



**Votre guide pratique pour
bien vieillir à domicile**



“

GrabCare est heureux de vous proposer son tout premier Livre Blanc destiné aux seniors et à leurs aidants. Nous avons répertorié pour vous toutes les aides financières, techniques, humaines et domotiques que vous pourrez activer pour assurer votre "bien vieillir" à domicile et faciliter la vie des personnes en perte d'autonomie.



Nous vous présentons Rose.

Retraitée, âgée de 79 ans, elle vit seule à la maison et nous suivra tout au long de ce livre pour nous témoigner de son parcours à domicile.

”

Nos valeurs :



Sécurité



Transparence



Bienveillance



Adaptabilité

SOMMAIRE

1

Le Care Management

2

Bien vieillir à domicile

- a. Les aides et avantages financiers
- b. Le département de la Haute-Garonne
- c. Le département du Gers

3

Soutenir les aidants

- a. Les congés
- b. Les aides psychologiques
- c. Les relais temporaires

4

Les solutions d'hébergement

5

Les services et aides à domicile

6

Les aménagements

7

La solution GrabCare

Introduction

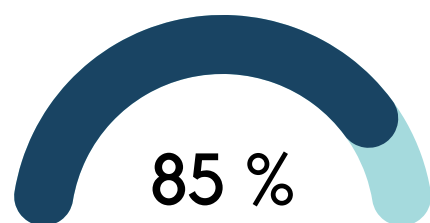
Aujourd'hui, 85% des français souhaitent vieillir à domicile dans les meilleures conditions. GrabCare propose son service d'accompagnement personnalisé pour répondre à cette demande. Un interlocuteur unique coordonne pour vous chaque moment de vie. Sa vision globale vous permet d'être soutenu et de vous apporter des solutions concrètes.

Mais nous avons souhaité aller plus loin dans notre accompagnement en répertoriant pour vous toutes les aides.

Ces aides rentrent dans le cadre du maintien à domicile pour les personnes âgées en perte d'autonomie, qu'elles soient ponctuelles ou durables, ainsi que pour les personnes en situation de handicap.

Les démarches à effectuer pour y prétendre sont parfois longues et complexes.

GrabCare est à vos côtés pour vous aider.



des personnes souhaitent
vieillir à domicile*



* Etude sur les seniors et les offres de services à la personne, Ifop et Sociovision, 2019

Le Care Management

...qu'est-ce que c'est ?

Depuis longtemps utilisé dans les pays anglo-saxons, le care management (ou services d'accompagnement) à destination des seniors est une prise en charge qui facilite le quotidien.

Le care manager (ou coordinateur autonomie chez GrabCare) va être l'intermédiaire entre les professionnels, l'aidant, et le bénéficiaire en perte d'autonomie. Il évalue les besoins du bénéficiaire et de son aidant, établit un plan d'aide, et coordonne les prestations nécessaires à sa réalisation. Il veille à une prise en charge sécurisée, ainsi qu'au bien-être des personnes accompagnées.



Qui est-ce qui va m'aider à rester à la maison ?

GrabCare a été créé sur ce concept. Le coordinateur autonomie peut vous accompagner quotidiennement. Il est l'appui solide sur lequel vous pourrez vous reposer.

Bien vieillir à domicile

Les aides et avantages financiers



L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

Cette aide permet de financer, si vous avez 60 ans ou plus, les services d'aides à domicile dont vous avez besoin.

Elle peut également aider lors d'un besoin technique, notamment pour la pose d'une barre d'appui dans votre douche. L'APA à domicile peut recouvrir les frais de manière partielle ou totale.

Si vous vivez dans une structure spécialisée, l'APA en établissement vous aidera à payer le tarif dépendance.



Je suis bénéficiaire de l'APA depuis 5 ans.

1,3

millions de personnes de 60 ans ou plus bénéficiaient de l'APA en 2018*

dont

59%



à domicile*

* L'aide et l'action sociale en France, DREES, 2020

La Prestation de Compensation au Handicap (PCH)

Vous pouvez bénéficier de cette prestation si :

- vous avez moins de 60 ans,
- vous avez plus de 60 ans et que votre handicap était présent avant les 60 ans,
- vous avez plus de 60 ans et que vous êtes en activité professionnelle.

