d'autonomie ? ☐ Oui ☐ Non

Cette allocation sert-elle à vous rémunérer ? ☐ Oui ☐ Non

Continuez-vous à vous occuper de votre proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie ? ☐ Oui ☐ Non

Si vous avez cessé de vous occuper de façon définitive, précisez la date de fin ____/____/____ et le motif :
☐ Suspension du congé proche aidant à votre initiative
☐ Décès de la personne aidée
☐ Placement de la personne aidée en établissement
☐ Cas de recours à un service d'aide à domicile pour assister la personne aidée
☐ Autre, précisez : _____

Signature

A _____
Le ____/____/____

Merci de nous signaler sur caf.fr tout changement dans votre situation ou celle de la personne aidée.
Attention, au terme de 2 mois sans retour d'attestations mensuelles, vous ne recevrez plus ce courrier. Pour en recevoir de nouveau, veuillez-vous manifester auprès de votre Caf.

L'allocation journalière du proche aidant

Règles de cumul

Vous ne pouvez pas bénéficier de l'Ajpa si vous percevez :

- ✓ Des indemnités journalières maternité, paternité, adoption pour un mois complet
- ✓ L'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie (AJAP) + congé de solidarité familiale
- ✓ Indemnisation journalières chômage pour un mois complet
- ✓ Complément et majoration AEEH
- ✓ La Prepare (prestation partagée d'éducation de l'enfant)
- ✓ L'Aah (même pour les personnes handicapées exerçant une activité)
- ✓ L'AJPP
- ✓ Une indemnisation des congés pour maladie ou pour accident du travail sur l'intégralité du mois sauf en cours de droit si aidant à temps partiel
- ✓ L'Ajpa n'est pas due lorsque le proche aidant est employé par la personne aidée et rémunéré au moyen de son allocation personnalisée d'autonomie (APA) à domicile ou de sa prestation de compensation du handicap (PCH).



L'accompagnement à la fonction parentale

Dispositif soutenu par Caf de la Savoie
AIDE ET ACCOMPAGNEMENT A DOMICILE



Conditions d'attribution

- ✓ Avoir au moins un enfant à charge âgé de moins de 18 ans ou attendre son premier enfant.
- ✓ Rencontrer une difficulté passagère, fragilisant l'autonomie sociale de la famille et entraînant des répercussions sur les enfants.
- ✓ Accepter de régler le montant de la participation financière, calculé en fonction du quotient familial.



Cadre d'intervention

- ✓ Arrivée d'un enfant, dynamique et rupture familiale, inclusion et épuisement parental.
- ✓ Motif « Inclusion dans son environnement d'un enfant porteur d'un handicap » non lié à un évènement déterminé dans le temps > conditions souples.



Modalités d'intervention

- ✓ Un an d'intervention maximum à partir de la date de mise en place de l'intervention.
- ✓ Possibilité de l'absence du parent au domicile, durant l'intervention, de maximum 50%.
- ✓ Coût pour le parent > barème selon le QF > de 0,13€ à 11,88€/heure.
L'aide à Domicile est éligible au crédit d'impôt.

Partenaires de l'aide à domicile :

- ▶ AFD > 114 bis rue Pasteur - 73200 ALBERTVILLE 04 79 69 89 80
- ▶ ADMR Enfance et Parentalité > Chemin de la plaine - BP 39 - 73491 LA RAVOIRE Cedex 04 79 71 09 55

Dépliant
de l'aide à domicile
Familles en Savoie



L'accompagnement à la fonction parentale



Dispositif soutenu par Caf de la Savoie

BULLE D'AIR



Conditions d'attribution

- ✓ Avoir un enfant entre 3 et 20 ans, en situation de handicap.
- ✓ Être bénéficiaire de l'AJPP et/ou de l'AAEH.
- ✓ Accepter de régler le montant de la participation financière, calculé en fonction du quotient familial.



Cadre d'intervention

- ✓ Prendre le relai des parents pour prendre un moment de répit : se reposer, s'accorder du temps pour soi, s'occuper de la fratrie, mieux prévenir ou traverser les périodes de tension, se rendre à des rendez-vous médicaux...
- ✓ Un « relayeur », professionnel formé, prend en charge un enfant en situation de handicap dans des activités de loisirs ou de détente, au domicile ou à l'extérieur.



