



# facile la vie !



La lettre de l'ADMR • [www.admr.org](http://www.admr.org) • Hiver 20-21



## EN DIRECT

### Bonne et heureuse année

L'ensemble du réseau ADMR, salariés et bénévoles, vous présente ses meilleurs vœux pour cette nouvelle année ! Qu'elle vous apporte, en ces périodes troublées, proximité retrouvée, chaleur humaine, et surtout la santé qui n'a jamais été aussi précieuse.



**CONSTRUISONS LA SOLIDARITÉ DE DEMAIN**

L'ADMR VOUS PRÉSENTE SES MEILLEURS VŒUX POUR L'ANNÉE 2021

## INFO +

### Entrée en vigueur du congé proche aidant



Le congé proche aidant indemnisé est entré en vigueur le 1<sup>er</sup> octobre 2020. Il s'inscrit dans le cadre de la stratégie de mobilisation "Agir pour les aidants" (2020-2022) lancée le 23 octobre 2019 par le Gouvernement. Objectif de cette mesure : permettre aux 8 à 11 millions de personnes qui soutiennent un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap de cesser temporairement de travailler. Les aidés concernés sont la personne en couple avec l'aidant (mariage, PACS ou union libre) ; l'ascendant ou le descendant ou le collatéral jusqu'au 4<sup>e</sup> degré (frère, tante, nièce...) ; le parent de l'enfant aidé ou une personne âgée, ou vivant

avec un handicap, extérieure à la famille mais avec qui des liens étroits et stables existent. Ce congé peut durer trois mois (ou plus si l'entreprise du salarié le prévoit dans sa convention) et être renouvelé jusqu'à un an sur l'ensemble de la carrière du salarié. Le montant de l'Allocation journalière du Proche Aidant reste toutefois modeste : 43,83€ pour une personne vivant en couple et 52,08€ pour une personne seule, dans la limite de 22 jours par mois et 66 jours au cours du parcours professionnel du salarié.

(Source : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16920>)



FOCUS

## Le relayage, une solution ADMR innovante de répit

Aider un proche pour les gestes quotidiens tels que la toilette, le repas, la prise des médicaments... peut paraître naturel. Mais au fil des mois, voire des années, la fatigue peut s'installer pour parfois céder sa place à l'épuisement. Particulièrement dans les cas où le proche souffre de pathologies invalidantes comme la maladie d'Alzheimer. Pour rompre l'isolement des aidants et les accompagner au mieux, l'ADMR propose le relayage, que les Québécois, inventeurs du concept, nomment "baluchonnage". En phase d'expérimentation, cette solution permet à une salariée ADMR de prendre le relais d'un aidant en passant jusqu'à six jours et cinq nuits consécutifs au domicile de la personne aidée préservant ainsi ses habitudes dans son cadre de vie habituel. L'aidant peut alors profiter l'esprit serein de ces quelques jours de répit pour se ressourcer. Une expérimentation prometteuse !

Pour en savoir +, contactez l'association ADMR la plus proche de chez vous.

Toutes nos adresses sur [www.admr.org](http://www.admr.org)

ZOOM

## Accompagnement et soutien familial

Vous êtes confrontés à des changements au sein de votre famille (maladie, hospitalisation, décès, accident de la vie, grossesse difficile, naissance, adoption, désir de mieux concilier vie familiale et vie professionnelle, difficultés dans la relation parents-enfants) ? Pour chaque situation, nous avons des solutions.



© Marc Moïssié

Se faire aider à certains moments de sa vie peut être d'un grand soulagement. Grossesse, naissance, changement de situation familiale, décès... peuvent constituer autant de bouleversements de votre quotidien. L'intervention d'une personne extérieure peut alors représenter une aide précieuse. Que ce soit pour vous aider dans des démarches administratives ou vous soutenir dans vos tâches quotidiennes

et votre rôle éducatif, des techniciennes de l'intervention sociale et familiale (TISF) et des aides à domicile aux familles compétents et attentionnés sont à vos côtés. Parce que l'humain est au cœur de nos métiers !

Pour en savoir +, contactez l'association ADMR la plus proche de chez vous.

Toutes nos adresses sur [www.admr.org](http://www.admr.org)

Fédération ADMR SEINE-ET-MARNE

32, rue des Aubépines  
77370 NANGIS

[www.fede77.admr.org](http://www.fede77.admr.org)

Tél. 01 60 58 50 40

[admr77@fede77.admr.org](mailto:admr77@fede77.admr.org)