Elle permet de financer une partie des dépenses liées à votre perte d'autonomie : aide humaine, aide technique, aménagement du logement, aide spécifique, aide animalière.



A noter : ces deux aides ne sont pas cumulables entre elles.

Bien vieillir à domicile

Les aides et avantages financiers

2

L'Aide Personnalisée au Logement ou l'Allocation de logement à caractère social



Ces aides sont versées lorsque vous vivez en maison de retraite, en résidence individuelle ou en EHPAD.

Elles sont versées sous conditions de ressources, suivant le montant du loyer, et si une convention est établie entre le gestionnaire de l'établissement et l'Etat.

Ces deux aides ne sont pas cumulables.

L'Allocation de Solidarité pour les personnes âgées (Aspa)

L'Aspa est une prestation sociale réservée aux personnes âgées de plus de 65 ans ayant de faibles revenus.

Pour une personne seule, les ressources doivent être inférieures à 10 838,40€ par an.

Pour un couple, les ressources doivent être inférieures à 16 826,64€ par an.

Bien vieillir à domicile

Les aides et avantages financiers

2

Je bénéficie de la CMI priorité, elle me permet de bénéficier de certains avantages qui me facilitent la vie. J'ai dû faire la demande auprès du Conseil Départemental.



La Carte Mobilité Inclusion

Il en existe 3 différentes :

- la CMI invalidité,
- la CMI de stationnement,
- la CMI priorité.

Elles donnent des avantages aux personnes âgées et en situation de handicap, cela peut être sous forme de réductions, de priorité dans les files d'attente, d'avantages dans les transports, et des avantages fiscaux.

La demande se fait auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH), ou auprès du Conseil Départemental.

L'Aide Sociale

Lorsque vous rentrez en établissement mais que vos ressources financières ne vous permettent pas de payer ce dernier, vous pouvez bénéficier de l'aide sociale.

Il faut que l'établissement choisi applique ce mode de fonctionnement. Durant la durée de votre séjour vous n'aurez pas de frais à payer, ils seront prélevés sur la succession.

Bien vieillir à domicile

Les aides et avantages financiers



Le crédit d'impôts

Lorsque vous avez recours à de l'aide à domicile, vous pouvez bénéficier de la déduction d'impôts. La moitié des frais que vous aurez déboursé pour votre aide à domicile seront déduits de vos impôts.

L'avance immédiate

L'avance immédiate vous permet de ne payer, lorsque votre prestataire y est éligible, que 50% des dépenses totales de votre aide à domicile. Par exemple, dans le cas où le coût de votre aide à domicile reviendrait à 300 euros par mois, vous ne paierez que 150 euros.

Le Chèque Emploi Service Universel (Cesu)

Ces chèques s'obtiennent sur internet et permettent de déclarer vos salariés à domicile.

Vous pouvez également payer par ce même moyen.



J'ai pu obtenir sur internet, mes chèques Cesu afin de rémunérer mon employé à domicile.

Bien vieillir à domicile

Les aides et avantages financiers

Les caisses de retraites

Les caisses de retraites participent au financement d'une aide à domicile pour les retraités les moins dépendants.

Vous êtes concerné si vous êtes retraité avec un GIR 5 ou 6. Leur participation est exercée sous conditions de ressources.



Les mutuelles

Les mutuelles, selon les termes de votre contrat, peuvent aider les personnes sortant d'hospitalisation en finançant des heures d'aide à domicile. Cette aide se fait lors du mois qui suit l'hospitalisation.

Les assurances

Suivant le contrat souscrit, les assurances peuvent apporter des aides financières et des services d'accompagnement et d'assistance.

Bien vieillir à domicile

Le département de la Haute-Garonne

2

Télé-assistance 31

Le département de la Haute-Garonne est le seul département qui finance entièrement le dispositif de télé-assistance sur son territoire.