Modalités d'intervention

- ✓ Volume d'heure annuel > 200h pour 1 enfant, 300h pour 2 enfants de la fratrie.
- ✓ Minimum 3h d'intervention consécutives, pendant 18 mois > ensuite, possible de réviser la situation selon le besoin exprimé.
- ✓ Coût pour le parent > barème selon le QF > de 1€ à 5€/heure.
Bulle d'Air est éligible au crédit d'impôt.

Partenaire :

► Bulle d'air Savoie > 20 avenue des Chevaliers Tireurs 73000
CHAMBERY 04 79 62 87 38

Webinaire enregistré
pour découvrir l'offre de
Bulle d'Air en Savoie



L'accompagnement à la fonction parentale

Dispositif soutenu par Caf de la Savoie

PARRAINS PAR MILLE



Conditions d'attribution

- ✓ Avoir un enfant entre 3 et 25 ans.
- ✓ Se sentir isolé, être une famille monoparentale, rencontrer des difficultés de tout ordre avec son ou ses enfants, avoir un enfant en situation de handicap.
- ✓ Sans condition de ressource > parrainage gratuit.



Cadre d'intervention

- ✓ Un ou plusieurs parrains/marraines bénévoles accompagne votre ou vos enfants pour proposer des activités diverses et variées, gratuites ou payantes > balade en forêt, découverte de la ville, cinéma, aide aux devoirs, découverte d'un musée...
- ✓ Pour une bouffée d'oxygène, un moment d'apprentissage, de rire et d'amusement, d'ouverture culturelle, d'aide à la prise d'autonomie, à l'insertion professionnelle...



Modalités d'intervention

- ✓ Pendant 1 an pour commencer, pour 1 à 2 sorties/mois, possibilité d'être parrainé par 2 bénévoles.
- ✓ Gratuit pour les parents.

Partenaire :

► Parrains Par Mille Savoie > Maison des associations, 67 rue St François de Sales - 73000
CHAMBERY 06 16 51 23 33

Découvrir le
parrainage



L'accompagnement à la fonction parentale



Dispositif soutenu par Caf de la Savoie

RESEAU PASSERELLES



Conditions d'attribution

- ✓ **Pour qui ?**
Pour l'ensemble des familles ayant à charge un enfant en situation de handicap bénéficiaire de l'AAEH ou de l'AJPP
- ✓ Résider sur le département de la Savoie en octobre 2025,
- ✓ Avoir perçu l'AAEH ou l'AJPP en octobre 2025



Cadre d'intervention

- ✓ Le Réseau Passerelles propose des séjours de vacances en familles avec un enfant en situation de handicap,
- ✓ L'association s'occupe de la réservation sur plus de 20 sites de vacances labélisés, et se charge de préparer l'arrivée de l'enfant et de sa famille au regard du handicap de l'enfant. Un club enfant adapté « Club Passerelles » est mis à disposition des familles avec des animateurs qualifiés.



Modalités d'intervention

- ✓ La CAF de la Savoie prend en charge l'ensemble des surcoûts liés au handicap de l'enfant, soit **1 800 €** par semaine.
- ✓ En complément, la CAF de la Savoie prend en charge une partie des frais d'hébergement et de restauration (si demi-pension ou pension complète) sur les sites de vacances labélisés. La participation de la CAF est modulée en fonction du quotient familial d'octobre 2025 de la famille.



3

**L'aide au répit du
travailleur indépendant actif**



L'aide au répit du travailleur indépendant actif



L'aide au répit vise à aider et accompagner le travailleur indépendant (artisan ou commerçant) qui doit réduire son activité ou dont l'activité normale est altérée par la situation d'un proche en perte d'autonomie.

Cet engagement du travailleur indépendant en tant qu'« aidant » familial s'effectue au détriment de son activité professionnelle, ou augmente ses charges. Cela peut s'avérer particulièrement difficile pour le travailleur indépendant concerné et mettre en difficulté son entreprise.

Pour s'assurer un temps de répit, le travailleur indépendant aidant peut solliciter

Le proche aidant

- ✓ Aide financière au répit du TI actif (diminution d'activité)
- ✓ Soutien psychologique

Le proche aidé

- ✓ Séjour en hébergement temporaire
- ✓ Prise en charge au domicile (de jour, de nuit, 24h/24)
- ✓ Séjour de vacances accompagnées

*Liste non
exhaustive*

Il est à noter également qu'un dispositif d'urgence pourra être mis en place pour accompagner les aidés dont le proche aidant est hospitalisé.



