

Aider un proche handicapé : les solutions de répit

Fiche pratique



Les solutions de répit peuvent vous permettre de déléguer temporairement l'accompagnement de votre proche handicapé à un professionnel pour vous absenter ou vous reposer.

Publié le **25/10/2022** - Mis à jour le **06/12/2023**

Écrit par Equipe Ma Boussole Aidants

12 min de lecture

Sommaire

- [Les solutions de relayage au domicile](#)
- [Les solutions hors du domicile](#)
- [Les solutions pour vous aider au quotidien](#)
- [Démarches, structures : où trouver de l'info sur le répit ?](#)
- [Les aides financières pour les aides à domicile](#)

Devoir s'absenter pour une obligation, avoir besoin de temps pour des démarches ou simplement pour souffler... Lorsqu'on s'occupe d'un proche en situation de handicap, le temps pour tout autre chose est difficile à trouver et pourtant souvent nécessaire. Les familles se retrouvent très vite épuisées. Elles n'osent souvent pas demander de l'aide à leurs proches, de peur qu'ils ne soient pas à l'aise ou pas aptes à gérer le handicap. Les parents redoutent que ça se passe mal ou tout simplement ils n'ont personne à qui demander.

Si vous êtes dans cette situation, sachez qu'il existe des solutions où des personnes formées au handicap qui peuvent prendre votre relai pour vous soulager au quotidien pendant quelques heures, mais également des structures adaptées pour accueillir votre proche quelques jours ou même plusieurs semaines. C'est ce qu'on appelle "les solutions de répit". Tour d'horizon de ce qui s'offre à vous et comment y accéder.

Il est important de savoir que l'offre de ces solutions est inégale en fonction des régions en France. **Les structures sont très souvent sursollicitées, il faut donc s'y prendre à l'avance pour trouver de la place.**

Les solutions de relayage au domicile

Faire appel à un proche, au bénévolat ou à un service civique

Beaucoup de familles font appel à des proches pour les soutenir et obtenir un peu de temps. Quand ça n'est pas possible, certaines associations recrutent des bénévoles qui souhaitent donner de leur temps pour aider les familles touchées par le handicap. C'est le cas également de services civiques qui recrutent des bénévoles pour des missions de solidarité et de convivialité. La personne vient pour s'occuper de l'enfant, mais en présence du parent. Ça peut permettre de libérer du temps pour des démarches administratives, pour s'occuper d'un autre enfant de la fratrie ou même pour accompagner l'enfant handicapé pendant une sortie quand l'aidant doit gérer d'autres enfants ou simplement parce qu'il veut aussi profiter de l'instant.

Quelles démarches ? Vous devez vous adresser directement à des associations spécialisées dans le bénévolat comme par exemple, [Tombée du Nid](#).

- Trouvez des bénévoles parmi les solutions de Ma Boussole Aidants dans la section [Vie sociale](#).

Le relayage

Un professionnel vient directement au domicile de la personne aidée et assure à la place de l'aidant, les tâches du quotidien, l'accompagnement en cas de sorti. Il peut aussi simplement tenir compagnie pour quelques heures. Il s'agit d'une aide ponctuelle qui permet à l'aidant de s'absenter.

Le baluchonnage

Le baluchonnage est une forme de relayage, mais à plus long terme qu'une aide à domicile venant quelques heures par jour. L'idée du baluchonnage est de faire venir une personne formée au handicap chez soi, sur une période de longue durée. Le baluchonneur restera avec l'enfant ou l'adulte handicapé pour un week-end ou une semaine et 24 heures sur 24. Si cette solution est idéale dans les faits, elle peine à se développer en France pour des questions de droit du travail, puisqu'il est compliqué de déclarer quelqu'un avec aucune interruption dans son contrat de travail sur plusieurs jours. Les solutions de baluchonnage sont peu nombreuses, mais elles existent dans certains départements.

Quelles démarches ? Certaines structures d'aides à domicile ont des services de baluchonnage. Vous pouvez également vous adresser à [Baluchon France](#), qui recense toutes les structures de baluchonnage installées dans chaque département.

- Trouvez des solutions de relayage/baluchonnage proches de chez vous sur Ma Boussole Aidants dans la section : [Relayage](#).

Les solutions hors du domicile

L'accueil temporaire en établissement spécialisé

L'accueil temporaire en établissement spécialisé est une solution précieuse pour offrir un répit aux proches aidants tout en assurant une prise en charge de qualité de la personne en situation de handicap. Ces établissements sont adaptés aux besoins spécifiques des personnes handicapées, qu'elles soient mineures ou adultes.