Ce dispositif consiste à avoir un bracelet ou pendentif sur soi, et appuyer dessus en cas de problème. C'est une centrale d'écoute qui recueille l'appel, et prévient les secours ou les proches si nécessaire.

Ce dispositif est accessible sous conditions.



EcoRénov 31

Le Conseil Départemental a mis en place le dispositif "EcoRénov 31". Ce dernier consiste à aider les propriétaires occupants sous conditions de ressources, les copropriétés sous certaines conditions, et les propriétaires bailleurs qui acceptent de louer leur logement sous plafonds de loyer.

Cette aide permet de financer jusqu'au $\frac{2}{3}$ du montant de la rénovation.

Adapter son logement

La mairie de Toulouse participe au financement des travaux d'aménagement et d'adaptation de votre logement.

Cette participation est exercée sous conditions de ressources.

La demande se fait auprès du Conseil Départemental et un dossier est à créer auprès de l'Agence Nationale de l'Habitat.

Bien vieillir à domicile

Le département de la Haute-Garonne



Je me suis rapprochée de la mairie pour faire ma demande. Elle me permet d'aller à la bibliothèque gratuitement.

Montoulouse Senior

Cette carte vous permet de bénéficier de réduction et de gratuité sur des services de la métropole toulousaine : piscines, musées, conférences pour seniors, bibliothèques municipales, restaurants, activités culturelles, transports...

Mutuelle communale

Afin de faciliter l'accès aux soins des seniors de plus de 60 ans, une convention a été signée entre la mairie de Toulouse et la mutuelle "Just".

Pour en bénéficier, il faut résider sur Toulouse et avoir des revenus inférieurs à 1800€ net par mois. Se rapprocher de la mairie pour plus d'informations.

Mobibus

Mobibus est un service de transport mis en place dans l'agglomération toulousaine pour les personnes âgées et en situation de handicap qui ne peuvent pas prendre le réseau de transport urbain.

Le dossier est disponible à la MDPH, dans les CCAS des communes desservies, et en ligne sur le site de Tisséo.

60
ANS

C'est l'âge à partir duquel vous pouvez bénéficier de la carte Montoulouse Senior

Bien vieillir à domicile

Le département du Gers

2

Facilit'ma vie 32

Le département du Gers met en place un dispositif pour faciliter la mise en place des aides techniques pour les personnes de 60 ans et plus.

Une équipe composée d'ergothérapeutes et d'assistantes sociales accompagne la mise en place d'aides techniques afin de compenser la perte d'autonomie.



Accueil familial pour les personnes en situation de handicap

Le département du Gers assure le suivi social et médico-social de la personne accueillie, la formation et le contrôle des accueillants familiaux.

Adapter son logement

Si vous êtes propriétaires occupants ou propriétaires bailleurs et que vous souhaitez effectuer des travaux sur votre logement, SoliHa (acteur associatif de l'habitat privé) peut vous accueillir et vous renseigner sur les différentes aides financières auxquelles vous pourriez prétendre.

Vos travaux doivent répondre à un besoin énergétique, une nécessité d'adaptation de logement, ou à une amélioration si votre logement est dégradé.

Bien vieillir à domicile

Le département du Gers



Transport à la demande (TAD)

Il s'agit de faire la demande au plus tard la veille de votre déplacement. Une personne vous amènera au lieu choisi, et vous ramènera chez vous ensuite. Ce transport est destiné à tous publics.



Ne pouvant plus conduire, le TAD me permet de me rendre à mes rendez-vous médicaux.

2€

c'est le coût d'un trajet
d'un transport à la
demande

Le Groupement pour l'Insertion des personnes handicapées physiques (GIHP)

Ce service est adapté aux personnes en situation de handicap avec une incapacité supérieure ou égale à 80%. Il est nécessaire de faire la demande quelques jours avant. Le transport se fait en priorité sur Auch et ses alentours.

Soutenir les aidants

Les congés

3



Congé proche aidant

Si vous aidez une personne âgée en perte d'autonomie et que vous êtes salarié(e), vous pouvez bénéficier du « congé proche aidant ».