L'aide au répit du travailleur indépendant actif

Conditions d'éligibilité



Critères d'éligibilité administratifs

- ✓ Être indépendant cotisant actif quel que soit le statut
- ✓ Avoir une activité indépendante exercée à titre principale en cas de poly activité
- ✓ Être aidant d'un proche
- ✓ Aucune durée d'affiliation minimale n'est exigée.



Conditions de ressources

- ✓ L'aide est appréciée au cas par cas. L'équité de traitement est le principe d'étude et d'intervention de l'action sociale.
- ✓ L'attribution de ces aides n'est pas systématique. Elle prend en compte la nature du besoin, la situation familiale, le montant des ressources, etc.



Modalités de prise en charge

- ✓ La durée de prise en charge est limitée à l'année civile.
- ✓ Au-delà des pièces réclamées (Formulaire de demande, RIB, avis d'imposition) un certificat médical attestant de l'obligation d'absence du TI de son activité pour RDV médical de son proche aidé est réclamé pour justifier de sa qualité de proche aidant.



Les demandes ne répondant pas aux critères administratifs listés ci-dessus font l'objet d'un rejet administratif.

Toutefois, au vu de certains éléments du dossier, certaines situations particulières peuvent être néanmoins soumises à l'examen de la CASS du CPSTI local.



Pour les travailleurs indépendants, proches aidants d'une personne dépendante ressortissant de l'action sociale d'un autre Régime, la Cpm référente devra s'assurer que la prestation concernée n'est pas déjà prise en charge dans le panier de service octroyé par l'Assurance Maladie, une caisse de retraite, par la MDPH (PCH), le Conseil départemental (APA), ou par l'aide sociale. L'ASS spécifique aux TI peut intervenir en complément/subsidiarité de ces aides.



4

**L'allocation journalière
d'accompagnement d'une
personne en fin de vie**



L'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie



Conditions d'éligibilité

Des dispositions prévoient la possibilité de percevoir une allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie (AJAP).

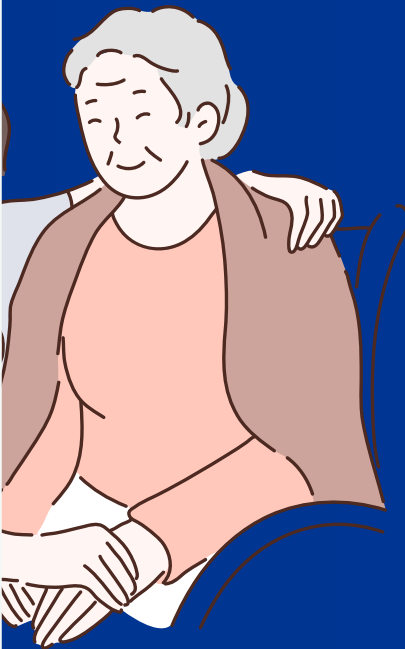
Si vous accompagnez à domicile une personne en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable, quelle qu'en soit la cause, vous pouvez bénéficier de l'AJAP.

Le proche aidant

- ✓ Si vous êtes salarié, d'être bénéficiaire du congé de solidarité familiale auprès de l'employeur ou l'avoir transformé en période d'activité à temps partiel
- ✓ Si vous êtes demandeur d'emploi indemnisé par France Travail (ex-Pôle emploi), d'avoir cessé toute recherche active d'emploi
- ✓ Si vous êtes non-salarié, d'avoir suspendu ou réduit votre activité professionnelle

Le proche aidé

- ✓ Un ascendant (père, mère...) ou un descendant (enfant, petit-enfant...)
- ✓ Un frère ou une sœur
- ✓ Une personne vivant à votre domicile (conjoint, concubin, partenaire lié par un Pacs...)
- ✓ Une personne vous ayant désigné comme personne de confiance





L'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie

Les démarches pour l'assuré.e

1

Complétez le formulaire

« Demande d'allocation journalière d'accompagnement à domicile d'une personne en fin de vie »

2

Adressez-le à votre caisse d'assurance maladie

Accompagné d'un certificat médical établi par le médecin traitant de la personne que vous accompagnez, attestant que cette personne est en phase avancée ou terminale d'une affection grave et incurable.