Pour les mineurs :

- Les établissements médico-sociaux comme les instituts médico-éducatifs (IME), les Instituts Thérapeutique Educatifs et Pédagogiques (ITEP) ou encore les Services d'Éducation Spéciale et de Soins À Domicile (SESSAD). Ces services, destinés aux enfants et adolescents en situation de handicap (généralement de 0 à 20 ans), offrent un accompagnement éducatif, thérapeutique et pédagogique directement dans le milieu de vie de l'enfant (à domicile, à l'école ou dans d'autres structures). Certains d'entre eux peuvent proposer des séjours temporaires. Ces accueils permettent aux jeunes de bénéficier d'un encadrement éducatif, thérapeutique et social dans un cadre sécurisé. Ces séjours peuvent être programmés pendant les périodes de vacances scolaires ou en cas de besoin ponctuel.

Pour les adultes :

- des foyers d'accueil médicalisés (FAM) ou des maisons d'accueil spécialisées (MAS) offrent des solutions temporaires. Ces structures sont adaptées pour accueillir des adultes nécessitant un accompagnement médical et paramédical régulier. Les périodes d'accueil peuvent varier de quelques jours à plusieurs semaines selon les besoins.

Quelles démarches ? Pour accéder à un accueil temporaire, il est nécessaire de passer par la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH). Une demande doit être formulée pour obtenir une orientation vers un établissement adapté. Il est conseillé de prévoir cette démarche plusieurs mois à l'avance, surtout en période de forte demande (comme les vacances scolaires). Une fois l'orientation obtenue, il faut contacter directement les établissements concernés pour vérifier les disponibilités et organiser le séjour.

→ [Trouver la MDPH proche de chez vous](#)

Les maisons de répit

Les maisons de répit sont des lieux avec des professionnels formés au handicap ou à la perte d'autonomie (soins médicaux compris) qui peuvent accueillir un enfant ou un adulte handicapé pour une journée ou un court séjour. En parallèle d'un accueil médicalisé sécurisé, des activités ludiques, sportives ou divertissantes sont aussi organisées. Pour les enfants qui ne sont pas en structure, cela permet de rencontrer d'autres jeunes dans leur situation, de se sociabiliser, d'avoir la sensation d'appartenir un groupe comme les autres enfants de leur âge. Quelles démarches ? Vous pouvez contacter une plateforme de répit proche de chez vous qui vous redirigera vers une maison de répit adaptée et de proximité. Pour faire une demande, il faut une notification de la MDPH. Lorsque le [dossier MDPH](#) est validé par le médecin de service, une rencontre est organisée entre la famille et l'organisme afin d'évaluer le profil de la personne à accueillir et les besoins de tous avant de programmer l'accueil.

À noter : les places sont rares en fonction des structures. Il vaut mieux s'y prendre à l'avance. Entre le temps de la demande et le premier accueil, il peut se passer plusieurs mois.

→ [Trouvez une plateforme de répit proche de chez vous](#)

Jardins d'enfants et halte-garderie spécialisés

Jardins d'enfants et halte-garderie spécialisés Il existe aussi des structures et associations spécialisées dans la garde temporaire d'enfants handicapés. Généralement, l'enfant y est accompagné par des bénévoles de l'association. Plus rarement, vous pourrez y rencontrer des professionnels. Chaque association spécialisée dans la garde temporaire d'enfants handicapés est différente. Certaines peuvent proposer de venir à domicile, d'autres proposent des gardes groupées, des activités, des sorties... La principale différence entre les associations de garde temporaire et les établissements spécialisés dans le répit est que les activités d'une association ne sont pas contrôlées par l'État.

Quelles démarches ? Contrairement aux maisons de répit, les services de gardes temporaires sont indépendants de l'Etat, c'est aux familles d'aller les solliciter directement.

→ [Trouvez des services de gardes adaptés proches de chez vous](#)

Les solutions pour vous aider au quotidien

Les aides à domicile

Plusieurs types de services d'[aide à domicile](#) proposent de faire intervenir des professionnels directement au domicile des aidants afin de les suppléer ou les remplacer pour des tâches du quotidien. Le but étant de soulager l'aidant pour lui permettre de s'absenter en cas d'obligation, de prendre du temps pour lui et retrouver un instant le rôle de parents envers son enfant. Cette solution permet également **le maintien au domicile** de l'enfant ou l'adulte handicapé qui peut conserver ses repères.

Les services d'aide à domicile pour les tâches du quotidien (SAAD)

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile proposent l'intervention d'une **auxiliaire de vie** qui aide pour toutes les tâches du quotidien (hors soins médicaux, par exemple, pour les temps du matin sur le lever, le soir pour le bain, la préparation des repas etc...)

Quelles démarches ? Prenez rendez-vous avec la **MDPH** ou le **CCAS** proche de chez vous. Ces organismes accompagnent les familles, évaluent les besoins en termes d'aide à domicile et vous orientent vers les services agréés proches de chez vous tout en vous accompagnant pour les démarches et les aides financières. Vous pouvez aussi directement vous adresser à une entreprise privée de service d'aide à domicile.