Ce congé vous permet de cesser temporairement votre activité professionnelle pour vous occuper de la personne.

Ce congé est accessible sous certaines conditions.

Il peut être renouvelable mais ne doit pas excéder un an sur l'ensemble de votre carrière.

Congé de solidarité familiale

Il s'adresse, tout comme le congé proche aidant, aux salariés.

Pour en bénéficier, il faut que le proche que vous accompagnez soit gravement malade et/ou son pronostic vital en jeu.

Il est accordé pour une durée de 3 mois, renouvelable une fois.



Ces congés ne sont pas rémunérés mais vous pouvez bénéficier d'une allocation de compensation. Rapprochez-vous du service RH de votre entreprise et de la Convention Collective car cela varie selon les entreprises.

Soutenir les aidants

Aides psychologiques



Réseaux en ligne



Des réseaux en ligne existent et permettent l'échange de conseils et d'informations entre personnes partageant la même situation. Ils permettent de créer des communautés en ligne et de soutien.



Permanences téléphoniques

Le temps de repos que peut s'accorder l'aidant est souvent faible. Des permanences téléphoniques existent afin de venir en aide aux aidants sans que ces derniers ne sortent de chez eux.

Ce sont des lignes d'écoute, avec des professionnels ou des bénévoles-anciens aidants qui peuvent interagir avec vous et vous accompagner.

Association française des aidants



Cette association milite pour la reconnaissance du rôle d'aidant auprès de la société. Elle est à l'origine de nombreuses actions, comme le Café des Aidants.

Elle est à l'initiative de formations en ligne au service des aidants, avec 6 modules d'apprentissage.



Ma Boussole Aidant

Ma Boussole Aidant est une initiative de l'Agirc-arrco, c'est un service digital qui regroupe les informations et les aides pour les personnes aidantes.

Soutenir les aidants

Les relais temporaires



L'accueil de jour

Il accueille les personnes dépendantes pour une durée allant d'une demi-journée à quelques jours par semaine. Des activités y sont proposées, dans le but de préserver l'autonomie de la personne. Cela peut être une structure autonome dédiée à l'accueil de jour, ou proposé par un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes.

Les Haltes répit

Elles accueillent des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés. La durée d'accueil est la même que pour l'accueil de jour.

Le Conseil Départemental de la Haute-Garonne finance ces établissements. Le tarif des Haltes-Répits est peu coûteux pour le bénéficiaire.



L'hébergement temporaire en établissement

Ce mode de fonctionnement permet d'accueillir la personne âgée en pension complète dans un établissement spécialisé pour une durée de quelques jours à plusieurs mois.

La durée ne peut pas dépasser 90 jours dans l'année.

L'aidant est soulagé et peut prendre du temps pour soi sans culpabiliser.

Soutenir les aidants

Les relais temporaires



Le répit de longue durée, ou relayage

Un professionnel d'aide à domicile peut intervenir auprès de la personne aidée lorsque vous quittez votre domicile pendant plusieurs jours consécutifs. Il prend alors le relais durant toute la durée de votre absence.

L'accueil de nuit

Il est possible de recourir à une garde à domicile la nuit dans le cas où l'aidant souhaite avoir un relais pendant cette durée. Dans ce cas, l'aidant peut être l'employeur direct, ou peut faire appel à un service d'aide à domicile.

Autrement, les EHPAD ou résidence autonomie peuvent accueillir uniquement pour la nuit.

Si vous ne souhaitez pas avoir recours à quelqu'un durant une nuit complète, il est possible d'opter pour la garde itinérante de nuit, qui passe chaque nuit, de manière programmée, entre 20h et 7h du matin. L'intervenant est en capacité de pratiquer/d'aider pour les actes de la vie quotidienne.

2016

c'est l'année où le
statut d'aidant familial
a été reconnu*

8 À 11 MILLIONS

de personnes aident un
proche
quotidiennement**

*Statut définit par la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement, 2016

** Agir pour les aidants, DREES, 2021

Les solutions d'hébergement

4

Résidences services

Les résidences services sont des logements pour les personnes âgées qui ne peuvent plus ou ne souhaitent plus vivre à leur domicile.

