



L'essentiel & plus encore

Dossier de presse

Proches aidants :

Présentation du service de répit à domicile

« Bulle d'Air »



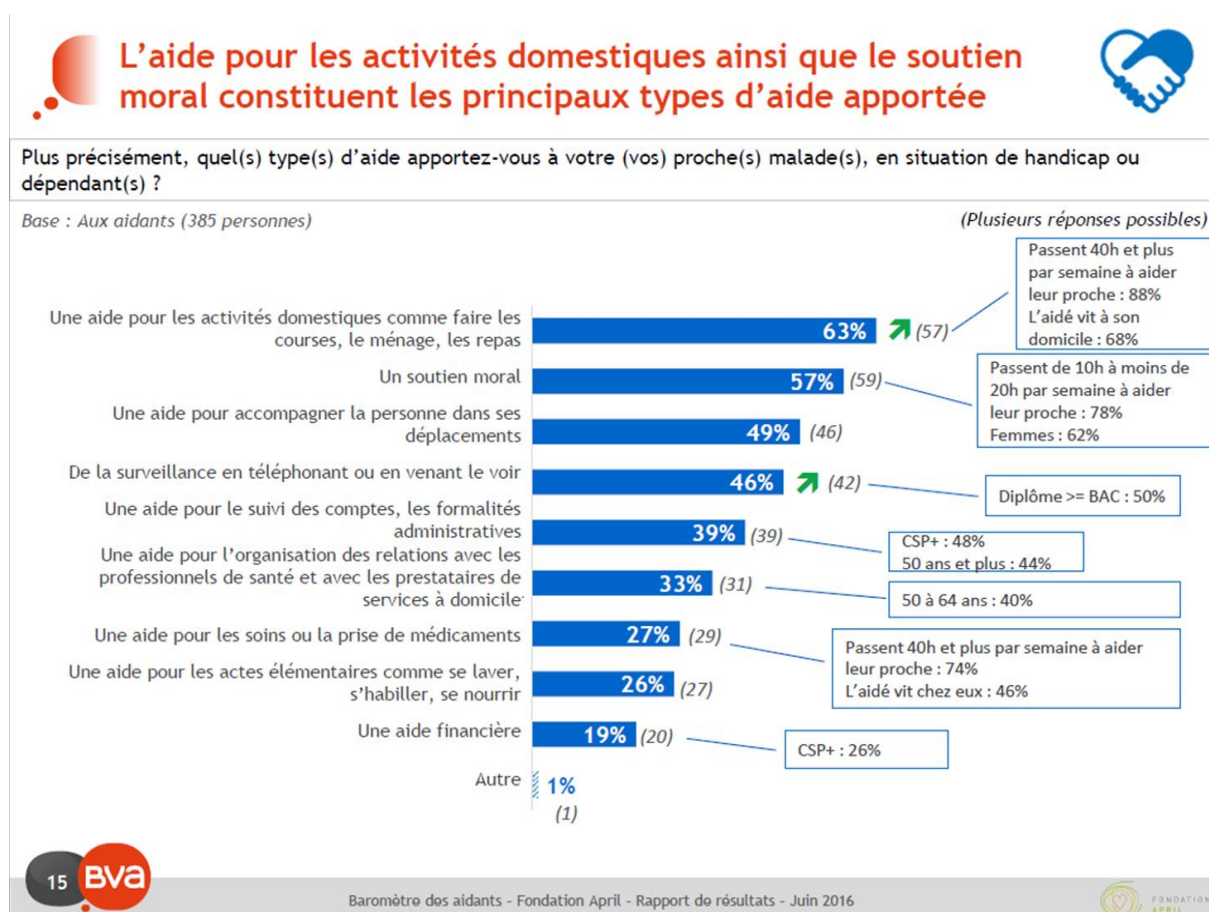
I. Maladie, handicap ou perte d'autonomie : les proches aidants sur tous les fronts

Société : près de 11 millions de proches aidants en France en 2016

En 2008, selon une étude de la DREES, le nombre de proches aidants, majoritairement issus de la famille ou de l'entourage proche, s'élève à 8,3 millions de personnes.

En 2016, d'après le baromètre de juin 2016 de la Fondation April*, ils représenteraient près de 11 millions de personnes. La majorité (58%) de ces aidants bénévoles, dont 46% d'entre eux n'ont pas encore franchi le cap de la cinquantaine, mène une vie professionnelle, tout en s'occupant régulièrement d'un proche, malade ou en situation de dépendance.

