

COMMUNIQUE DE PRESSE

**« Aider les aidants » :**  
**le dossier de *Faire Face* pour les proches d'une personne en perte d'autonomie**

Aujourd'hui, en France, plus de 8 millions de personnes s'occupent d'un proche dépendant (parent, enfant, conjoint) en raison d'un handicap ou de l'avancée en âge. Ces aidants, souvent démunis face à leurs droits, assurent de multiples tâches quotidiennes, au risque parfois de mettre leur propre santé en danger.



C'est pourquoi, *Faire Face*, le bi-media pour mieux vivre le handicap moteur, publie dans son numéro de mars / avril 2016, un dossier exclusif consacré aux aidants familiaux. Pour ne pas laisser les proches d'une personne en perte d'autonomie seuls face à leurs obstacles et à leurs questions.

Pour se procurer ce dossier, rendez-vous sur [www.faire-face.fr](http://www.faire-face.fr) !

Les aidants familiaux assurent aujourd'hui de multiples tâches quotidiennes : ménage, courses, soins, toilette, gestion administrative, accompagnement à la vie sociale, prise de rendez-vous... Un rythme souvent difficilement tenable pour ces personnes, avec le risque de négliger leur propre santé.

Ainsi, des aides financières, à la couverture sociale, en passant par les mesures pour la retraite, le magazine *Faire Face* fait le point sur les ressources dont peuvent bénéficier les aidants.

Comment concilier sa vie d'aidant et sa vie professionnelle ? Obtenir une allocation lorsqu'on s'occupe de son enfant handicapé ? S'organiser et se reposer ? Sans oublier de prendre soin de sa santé ou encore apprendre à faire la part des choses dans sa relation à l'autre ? *Faire Face* vous donne des clés pour vivre plus sereinement votre vie d'aidant.

**Au sommaire de ce numéro :**

**✚ Ressources et protection sociale : des aidants dédommagés... mais mal assurés**

*Les aidants peuvent être dédommagés par l'allocataire de la PCH. Mais leurs droits sociaux restent limités. Certains dispositifs techniques leur permettent toutefois de bénéficier d'une meilleure couverture.*

**✚ Ressources et protection sociale : des coups de pouces pour la retraite**

*Les mesures en faveur de la retraite des aidants sont différentes selon les régimes, privé ou public.*

**✚ Aide et travail : concilier ses deux vies**

*Des congés spécifiques permettent aux aidants de mettre entre parenthèse leur activité professionnelle ou de la réduire. Ils peuvent également trouver dans le droit commun des mesures pouvant répondre à leurs besoins de souplesse.*

Tarifs et abonnements sur [www.faire-face.fr](http://www.faire-face.fr)

*Faire Face* est également sur les réseaux sociaux ! Retrouvez toute l'actualité du handicap moteur sur [Facebook](https://www.facebook.com/faireface), [Twitter](https://twitter.com/faireface) et [Google +](https://www.google.com/plus/).

### **Parentalité : obtenir une allocation**

*Les parents d'enfant(s) lourdement handicapé(s), âgé(s) de moins de 20 ans, peuvent bénéficier de l'AAEH et de ses compléments. Ces derniers permettent notamment de compenser l'arrêt total ou partiel de l'activité professionnelle.*

### **Vie pratique : s'organiser et se reposer**

*Accompagner un proche handicapé implique de nombreuses tâches quotidiennes et une présence parfois permanente. Des relais existent pour vous aider à assumer ce rôle sur le long terme.*

### **Santé : prendre soin de soi**

*L'accompagnement quotidien d'un proche handicapé peut avoir de lourdes conséquences sur votre santé. Et ce, bien avant que vous ne vous sentiez malade. Apprenez ainsi à repérer les signes d'alerte et à vous ménager du temps pour votre bien-être.*

### **Psychologie : faire la part des choses**

*Seul(e), il n'est pas aisé de parvenir à bien vivre la relation avec son proche aidé. Face à plusieurs situations difficiles vécues par des aidants, voici quelques pistes pour retrouver des rapports plus équilibrés.*

**[Dossier téléchargeable](http://www.faire-face.fr) en vente au prix de 2,90 € sur [www.faire-face.fr](http://www.faire-face.fr)  
**[Numéro complet téléchargeable](http://www.faire-face.fr) disponible à 5,70€ sur [www.faire-face.fr](http://www.faire-face.fr).****

**Contact presse :**

Evelyne Weymann : 01 40 78 56 59 – 06 89 74 97 37

---

Tarifs et abonnements sur [www.faire-face.fr](http://www.faire-face.fr)

Faire Face est également sur les réseaux sociaux ! Retrouvez toute l'actualité du handicap moteur sur [Facebook](https://www.facebook.com/faceface), [Twitter](https://twitter.com/faceface) et [Google +](https://plus.google.com/faceface).