Le logement est privatif mais la résidence possède des espaces communs. Ces résidences apportent confort et sécurité aux personnes.

L'accueil familial

Ce mode d'hébergement est destiné aux personnes de plus de 60 ans ou aux personnes en situation de handicap.

Seul(e) ou en couple, vous pouvez être hébergés par une famille d'accueil agréée par le Conseil Départemental.

Un contrat est établi entre vous et la famille d'accueil afin de définir les conditions.



Résidences autonomie

Ces résidences sont une intermédiaire entre le domicile et l'établissement spécialisé. Elles s'adressent, en location, aux personnes de plus de 60 ans, autonomes et qui souhaitent avoir leur propre domicile dans une résidence sécurisée. Des activités y sont proposées. Contrairement aux résidences services, les résidences autonomie ont une vocation sociale et répondent à un besoin d'accompagnement social des personnes âgées. Elles sont gérées par des structures publiques ou à but non lucratif.

Les solutions d'hébergement

4

Résidences intergénérationnelles

Elles accueillent, dans des logements indépendants, des personnes âgées autonomes, des jeunes, et des familles. Dans l'enceinte de la résidence, des espaces communs sont mis à la disposition des habitants, leur but étant de favoriser le vivre ensemble et de lutter contre l'isolement.



J'ai une grande maison où je me sens souvent seule. Je me suis rapprochée d'une association qui permet la mise en relation avec des étudiants. Depuis 6 mois, je cohabite avec Lucie, ce qui me permet d'entretenir mes relations sociales.

Cohabitation intergénérationnelle

C'est la personne âgée qui héberge un jeune à son domicile.

Un contrat est établi entre les 2 parties afin de fixer les attentes et les demandes de chacun d'eux. Il permet de lutter contre l'isolement, souvent présent chez nos aînés, et de garantir un lieu de vie aux plus jeunes.

Etablissements d'Hébergement pour personnes âgées dépendantes

Ces établissements s'adressent à des personnes âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien. Ils proposent des prestations en termes d'accueil hôtelier, de restauration, de service de nettoyage, ainsi que des prestations d'animation à la vie sociale.

Le coût de ces établissements varie. Il est possible de bénéficier d'aide publique afin de financer ces établissements.

Les services et aides à domicile



Services de Soins Infirmiers à domicile (SSIAD)

Les SSIAD accompagnent les personnes handicapées et âgées qui vivent à domicile en pratiquant des soins. Ils se font sur prescription médicale et sont des soins d'hygiène et de confort ou des soins infirmiers. Les SSIAD peuvent assurer une mise en relation avec les autres personnels paramédicaux et médicaux.

Services d'Aide à Domicile (SAAD)

Ils interviennent à domicile en accompagnement pour les personnes qui ont du mal à la réalisation de certaines tâches ou qui n'arrivent plus à les faire. Ils interviennent sur de l'entretien du logement, entretien du linge, aide à la toilette, aide au lever, aide au repas, aide aux courses, aide au coucher...



Le SAAD intervient deux fois par semaine à mon domicile pour des prestations ménagères.

Tous deux sont gérés par des administrations publiques. Il existe des structures regroupant les SSIAD et SAAD, ce sont les Services Polyvalents d'aide et de services à domicile (SPASAD).

Les services et aides à domicile



Les structures de services à la personne

Elles accompagnent différents publics dans l'aide des tâches quotidiennes. Elles peuvent intervenir dans l'aide au lever, l'aide à la toilette, l'aide à la prise des repas, l'aide au coucher...

Certaines exercent en mode prestataire ou mandataire.



J'emploie en direct mon jardinier, Eric. J'ai dû faire plusieurs démarches administratives afin de le déclarer comme mon salarié. Je le rémunère par le biais des chèques Cesu.

L'emploi direct

C'est vous qui êtes l'employeur de la personne, vous devez vous déclarer comme tel. Vous devez rechercher la personne qui pourrait réaliser les prestations dont vous avez besoin.