Si 84% des aidants font état d'une relation renforcée avec les personnes aidées, 35 % d'entre eux regrettent, malgré tout, de ne pas avoir assez de temps pour eux-mêmes.



<http://www.fondation-april.org/barometre-fondation-april>

France : Un cadre juridique affiné avec l'intégration d'un droit au répit et la reconnaissance du rôle du proche aidant :

La loi du 28 décembre 2015 relative à l'adaptation de la société au vieillissement a pour objectifs d'anticiper les conséquences du vieillissement de la population et d'inscrire cette période de vie dans un parcours répondant le mieux possible aux attentes des personnes en matière de logement, de transports, de vie sociale et citoyenne, d'accompagnement. Une priorité : l'accompagnement à domicile pour permettre aux personnes âgées de vieillir chez elles dans de bonnes conditions. Enfin, en renforçant les droits et libertés des personnes âgées, la loi entend leur apporter une meilleure protection. Des mesures concrètes vont aider les personnes âgées à préserver au mieux leur autonomie et permettre à leurs proches aidants de recevoir le soutien adapté à leur situation. Les départements, en charge de l'aide à l'autonomie des personnes âgées, sont appelés à appliquer ces nouvelles mesures.

La loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement se traduit par une réforme de l'**APA** (allocation personnalisée d'autonomie) à domicile, mise en place en 2002, et une augmentation des plafonds nationaux des plans d'aide.

Nouveau : La loi reconnaît également l'**action du proche aidant** en lui donnant une **définition** précise et en lui reconnaissant des **droits**. Ainsi, toute personne venant en aide de manière régulière, à titre non professionnel, pour accomplir une partie ou la totalité des actes de la vie quotidienne d'une personne âgée en perte d'autonomie, peut être considérée comme un proche aidant. Pour soutenir les proches aidants, la loi instaure un **droit au répit**, intégré à l'APA, pour permettre aux proches aidants, ne pouvant pas être remplacés et dont la présence ou l'aide est indispensable à la vie au domicile du bénéficiaire de l'APA, de prendre un **temps de repos**. En cas d'hospitalisation d'un proche aidant ne pouvant être remplacé et dont la présence ou l'aide est indispensable à la vie à domicile, une aide ponctuelle pourra être accordée.

<http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/dossiers/les-nouvelles-mesures-de-la-loi>

II. Le répit à domicile : une solution souple pour soutenir et relayer les proches aidants.

Le baluchonnage : un concept né au Canada

Terme canadien, créé au Québec, en 1999, par Marie Gendron, créatrice de « Baluchon Alzheimer », le baluchonnage se présente comme une solution de répit proposée aux aidants de personnes âgées atteintes de cette maladie. Ainsi, au Québec, [Baluchon Alzheimer](#) propose ses services aux aidants d'une personne malade pour une durée de 4 à 14 jours. En Belgique, l'association [Baluchon Alzheimer Belgique](#) aide les proches aidants jusqu'à 14 jours par an.

Idée retenue : relayer le proche aidant en lui permettant de prendre quelques jours de répit, hors du domicile. En se rendant l'espace de quelques heures ou jours/nuits au domicile de la personne malade ou dépendante, le baluchonneur va s'intégrer dans l'univers quotidien de la personne aidée et se « substituer » au proche aidant absent dans un climat de confiance, de sécurité et de continuité dans le mode de vie de chacun.

Un sujet de débat en France

Depuis plusieurs années, le baluchonnage est un sujet de débat récurrent dans notre pays. Et plusieurs initiatives, s'inspirant du concept canadien, ont déjà vu le jour en France. Cependant, nos dispositifs de répit à domicile n'ont pas vocation à dupliquer à la lettre les modalités d'organisation du baluchonnage développé au Québec. Le cadre juridique, les dimensions territoriales, les attentes/besoins des aidants, diffèrent sensiblement d'un pays à l'autre.

Toutefois, il est possible de s'inspirer de la « philosophie » du baluchonnage : écoute et attention accordées à la singularité des attentes et modes de vie de chacun, souplesse et adaptabilité du service, dimension humaniste de l'intervention ...

Le concept du baluchonnage : des avantages concrets pour le proche aidant et la personne malade

Bien souvent, même débordés ou épuisés, les proches aidants hésitent à s'adresser à un établissement spécialisé pour s'accorder des moments ou des jours de répit. Résultat, la majorité d'entre eux culpabilise et préfère renoncer à se reposer ... Or, sur le plan psychologique, il s'avère aussi bénéfique pour la personne malade ou dépendante que pour le proche aidant de profiter de moments de pause pour souffler un peu et recharger les batteries.