3

Vous devez également joindre :

Si vous êtes salarié

Une attestation de votre employeur, précisant que vous bénéficiez du congé de solidarité familiale ou qu'il a été transformé à temps partiel

Si vous êtes demandeur d'emploi indemnisé par France Travail

Une déclaration sur l'honneur de cessation de recherche active d'emploi, motivée par la nécessité d'accompagner à domicile une personne en fin de vie

Si vous êtes non-salarié

Une déclaration sur l'honneur de cessation d'activité totale ou partielle



Pour tous les assurés du régime général, votre dossier complet doit être adressé au CNAJAP à l'adresse suivante
CNAJAP - Rue Marcel Brunet, BP 109 23014 GUÉRET CEDEX
Tél. : 08 06 06 10 09 (service gratuit + prix d'un appel).



L'allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie

Paielement du droit

L'allocation est versée pendant 21 jours maximum (jours ouvrables ou non). Elle sera interrompue le lendemain du décès de la personne que vous accompagnez s'il se produit pendant ces 21 jours.

64,41€ par jour depuis le 1er avril 2025





L'assurance vieillesse des aidants

L'assurance vieillesse des aidants

Droits à la retraite pour les bénéficiaires de l'AJPP ou l'Ajpa

Un dispositif qui garantit des droits pour la retraite pour les bénéficiaires de l'AJPP ou l'Ajpa

→ **Depuis le 01/09/2023 :**

Les aidants d'enfants ou d'adultes en situation de handicap ou de personnes âgées en perte d'autonomie bénéficient de l'assurance vieillesse pour les aidants (AVA).

→ **Avant cette date :**

Certains aidants relevaient de l'assurance vieillesse des parents au foyer (AVPF).

→ **Objectif des dispositifs AVPF et AVA :**

Garantir une continuité dans la constitution des droits à la retraite.

→ **Pour qui ?**

Les personnes cessant ou réduisant leur activité professionnelle pour s'occuper d'un enfant ou d'une personne gravement malade ou en situation de handicap.



L'assurance vieillesse des aidants



La retraite des salaires forfaitaires et trimestres AVPF ou AVA

Taux de la pension

Les trimestres comptent pour la détermination du taux de la pension.

Durée d'assurance retenue

Comptent pour la durée d'assurance retenue (nombre de trimestres).

Revenu annuel moyen

Les salaires forfaitaires peuvent être retenus dans le revenu annuel moyen (la moyenne des 25 meilleures années).

Retraite anticipée carrière longue

Bien que ces trimestres ne soient pas travaillés, ils peuvent être retenus dans la recherche des trimestres cotisés pour l'ouverture du droit à retraite anticipée carrière longue dans la limite de 4 trimestres !

Retraite progressive

Les trimestres comptent pour l'ouverture du droit à retraite progressive : pour avoir droit à la retraite progressive, il faut réunir au moins 150 trimestres d'assurance.



Votre relevé de carrière



Relevé de carrière

Numéro de Sécurité sociale :

ALLOCATION PRÉSENCE PARENTALE

| 01/04/2014 30/04/2014 3 188 €

L'Assurance retraite

La mention « Allocation journalière proche aidant » devrait apparaître sur le relevé de carrière





6

**Retraite : vous êtes
aidants d'un enfant en
situation de handicap**

Vous êtes aidant d'un enfant en situation de handicap



Conditions d'attribution de la majoration de trimestres

- ✓ La personne ayant eu la charge effective et permanente de l'enfant, titulaire de l'allocation d'éducation spéciale ou de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé et de l'un de ses compléments.
- ✓ L'enfant doit ouvrir droit à une allocation spécifique d'éducation et à son complément ou à la prestation de compensation (taux d'incapacité de 80 %).
- ✓ Il n'est pas exigé de lien de parenté avec l'enfant pour l'attribution de cette majoration.



Vous êtes aidant d'un enfant en situation de handicap

Les démarches au moment de la retraite

- ✓ Les trimestres de majoration sont comptabilisés dans la durée d'assurance pour la retraite à l'âge légal (exemple 64 ans).
- ✓ Un départ en retraite à taux plein est possible à 65 ans sous certaines conditions :
 - être un des parents de l'enfant
 - avoir validé 1 trimestre de majoration de durée d'assurance pour enfant handicapé





**Retraite : vous êtes
aidants d'un adulte en
situation de handicap**

Vous êtes aidant d'un adultes en situation de handicap

Votre carrière / Les majorations de durée d'assurance

Une majoration de durée d'assurance peut être attribuée à l'assuré qui assume la charge permanente d'un adulte handicapé (les périodes à compter du 01/01/2015).

