

Vie quotidienne et adresses utiles : pour tous renseignements et conseils, les personnes âgées et leurs familles peuvent faire appel au pôle gériatrique de leur secteur et aux **CLIC (Centres Locaux d'Information et de Coordination)** qui conseillent, orientent et accompagnent autour des sujets liés à la perte d'autonomie :

Pôle Gériatrique d'Annecy/CLIC

39 avenue de la Plaine- 74000 Annecy. Tel :04 50 33 20 10

Pôle Gériatrique d'Annemasse/CLIC

23 avenue Emile Zola 74100 Annemasse. Tel : 04 50 84 40 00

Pôle Gériatrique du Genevois Français/CLIC

2 bis rue Léon Bourgeois, 74100 Ville-la-Grand. Tel : 04 50 84 40 06

Mairie de Saint-Julien-en-Genevois

1, place du Général-de-Gaulle 74164 Saint-Julien-en-Genevois.Tel : 04 50 35 14 14

Associations :

ALMA 74 Haute-Savoie(Allô Maltraitance envers les Personnes Agées et/ou Adultes Handicapés), BP 500 40- 74962 Cran Gevrier
Une écoute anonyme au 04 50 46 80 91 ou au 3977

REGAARS (REseau de Gériatrie Annemasse —Agglo ARve Salève)

2 place du Jumelage - 74100 Annemasse. Tel :04 50 39 89 25, regar-info@orange.fr

OARPA (Office Annemassien des Retraités et Personnes Âgées)

rue du Docteur Francis Baud - 74100 Annemasse

CODERPA 74 (COmité DÉpartemental des Retraités et Personnes Âgées de Haute-Savoie) -Services et missions d'information, de réflexion et de concertation autour des problématiques rencontrées par les personnes âgées

5 rue du Chaudairon - Meythet 74960 Annecy. Tel : 04 50 67 32 48, coderpa.74@orange.fr

L'Association France Alzheimer Haute-Savoie propose aussi **des formations** pour les aidants familiaux, à Annecy ou en ligne. Tél. 04 50 51 49 14, association@alzheimer74.org

AAFI-AFICS

**Association des Anciens Fonctionnaires Internationaux –
Association of Former International Civil Servants**

Présidente : Odette FOU DRAL

Palais des Nations, bureau E.2078

(Copyright@AAFI-AFICS, Juin 2023)

Proche Aidance FRANCE

Département de la **HAUTE-SAVOIE**



En France, selon les dernières estimations, 15 millions de personnes sont considérées comme aidants familiaux d'une personne âgée, en majorité des femmes. La plupart des aidants familiaux sont les conjoints et près de 20 %, d'autres membres de la famille. Ils jouent un rôle primordial dans l'accompagnement des personnes âgées en perte d'autonomie, des personnes en situation de handicap ou de personnes malades

Mais concilier sa vie personnelle et professionnelle quand on est aidant familial n'est pas toujours chose facile et cet accompagnement est souvent à l'origine de stress et de fatigue. C'est pourquoi le gouvernement français a mis en œuvre de nombreuses actions à travers la stratégie « *Agir pour les aidants* » <https://solidarites.gouv.fr/agir-pour-les-aidants>

Personnes âgées en Haute-Savoie et les aidants

Avec son plan d'action « Bien vieillir en Haute-Savoie », le Département a choisi de mettre les personnes âgées au cœur de ses préoccupations, en respectant leurs souhaits et leurs choix. (Bien vieillir à domicile, Hébergements en établissement, Services spécialisés pour maladies dégénératives, etc) S'adresser aux différents **CIAS** (Centre Intercommunal d'Action Sociale) ou **CCAS** (Centre Communal d'Action Sociale), ou Mairie du domicile. Par exemple :

CIAS DU GRAND ANNECY	CIAS ANNEMASSEAGLO	CCAS
46, Av. des Iles	11, Av. Emile Zola	1, Place du Général-de-Gaule
74007 ANNECY CEDEX	74100 ANNEMASSE	74164 SAINT JULIEN EN GENEVOIS
Tel. 04 50 63 48 00	Tel. 04 50 95 22 00	Tel. 04 50 35 37 57
cias@grandannecy.fr	contact@cias-annemasse-agglo.fr	ccas@st-julien-en-genevois.fr

Plusieurs dispositifs existent pour contribuer à soutenir les aidants, par exemple pour les habitants du Grand Annecy :

La Parenthèse d'Alois pour les aidants d'un proche atteint d'une maladie neuro-évolutive (Alzheimer, Parkinson, Sclérose en plaques...). S'adresser à la Direction Prévention et Bien Vieillir à Domicile, 1 rue François Leveau, 74000 Annecy – Tel 04 50 63 48 32 – parenthesedalois@grandannecy.fr qui propose

- **Une offre de places en accueil de jour et hébergement temporaire** où la personne dépendante peut être accueillie, l'aidant pouvant ainsi se faire relayer ponctuellement
- **Des relais à domicile** qui permettent à l'aidant de prendre du répit et de souffler
- **Des temps de parole ou des conférences et forums thématiques** qui permettent aux aidants de se rencontrer, d'échanger sur leurs difficultés et de conserver un lien social
- **des pauses-café mensuelles** animées par un/une psychologue : informations et conseils, partage d'expériences
- **des activités partagées** : culinaires, créatives, sorties culturelles, etc.

L'Association France Alzheimer Haute-Savoie propose aussi des formations pour les aidants familiaux, à Annecy ou en ligne – Tel. 04 50 51 49 14 – association@alzheimert74.org

L'UDAF (Union Départementale des Associations Familiales) 3, rue Léon Rey Grange – 74960 MEYTHET – Tel 04 50 24 36 37 a créé un service personnalisé à destination de tous les aidants familiaux de Haute-Savoie « **Ressources et Vous** » qui met les aidants en relation avec des professionnels et des associations de proximité.

A l'heure où de plus en plus de personnes âgées choisissent de vieillir chez elles tant que leur degré d'autonomie le leur permet, leurs aidants sont aujourd'hui plus que jamais la véritable clé de voûte de leur maintien à domicile.

Famille le plus souvent, mais également voisins ou amis, les aidants prennent soin au quotidien de leur parent âgé ou handicapé et l'assistent parfois en permanence, tout en lui apportant un soutien moral essentiel. C'est une tâche souvent lourde et difficile, qui mobilise beaucoup de temps et d'énergie et demande de la vigilance, des efforts physiques et psychologiques-pouvant les fragiliser physiquement et moralement. D'où la nécessité de leur apporter soutien et accompagnement pour rompre leur isolement et prévenir leur fatigue physique et morale en leur permettant un répit.

Des **soutiens financiers** peuvent également être mis en place, comme

- l'APA (Allocation personnalisée d'autonomie) pour la personne aidée
- l'APA à domicile pour financer une solution de répit
- l'allocation journalière du proche aidant (AJPA)
- Aides fiscales en cas d'hébergement de la personne aidée
- Rémunération en devenant le salarié de la personne aidée

Ref. <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/solutions-pour-les-aidants/soutien-financier>

Des informations détaillées sur ce sujet peuvent également être obtenues auprès des CIAS/CCAS (cf. page suivante)

Autres références utiles :

- <https://www.ageplus74.fr/>
- Le « Guide des services Age 60+ » édité par le CIAS du Grand Annecy <http://www.voxdespatients.fr/mesdroits>