Bénéfices pour le proche aidant et le malade :

- ✓ Permettre au proche aidant (famille, compagne, amie) de lâcher prise l'espace de quelques heures ou de se reposer en prenant quelques jours de vacances. Il peut alors partir l'esprit serein en sachant son proche en sécurité, et entouré par une personne qualifiée et investie,
- ✓ Durant ce temps de répit, grâce à la prise en charge assurée par un intervenant qualifié, la personne aidée reste à son domicile, sans vivre le stress d'un changement de lieu ou de rythme de vie (les épisodes de repères modifiés et répétés pouvant générer « un syndrome de glissement » -perte d'autonomie- chez les personnes âgées),

- ✓ Préserver les habitudes de la personne dépendante, tout en lui donnant l'occasion d'instaurer une relation de confiance avec l'intervenant et de pratiquer des activités avec lui (sorties, promenades ...),
- ✓ Rassurer l'aidant qui sait que son proche est assisté par une personne compétente et de confiance. A noter : le baluchonneur tient souvent un journal régulier de sa mission d'accompagnement à destination du proche aidant.

III. Le service Bulle d'Air : une initiative pour favoriser le répit des proches aidants et le bien-être à domicile des seniors

Une orientation prioritaire de la CCMSA : Le **soutien aux aidants de personnes âgées** ou en **perte d'autonomie** représente une orientation stratégique de la politique d'ASS (action sanitaire et sociale) de la CCMSA.

Anticipant les évolutions sociétales, la CCMSA se préoccupe de la question des aidants familiaux depuis longtemps. Ceci s'explique naturellement par des caractéristiques sociologiques inhérentes aux familles agricoles, avec la persistance de certaines formes de cohabitation (plusieurs générations de la même famille vivant sous le même toit ou, plus fréquemment maintenant, à proximité les uns des autres).

A ce jour, les Caisses de MSA ont initié sur leurs territoires **plus de 400 actions** visant à apporter des solutions concrètes, adaptées aux situations assumées, par les proches aidants, au quotidien.

3 axes sont privilégiés :

- l'information et la formation des aidants dans leurs fonctions de soutien,
- l'accompagnement psychologique et le maintien de leur potentiel santé,
- l'organisation des répits nécessaires et la mobilisation de la solidarité entre aidants.

Contexte du projet Bulle d'Air :

S'inspirant du modèle du baluchonnage canadien, la **MSA Alpes du Nord** a créé le **service Bulle d'Air**, basé à Chambéry. Ce service de répit à domicile cible les personnes fragilisées par l'âge, la maladie ou un handicap physique ou mental, accompagnées au quotidien par un proche aidant. La MSA déploie progressivement ce service sur les 3 départements de Savoie, Haute-Savoie et Isère, tout en développant les partenariats locaux et en créant de nouveaux « pools » de baluchonneurs.

Leitmotiv : privilégier l'accompagnement personnalisé et modulable d'une personne malade ou dépendante pour soulager, l'espace de quelques heures ou de plusieurs jours, ses proches aidants - famille, conjoint(s), ami(e)s, enfant(s)...

Positionné sur le segment du répit à domicile, Bulle d'Air s'inscrit en complément d'autres solutions existantes comme l'accueil de jour ou l'hébergement temporaire ...

Ce projet, porté depuis 2014 par l'association Répit Bulle d'Air, résulte d'un partenariat avec la CNSA (Caisse centrale d'autonomie et de solidarité), la MSA Alpes du nord et la CCMSA (Caisse Centrale de la Mutualité Sociale Agricole).

Le dispositif fait également l'objet, depuis cette date, d'un projet de recherche/action, intitulé « Objectif Bulles ».

A la clé, un double enjeu :

- Tester et analyser la durabilité du dispositif, son impact, sa pertinence et ses conditions de déploiement
- Favoriser l'essaimage en produisant des références et des outils de modélisation (film*, guide méthodologique ...)

**Découvrir le film sur le dispositif Bulle d'Air : [Bulle d'Air - le film-CCMSA](#)*

Les atouts du service Bulle d'Air (baluchonnage) :

En 2015, **77% des familles utilisatrices** ont utilisé le service pour souffler et s'octroyer un peu de temps libre (**répit choisi**). Et **23% d'entre elles** ont choisi Bulle d'Air pour gérer des contraintes personnelles ou professionnelles (**relais contraint**).