Critères d'éligibilité

- ✓ Le bénéficiaire de la majoration doit avoir la qualité d'assuré social et justifier d'un lien familial avec la personne handicapée, c'est à dire être :
 - son conjoint ;
 - son concubin ou partenaire pacsé ;
 - un ascendant, descendant ou collatéral jusqu'au 4e degré.
- ✓ Dans un couple, l'aidant peut aussi être :
 - un ascendant ;
 - un descendant ;
 - un collatéral jusqu'au 4e degré ;de l'autre membre du couple.

Conditions d'attribution

- ✓ L'aidant doit résider avec la personne handicapée au domicile de l'un ou de l'autre et ne doit exercer aucune activité professionnelle pendant la période de prise en charge de la personne handicapée.
- ✓ La personne en situation de handicap doit :
 - être âgée d'au moins 20 ans
 - justifier d'un taux d'incapacité d'au moins 80 %.

Vous êtes aidant d'un adultes en situation de handicap

Les démarches au moment de la retraite

- ✓ Un trimestre est attribué à un seul assuré pour chaque période de 30 mois civils consécutifs de prise en charge de l'adulte handicapé.
(La période de prise en charge ne doit pas être interrompue)
- ✓ Les trimestres de majoration peuvent être répartis entre différents aidants, dans la limite de 8 trimestres.
- ✓ Les trimestres de majoration sont comptabilisés dans la durée d'assurance pour la retraite à l'âge légal (exemple 64 ans).





Pour aller plus loin



Le capital décès

avec l'Assurance Maladie



Pour vous aider dans la période difficile du décès d'un proche, l'Assurance Maladie a simplifié vos démarches de remboursement des derniers frais de santé du défunt. Dans certains cas, un capital décès peut être versé. Cette indemnité versée aux héritiers du défunt cotisant au régime général de la sécurité sociale permet de faire face aux frais liés au décès d'un proche.

[Décès d'un proche : prestations et formalités | ameli.fr | Assuré](#)

The screenshot shows the 'Assuré' section of the ameli.fr website. The breadcrumb trail is: Assuré > Remboursements > Pensions, allocations et rentes > Décès d'un proche : prestations et formalités. The page title is 'Décès d'un proche : prestations et formalités' with a date of 28 mars 2025. Below the title are social media sharing icons (Twitter, Facebook, LinkedIn) and a 'Copier le lien' button. The main text states: 'Pour vous aider dans la période difficile du décès d'un proche, l'Assurance Maladie a simplifié vos démarches de remboursement des derniers frais de santé du défunt. Dans certains cas, un capital décès peut être versé. Cette indemnité versée aux héritiers du défunt cotisant au régime général de la sécurité sociale permet de faire face aux frais liés au décès d'un proche.' There is a 'Tout afficher' link. Below, there are two expandable sections: 'L'essentiel' and 'Capital décès : montant, conditions et formalités pour en bénéficier'.



L'accompagnement personnalisé

avec l'Assurance Maladie



Des difficultés pour se soigner ?

De nombreuses situations peuvent entraîner des difficultés pour se soigner :

- Ne pas savoir quelles démarches réaliser ni à qui s'adresser ;
- Ne pas avoir de complémentaire santé ou une couverture complémentaire inadaptée ;
- Devoir avancer ou payer des sommes trop importantes ;
- Etre isolé et avoir des difficultés pour se déplacer ;
- etc.

Lorsque ces difficultés sont rencontrées, un conseiller accompagnement santé de l'Assurance Maladie peut aider et accompagner les assurés dans leurs démarches administratives et médicales

EN PRATIQUE POUR L'ASSURE

Votre conseiller accompagnement santé :



- vous contacte par téléphone



- réalise avec vous un bilan de vos droits et de vos besoins



- vous oriente et vous accompagne pour vos démarches en lien avec votre santé



- se tient informé de votre situation et vous aide à trouver des solutions

En étant accompagné :



- vous êtes à jour de vos droits



- Vous savez mieux vous orienter dans le parcours de soins



- vous êtes plus autonome dans vos démarches

En tant que partenaires, n'hésitez pas à nous orienter toutes ces situations.
Sinon, l'assuré peut nous contacter via notre accueil, le téléphone 3646 ou par messagerie du compte ameli.