[Orientation,](#)

[démarches](#)

Les services d'aides pour les soins médicalisés

Les **services de soins infirmiers à domicile (SSIAD)** proposent l'intervention de professionnels de santé qui peuvent prodiguer des soins infirmiers directement au domicile de la personne en perte d'autonomie. D'autres prestations comme la kiné, la pédicure ou encore des consultations médicales peuvent être comprises.

Les **services polyvalents d'aide et de soins à domicile (SPASAD)** regroupent des offres de prestations à la fois pour l'assistance aux tâches du quotidien et pour les soins médicaux.

- Trouvez les SSIAD et SPASAD proches de chez vous sur Ma Boussole Aidants dans la catégorie [Soins à domicile](#).

La garde de nuit

Certaines entreprises de services à la personne proposent des prestations de garde de nuit pour permettre aux proches qui s'occupent d'une personne handicapée dont les nuits sont difficiles de se reposer sereinement. A noter, que ces services interviennent pour un accompagnement présentiel, pour rassurer la personne handicapée, l'aider à se coucher ou se lever, mais n'assurent pas de soins médicaux.

Quelles démarches ? Ces entreprises de services sont indépendantes de l'Etat. C'est à vous de vous rapprocher directement des structures à proximité de chez vous.

- Trouvez des entreprises de service à la personne proches de chez vous sur Ma Boussole Aidants dans la

Démarches, structures : où trouver de l'info sur le répit ?

Les plateformes de répit

Les plateformes de répit sont des services qui vous accueillent, identifient vos besoins et ceux de votre proche avant de vous orienter vers des structures proposant des services de répit à proximité de votre domicile. Elles sont là pour vous accompagner aussi dans les démarches à faire pour avoir accès à ces solutions et bénéficier des aides financières qui s'y rapportent. Les visites d'information sont accessibles à tous et gratuites. Ce sont les services proposés qui sont payants.

Ma Boussole Aidants : vous oriente vers les services proches de chez vous

Ma Boussole Aidants a pour ambition de centraliser toutes les structures proposant soutien, répit et accompagnement des aidants partout en France. Dans la partie "Mes solutions", retrouvez sur [notre carte](#), les plateformes de répit, les plus proches de chez vous et toutes les autres structures proposant des prestations de répit tel que le portage des repas, l'accueil temporaire, les aides à domicile et les séjours de vacances qui s'ajoutent de jour en jour.

Les aides financières pour les aides à domicile

L'AAEH

L'[allocation d'Education à l'Enfant Handicapé \(AEEH\)](#), versée par la Caf, peut être accordée aux parents d'enfants handicapés pour aider au financement des frais liés au handicap.

Les conditions d'attribution :

- L'enfant ou l'adolescent doit être âgé de moins de 20 ans (après 20 ans, c'est l'Allocation Adulte Handicapé qui prend le relais)
- L'enfant ou l'adolescent doit résider en France
- L'enfant ou l'adolescent ne doit pas vivre en internat avec des frais pris en charge par l'Assurance Maladie

Le montant :

Après la demande déposée à la MDPH, une commission va déterminer le taux d'incapacité permanente de l'enfant handicapé. Le montant de la somme dépendra de cette évaluation (avec un plafond maximal de 1700 euros). En plus de cette aide, un complément à l'AAEH peut être versé en fonction du stade de handicap de l'enfant, les niveaux allant de 1 à 6 (6 étant le stade le plus lourd). Faire la demande en utilisant ce [formulaire](#).

La PCH

[Compensation Handicap](#) (PCH (Prestation u'en plus de l'AAEH, vous ne pouvez pas toucher, le complément à l'AAEH et la PCH, c'est un choix à faire entre les deux (généralement le plus avantageux). La MDPH va déterminer un nombre d'heures en aide humaine au quotidien en fonction du niveau de handicap de votre proche, de ce qu'il ne peut pas faire seul et que vous devez faire à sa place.

Conditions d'attribution :

- Votre proche doit être en incapacité totale de réaliser les activités du quotidien
- Si votre proche a moins de 20 ans, il doit toucher l'AAEH

Le montant :

La somme versée dépendra du nombre d'heures d'aide humaine déterminées par la MDPH. La somme versée dépendra du taux horaire de cette aide humaine définie par la MDPH et des revenus de votre proche. Si c'est le parent qui effectue toute l'aide, sans faire appel à une aide à domicile, c'est lui qui recevra l'argent. Si l'organisation

l'annuaire se fait avec la mise en place d'aides à domicile au quotidien ce sont les organismes qui emploient les aides à domicile qui percevront directement la somme.