Modalités :

- ✓ Ce service s'adresse à toute personne, quel que soit son régime de protection sociale,
- ✓ Les familles doivent contacter l'association Bulle d'Air, au moins 10 jours avant l'intervention, pour organiser une visite d'évaluation à domicile,
- ✓ Le service Bulle d'Air peut être sollicité, ponctuellement ou régulièrement, le week-end, les jours fériés, la nuit comme le jour,
- ✓ Toute intervention de baluchonnage Bulle d'Air fait l'objet d'un devis personnalisé. Les situations à gérer (les nuits notamment) peuvent être très diverses pour une même durée,
- ✓ Dans un souci de souplesse et d'acceptabilité du modèle économique, le choix est fait de construire un modèle, de type « **mandataire encadré** »,
- ✓ La référence est la Convention collective nationale des salariés du particulier-employeur. Le coût de l'intervention, avant aides (base : 13,1 € de l'heure en moyenne ; 16,5 € de l'heure/ en coût médian avant aides pour les familles), intègre le salaire et les charges sociales du baluchonneur, les frais de gestion et d'accompagnement de l'association,
- ✓ Le reste à charge, après aides, est de 7,9 € en valeur moyenne et de 6,5 € en valeur médiane,
- ✓ Le coût de revient d'une heure de baluchonnage se situe entre 10 € et 20 € (en fonction de la durée de l'intervention). Certaines heures font l'objet d'abattements spécifiques (heures de nuit, heures d'équivalence).

Qualités humaines et recrutement rigoureux au cœur du dispositif « baluchonnage » :

Les baluchonneurs sont rigoureusement sélectionnés par l'**association Bulle d'Air** sur la base de leur savoir-faire et de leurs motivations, mais surtout au regard de leurs qualités humaines. Ce sont, bien souvent, des auxiliaires de vie, aides à domicile ou aides-soignants, déjà en poste ou récemment à la retraite, souhaitant avoir un complément d'activité et mettre leurs compétences au service des familles, dans le cadre spécifique du service de répit à domicile.

Une visite préalable à domicile est effectuée par le service pour rencontrer le proche aidant et la personne aidée. Objectif : connaître ses habitudes de vie, ses activités, son environnement familial, ses traitements médicaux et les dispositifs d'aide à domicile dont elle bénéficie. Une première intervention d'une demi-journée est ensuite organisée, à domicile, entre le baluchonneur, le proche aidant et la personne aidée.

Le baluchonnage de l'association Bulle d'Air : l'assurance d'une présence attentive et d'un accompagnement sérieux des personnes aidées

- ✓ Le baluchonneur assure toujours des missions de 3h consécutives minimum,
- ✓ Le baluchonneur missionné peut être présent pendant 48 heures d'affilée au domicile de la personne âgée, jour et nuit, 24 heures sur 24. Au-delà de 48 heures, Bulle d'Air prévoit une rotation de salarié pour garantir à la famille une continuité d'intervention pendant plusieurs jours,
- ✓ Si selon les circonstances, l'intervenant peut être amené à réaliser un petit entretien du lieu de vie (faire la vaisselle), l'essentiel de sa mission porte sur l'aide apportée à la personne aidée dans la vie quotidienne (prise des repas, promenades, déplacements, lecture, jeux, conversation ...).

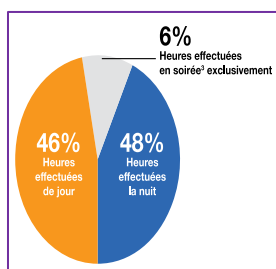
Profils types et caractéristiques :

- Moyenne d'âge : 50 ans
- 45% de personnes diplômées des filières médico-sociales (+ 1% en cours d'études)
- 54% des intervenants sont expérimentés mais non diplômés,
- 25% des baluchonneurs sont des retraités

✚ **Témoignage : Zoom sur Sylvie Orio (59 ans), psychothérapeute et baluchonneuse au sein de l'association Bulle d'Air**