Les subventions pour les structures

Versées par l'Assurance Maladie

En 2025, la CPAM de la Savoie a lancé un appel à projet à destination des structures œuvrant auprès des proches aidants. 5 projets ont été retenus et ont bénéficié d'une subvention pour les accompagner dans leur projet. Ex : Bulle d'air, la MSAP d'Aime ...)

Reconduction du même appel à projet en 2026 (deadline dépôt des dossiers : 9 mars 2026)



• COMMENT FAIRE ?

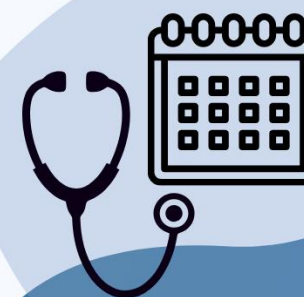
- Prendre contact avec Bulle d'air et leur donner le motif nécessitant des heures de relayage
- Ne pas oublier de présenter le document à votre professionnel de santé pour y faire apposer un tampon
- Renvoyer ce document à Bulle d'air (qui servira de justificatif pour la prise en charge à 100%)

BULLE D'AIR ET LA CPAM DE LA SAVOIE S'ASSOCIENT

POUR VOUS PROPOSER:

• UNE PRISE EN CHARGE À 100% DE VOS HEURES DE RELAYAGE DANS LES CAS SUIVANTS :

- La réalisation d'un bilan de santé au centre d'examen de santé de Chambéry = forfait 3h
- Si vous avez besoin de vous absenter pour un rendez-vous médical (généraliste, spécialiste, laboratoire...) = forfait 3h
- Si vous devez subir une opération en ambulatoire, sur la journée = forfait 6h





Le congé de solidarité familiale

avec l'Assurance Maladie



Pour vous aider dans la période difficile du décès d'un proche, l'Assurance Maladie a simplifié vos démarches de remboursement des derniers frais de santé du défunt. Dans certains cas, un capital décès peut être versé. Cette indemnité versée aux héritiers du défunt cotisant au régime général de la sécurité sociale permet de faire face aux frais liés au décès d'un proche.

Décès d'un proche : prestations et formalités | ameli.fr | Assuré

The screenshot shows the 'Assuré' section of the ameli.fr website. The breadcrumb trail is: Assuré > Remboursements > Pensions, allocations et rentes > Décès d'un proche : prestations et formalités. The page title is 'Décès d'un proche : prestations et formalités' with a date of 28 mars 2025. Below the title are social media sharing icons (Twitter, Facebook, LinkedIn) and a 'Copier le lien' button. The main text states: 'Pour vous aider dans la période difficile du décès d'un proche, l'Assurance Maladie a simplifié vos démarches de remboursement des derniers frais de santé du défunt. Dans certains cas, un capital décès peut être versé. Cette indemnité versée aux héritiers du défunt cotisant au régime général de la sécurité sociale permet de faire face aux frais liés au décès d'un proche.' There is a 'Tout afficher' link. Below the text are two expandable sections: 'L'essentiel' and 'Capital décès : montant, conditions et formalités pour en bénéficier'.

Ne pas rester seul !

Accompagnement des aidants par la Carsat Rhône Alpes

S'occuper d'un proche fragilisé peut amener à ne plus considérer sa santé ou son bien-être comme une priorité.

Pour accompagner les aidants familiaux retraités, la Direction de l'Action Sociale de la Carsat Rhône-Alpes développe :

- ★ Des ateliers de prévention
- ★ Le programme ICOPE
- ★ L'entretien conseil en prévention



Les ateliers collectifs de prévention



VENEZ ÉCHANGER, VOUS INFORMER, PARTAGER VOS EXPÉRIENCES...

...découvrir et tester, rencontrer d'autres personnes, débattre. Dans une ambiance conviviale, participez à des exercices ludiques et interactifs. Nos ateliers sont animés par des intervenants qualifiés.

Aucune participation financière ne vous est demandée : les ateliers sont pris en charge par vos caisses de retraite.