Portage repas

Plusieurs organismes peuvent proposer le service de portage repas à domicile. On y retrouve les SAAD, les structures de services à la personne, et certaines communes. Vous pouvez bénéficier de la livraison de vos repas chaque semaine.

Les aménagements



Lorsque l'on vit à domicile, il est nécessaire d'avoir des aménagements afin de sécuriser le lieu d'habitation. Il faut éviter à tout prix tout risque d'accident ou de mise en danger.

La domotique (automatisation de certains matériels de l'habitat) aide grandement au maintien à domicile et assure une sécurité quotidienne.



J'ai fait installer une rampe d'accès et un chemin lumineux dans ma maison. J'ai équipé ma douche d'une barre de maintien. J'ai également un pilulier connecté.

Aide au déplacement	Aide à l'hygiène	Aide au transfert
• Rampe d'accès • Canne • Déambulateur • Fauteuil roulant • Monte escaliers • Tapis de chutes • Chemin lumineux	• Réhausseur • Siège de bain • Barre de maintien de douche	• Lève personne • Lit médicalisé • Guidon de transfert • Ceinture de transfert • Lève jambe

Aide à la médication	Aide au repas
• Pilulier • Pilulier connecté • Coupe comprimé	• Couverts ergonomiques • Rebords d'assiettes incurvés • Verre à bec refermable

100 000

hospitalisations sont
causées par des
chutes *

causant

10 000

décès chaque année*



La solution GrabCare



GrabCare est une jeune start-up qui accompagne les seniors et les aidants à bien vieillir à domicile.

Comme vous avez pu le lire dans ce livre blanc, les aides financières et les accompagnements physiques sont nombreux et parfois difficile à obtenir.

Afin de soulager les personnes ayant besoin de cet accompagnement, GrabCare développe le care management. Nous intervenons auprès de personnes en situation de handicap, personnes âgées, et les personnes sortant d'une hospitalisation.

Nos coordinateurs autonomie interviennent suite à la demande de la personne elle-même, de l'aidant familial, ou d'un proche. Ils réalisent l'évaluation des besoins de manière holistique et établissent un plan de suivi avec l'accord du bénéficiaire ou son aidant. Les coordinateurs autonomie vont rechercher et contacter les professionnels compétents, coordonner la mise en place des prestations et suivre le bon déroulement des prestations.

Quotidiennement, Grabcare est à l'écoute de vos besoins et s'assure de votre satisfaction.

Le coordinateur autonomie est l'intermédiaire entre les professionnels et les bénéficiaires.

GrabCare m'aide et m'accompagne dans mes différentes démarches. Aujourd'hui, je sais que si ma situation évolue, j'appelle mon coordinateur autonomie et il réajuste ma prise en charge selon mes besoins.



La solution GrabCare

Nous espérons que la lecture de ce petit guide du « bien-vieillir » à domicile vous aura aidé à réfléchir et envisager d'autres solutions qu'un départ en Ehpad ou en maison de retraite.

Pensez à le partager avec vos enfants ou votre famille pour en discuter !

Notre leitmotiv : « on s'occupe de tout ! ».

Démarches administratives, organisation, liens avec les professionnels, éventuels aménagements du domicile, logistique des repas..., vous n'aurez qu'un seul interlocuteur et votre coordinateur autonomie répondra à tous vos besoins et vos attentes.

Cette étape de votre vie, parfois redoutée, peut aussi se conjuguer avec sérénité, sécurité et tout simplement bonheur de rester à la maison.

GrabCare vous offre cette solution !

N'hésitez pas à nous contacter pour que nous bâtissions ensemble votre projet de « bien-vieillir à domicile ».



GrabCare a pu m'aider et m'accompagner pour continuer à vivre à la maison en toute sécurité. Je suis heureuse d'avoir trouvé la solution pour rester chez moi malgré mon âge.

Nos coordonnées :



06 16 86 95 94



contact@grabcare.fr



www.grabcare.fr

Retrouvez-nous sur
les réseaux sociaux :