Depuis février 2014, **Sylvie Orio** travaille comme baluchonneuse pour l'**association Bulle d'Air** à Chambéry. Psychothérapeute de métier, elle bénéficie également d'une expérience d'accompagnement des mourants en Bretagne et d'animatrice auprès de retraités en Epadh. Dans le cadre de sa mission pour Bulle d'Air, elle intervient auprès de Pierre, Jean et Marc, respectivement âgés de 95 ans, 78 ans et 87 ans. « *Le principe du baluchonnage est d'accompagner le malade pendant la mission et, en parallèle, de soulager le proche aidant, en lui proposant un temps de répit salutaire et une bouffée d'oxygène et de détente. Il n'est pas évident de remplacer au départ un proche aidant. Dans ce contexte, la baluchonneuse doit savoir rester à sa place et ne pas chercher d'emblée à le remplacer. Aussi, avant chaque visite, je privilégie les échanges avec la famille proche (épouses ou filles) des trois messieurs dont je m'occupe pour bien caler mes missions et connaître leurs habitudes. Je n'interviens pas sur la partie soins médicaux à proprement parler ou sur l'aspect ménage-entretien de la maison. En termes de durée, le temps de mes interventions varie, allant de 24 heures à 3 jours d'affilée. Le relationnel est essentiel pour moi. J'essaye d'apporter de la gaieté à des messieurs âgés, souffrant souvent de problèmes d'orientation et d'élocution, voire de pertes de mémoire. Enfin, pour égayer leur quotidien, je parle beaucoup avec eux sur des sujets variés, tout en organisant des promenades à pied ou en voiture pour les divertir et ensoleiller leur quotidien.* »

Association Bulle d'Air : Un service à la carte avec des séquences de répit à domicile modulables



Répartition des heures de répit à domicile privilégiées par les proches aidants :

- ▶ Pour 29% des proches aidants : de 12h à 24h
- ▶ Pour 28% des proches aidants : de 6h à 12h
- ▶ Pour 27% des proches aidants : de 3 h à 6h
- ▶ Pour 16% des proches aidants : 24 h et plus

Coût de la prestation et aides mobilisées

- Montant des **dépenses engagées avant aides par an et par famille : 3563 €**,
- **74% des familles bénéficient d'une ou plusieurs aides pour financer ces dépenses** (APA, déductions fiscales, MSA, Maison des aidants, PCH, autres ...),
- **70% des personnes ayant reçu une aide bénéficient d'un taux de réduction supérieur ou égal à 50%**, quand 30% d'entre elles ont un taux de réduction allant de 1 à 49%,
- **La MSA Alpes du Nord a créé, pour ses ressortissants, une prestation de « découverte » du répit à domicile (200 € sans conditions de ressources). Ensuite, une aide, plafonnée à 800 €/an, est proposée (avec conditions de ressources).**

III. Association Bulle d'Air : repères clés 2015

- **110 baluchonneurs**, répartis sur **3 départements** (65 en **Isère**, 29 en **Savoie** et 16 en **Haute-Savoie**)
- **118 familles utilisatrices**
- **416. 857 € de prestations facturées en 2015**
- **271 heures de répit à domicile par famille /an**
- Une estimation moyenne de **4 mois d'utilisation par an du service par les familles**

- **405 appels de familles** (prise de renseignements, demandes de baluchonnage)
- **85 nouvelles familles utilisatrices**
- **109 évaluations à domicile** réalisées
- **58% de missions ponctuelles vs 42% de missions régulières** (durée supérieure à 3 mois consécutifs)

En 2016, forte de son succès, l'**association Bulle d'Air** poursuit sa dynamique de développement, avec pour objectif, la réalisation de 45 000 heures de répit à domicile dans les Alpes du nord, tout en étendant progressivement le service dédié sur les départements rhônalpins (Ain-Rhône, Ardèche-Drôme-Loire).

Perspectives : le projet « Objectifs Bulles » 2017-2019

S'appuyant sur les enseignements et l'évaluation résultant de l'action « Objectifs Bulles 2014-2016 », (expérimentation et modélisation) conduite dans les départements Isère, Savoie et Haute-Savoie, la CCMSA, en liaison avec ses partenaires, prévoit d'engager un programme d'**essaimage** sur la période 2017-2020, via son réseau de Caisses.

But recherché : lancer un appel à projets interne, dès le début 2017, pour déployer, en l'espace de 3 ans, « Bulle d'Air », via 10 autres Caisses de MSA.

Pour cela, la CCMSA va constituer une **équipe d'appui et de coordination** dédiée. **Principales missions** :

- travailler sur l'organisation de séminaires de formation et l'accompagnement individuel des porteurs de projet,
- définir un cahier des charges, document de référence, pour pouvoir attribuer la marque déposée du service de répit à domicile « Bulle d'Air ». Ceci permettra de garantir son déploiement auprès des bénéficiaires comme des baluchonneurs, de manière cohérente et fiable, et en respectant le modèle économique et la qualité de service définis.

Contact presse CCMSA

❖ **Caroline Tonini**
 LD/ 01 41 63 70 97
 Cell/ 06 34 46 06 35
tonini.caroline@ccmsa.msa.fr

❖ **Géraldine Vieuille**
 LD/ 01 41 63 72 41
vieuille.geraldine@ccmsa.msa.fr