BIEN

DANS MA VIE APRÈS 60 ANS

- Bienvenue à la retraite**
6 séances
Pour vous accompagner dans cette nouvelle étape de vie
- Bien vivre sa retraite**
De 3 à 6 séances
Pour préserver sa qualité de vie et son capital santé

BIEN

DANS MON CORPS

- Equilibre**
10 à 12 séances
Pour acquérir de bons réflexes et sécuriser son environnement
- Activité physique**
De 3 à 6 séances
Pour bouger plus et garder la forme
- Bien manger - bien bouger**
6 séances
Pour concilier plaisir et santé au quotidien

BIEN

DANS MON ENVIRONNEMENT

- Bien chez soi**
3 séances
Pour rendre son logement plus sûr, pratique et confortable
- A pied en toute sécurité**
2 séances
Pour rester un piéton averti lors de ses déplacements en ville
- Mobilité et sécurité des conducteurs seniors**
3 séances
Pour conduire sans stress et en sécurité

BIEN

DANS MA TÊTE ET AVEC LES AUTRES

- Mémoire** - 5 à 10 séances
Pour stimuler ses neurones et aiguïser sa curiosité
- Bien-être et estime de soi**
4 séances
Pour voir la vie positivement, prendre soin de soi et mieux se connaître
- Mieux vivre son stress**
3 séances
Pour connaître, reconnaître et apprivoiser son stress
- Sommeil** - 2 séances
Pour mieux dormir, récupérer et faire le plein d'énergie
- Audition** - 4 séances
Pour préserver son audition et mieux communiquer

Les liens utiles pour participer à un atelier :



www.pourbienvieillir.fr/trouver-un-atelier



www.atoutsprevention-ra.fr /programmation ateliers et podcasts/ cartographie interactive



FAITES LE PLEIN D'IDÉES ET DE CONSEILS POUR RESTER EN FORME : INSCRIVEZ-VOUS À NOS ATELIERS DE PRÉVENTION !

A partir du x

Jusqu'au x

Sélectionner une thématique

- ☒ **BIEN AVEC LES AUTRES**
 - ☒ Nouvelles technologies
 - ☒ Autres
- ☒ **BIEN DANS MA TÊTE**
- ☒ **BIEN DANS MON CORPS**

Sélectionner une ou des activités

- ☒ Atelier x
- ☒ Conférence x
- ☒ Autre ...

[Réinitialiser mes critères](#)

Cartographie interactive : Santé globale - Bien vieillir - Atelier 19/05/2022. Distance < 10 km.

Vidéo présentation générale disponible sur Youtube
→ [APRA PROMO ATELIERS RETRAITES](#)

Le programme ICOPE (OMS)



ICOPE Monitor est une application mobile gratuite qui permet aux seniors de s'auto-évaluer sur le maintien de leur autonomie en quelques minutes.

En pratique :

- 1 - Télécharger l'application « ICOPE Monitor »
- 2 - Réaliser votre auto-évaluation en seulement 10 minutes
- 3 - Si une fragilité est signalée, vous demanderez conseil à un professionnel de santé qui décidera, avec vous, de la suite à donner.
- 4 - Se tester tous les 6 mois



Des questions autour de plusieurs catégories



Retrouvez l'application

icope monitor
L'INNOVATION AU SERVICE DU BIEN VIEILLIR

Sur smartphone ou tablette



 Télécharger dans l'App Store

 DISPONIBLE SUR Google Play

www.icopemonitor.fr

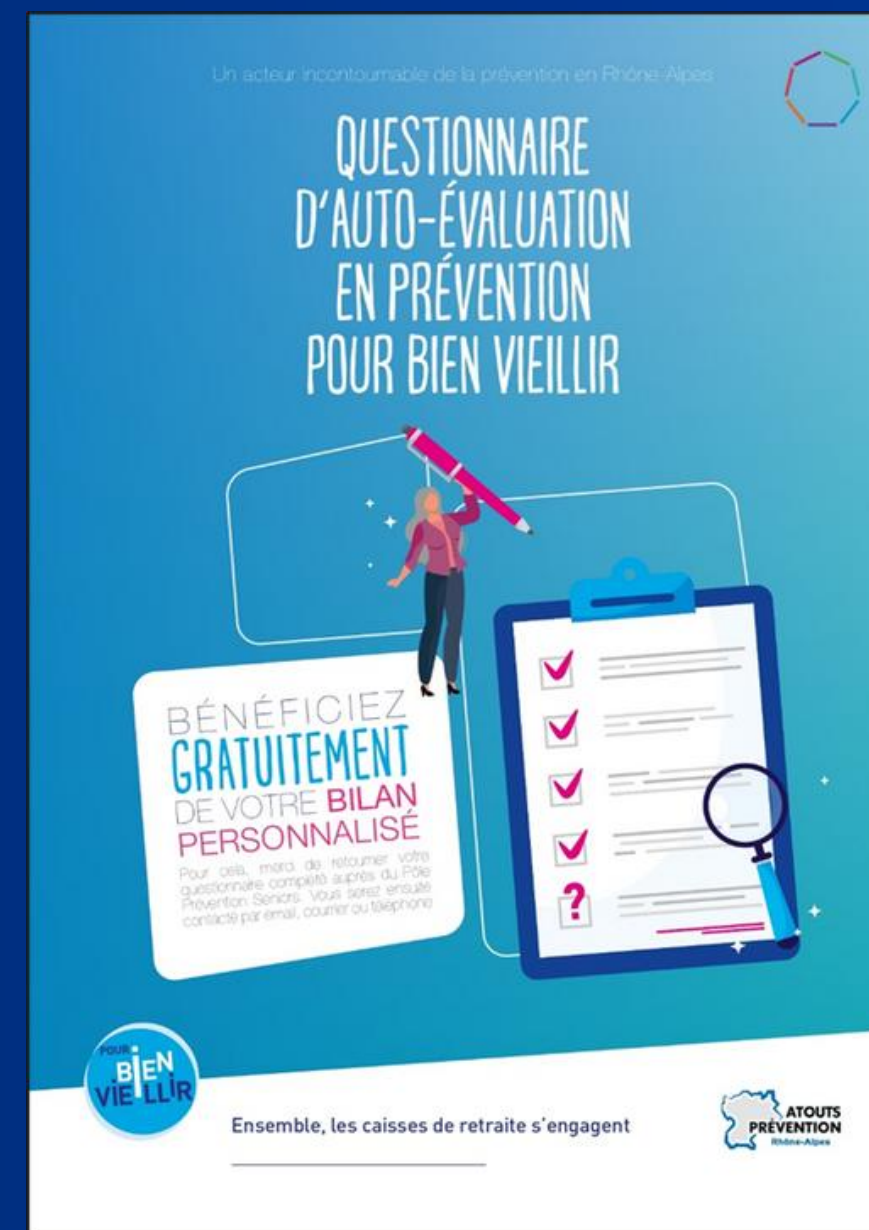
Le bilan et l'entretien conseil en prévention pour prendre soin de soi



Le bilan en prévention est un questionnaire d'auto-évaluation en prévention (80 questions) sur les facteurs prédictifs du bien vieillir :

- les modes de vie
- les activités quotidiennes
- la vie affective
- la perception de la vie et les projets

 Pour en bénéficier cliquez sur ce [lien](#)
Ou compléter le questionnaire papier



Vous êtes aidant : vous renseigner sur le site carsat-ra.fr



Carsat Retraite & Santé au travail
Rhône-Alpes

Actif Retraité Entreprise Partenaire Nous connaître

Accueil > Retraité > Être aidé au quotidien > Aider un proche au quotidien

Aider un proche au quotidien

En France, 4,6 millions de personnes apportent une aide régulière à un proche senior, en raison de son âge ou d'un problème de santé, pour l'une au moins des trois grandes catégories d'aides (vie quotidienne, soutien moral, aide financière ou matérielle). Parmi ces personnes, un aidant sur deux est retraité.

- [Être aidant familial](#)
- [Des vidéos ressources](#)
- ["La Minute Senior" une chronique à écouter en podcast](#)

Être aidant familial

L'aidant familial se définit comme étant une personne, non professionnelle, qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement à une personne de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne.

l'assurance retraite
RHÔNE-ALPES

- > Bénéficier d'une aide à domicile
- > Être accompagné après une hospitalisation
- > Être accompagné en cas de veuvage, accueil du conjoint ou de l'aidant en établissement, déménagement...
- < **Aider un proche au quotidien**
- > Coordonnées utiles

L'ASSURANCE RETRAITE ACCOMPAGNE LES AIDANTS EN NOUANT DES PARTENARIATS AVEC :

★ **Avec Nos Proches** qui a développé une ligne nationale d'écoute et de soutien en proposant des entretiens individuels entre pairs-aidants sont également organisés. Avec Nos Proches et l'Assurance retraite vous propose également le guide Mon journal santé d'aidant.

★ **L'association française des aidants** qui oriente et soutient les aidants localement notamment via l'animation du Réseau national des Cafés des Aidants® et la mise en place d'ateliers santé des aidants. Elle assure également des formations sur les questions liées à l'accompagnement pour les proches aidants et les équipes professionnelles.



Merci pour votre attention