

Proches aidants en Hauts-de-France

Définition de proches aidants

Un proche aidant, au sens de la loi, peut être le conjoint, le partenaire de PACS, le concubin, un membre de la famille, un allié ou encore une personne avec qui la personne âgée vit ou entretient une relation étroite et stable. Le proche aidant apporte de l'aide de façon régulière, sans être un professionnel, pour réaliser tout ou partie des gestes et activités de la vie quotidienne.⁸⁰

Dans les Hauts de France, on estime que 310 000 personnes aident un proche de 60 ans ou plus, à domicile, dans les tâches de la vie quotidienne.⁸¹

Plus de personnes âgées dépendantes pour moins de proches aidants disponibles

Le vieillissement de la population et l'allongement de l'espérance de vie, associés à la volonté croissante des personnes âgées dépendantes de rester à domicile augmentent fortement la demande de soutien des proches aidants.^{82 83}

D'ici 2030, le nombre d'aidants potentiels n'augmentera que de 12 %, tandis que celui des personnes âgées dépendantes progressera de 21 %. Cette évolution entraînera un déséquilibre : on comptera alors 7,3 aidants pour chaque personne âgée dépendante, contre près de 8 aujourd'hui dans la région. Ces aidants seront de plus en plus âgés, donc eux-mêmes exposés à la dépendance. Par ailleurs, leur disponibilité risque de diminuer, du fait de l'activité professionnelle accrue des femmes et de l'éloignement géographique des enfants. Les femmes sont en effet plus souvent actives que par le passé et donc moins disponibles. Les études et les

carrières professionnelles font que les actifs vivent de plus en plus souvent loin de leurs parents. Tous ces facteurs accroissent le risque d'épuisement des aidants.⁸⁴

La région se distingue par une association plus fréquente entre le soutien familial et l'aide professionnelle : 89 % des personnes âgées bénéficient des deux types d'assistance, un chiffre plus élevé que la moyenne française de 86 %.⁸⁵

D'après l'enquête réalisée par la DREES en 2021 « Vie quotidienne et santé », les Hauts-de-France se distinguent par un niveau d'entraide intergénérationnelle plus élevé que la moyenne nationale : 21 % des personnes âgées vivant à domicile bénéficient du soutien de leurs proches, contre 17 % en France métropolitaine.

Les proches aidants : une diversité de profils et de rôles

D'après l'ARS Hauts-de-France, les principaux aidants des personnes âgées sont les conjoints (50 %), suivis des enfants, puis d'autres proches tels que les frères, sœurs ou petits-enfants, comme l'illustre le graphique ci-dessous. Ce profil, majoritairement familial est cohérent avec les données nationales.⁸⁶

⁸⁰ Article L113-1-3 - Code de l'action sociale et des familles - Légifrance

⁸¹ Soutien aux aidants | Agence régionale de santé Hauts-de-France

⁸² L'accompagnement des seniors dépendants : 9300 emplois à créer d'ici 2030 (paru en 2020) https://www.insee.fr/fr/statistiques/4807345?utm_source=

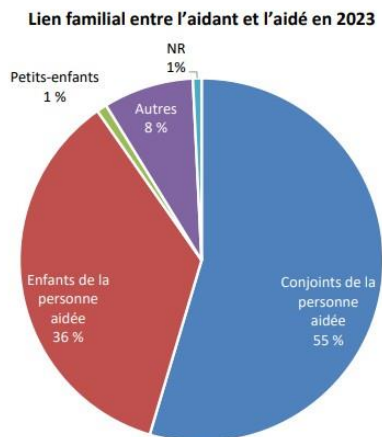
⁸³ Avis du Conseil scientifique relatif à la mise en œuvre de la COG pour 2025 - Aider ceux qui aident : contribuer au renforcement du soutien aux proches aidants

⁸⁴ L'accompagnement des seniors dépendants : 9300 emplois à créer d'ici 2030 (paru en 2020)

⁸⁵ Près d'un senior à domicile sur dix en perte d'autonomie dans les Hauts-de-France - Insee Analyses Hauts-de-France - 163 (paru en 2023)

⁸⁶ https://www.hauts-de-france.ars.sante.fr/soutien-aux-aidants-0?utm_source=

Lien familial entre l'aidant et l'aidé en 2023



Source : ARS - DST, DOMS 2024 - Exploitation OR2S

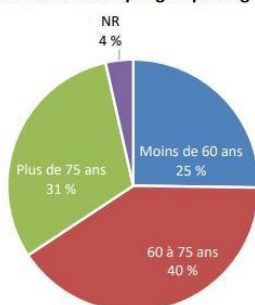
Champ : 7 275 aidants

En 2020, les aidants se divisaient principalement en deux groupes : ceux qui étaient en emploi (37 %) et ceux qui étaient retraités (49 %).⁸⁷

En 2021, d'après la DREES⁸⁸, la France comptait plus de 9 millions de proches aidants.

Au niveau national, le taux d'aidants atteint son maximum chez les 55-64 ans, avec une personne sur quatre concernée, illustrant l'intensité de l'engagement à cette étape de la vie. Les données régionales confirment globalement cette tendance. En effet, en 2023, la répartition des aidants par tranche d'âge était la suivante : 25 % avaient moins de 60 ans et 40 % étaient âgés de 60 à 75 ans.

Répartition des aidants par groupe d'âges en 2023



Source : ARS - DST, DOMS 2024 - Exploitation OR2S

Champ : 7 275 aidants

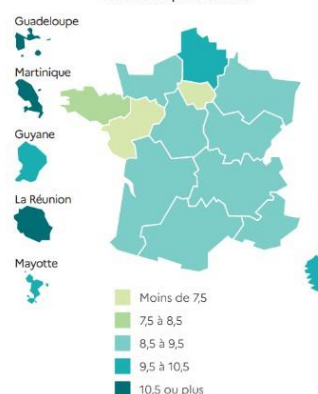
Au niveau national, l'aide régulière apportée se décline de plusieurs manières : le soutien moral est

le plus répandu et concernant 6,4 millions d'aidants, suivi de l'accompagnement dans les actes de la vie quotidienne (5,7 millions), et, plus rarement, de l'aide financière (1,3 million).

Les femmes constituent un peu plus de la moitié des proches aidants (56 %), alors qu'elles représentent 52 % de la population adulte, ce qui les rend légèrement surreprésentées parmi les aidants. En revanche, les hommes sont légèrement plus nombreux dans le domaine de l'aide financière, représentant 51 % des aidants financiers contre 48 % de la population adulte.

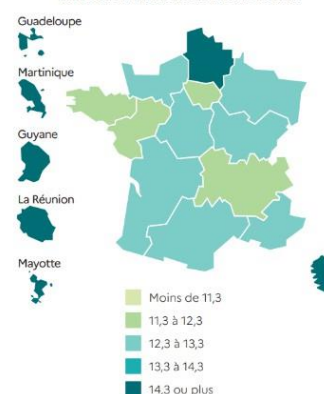
Plus de proches aidants dans les DROM, en Corse et dans les Hauts-de-France

Part normalisée* de proches aidants apportant une aide aux activités de la vie quotidienne



* Part normalisée selon l'âge

Part normalisée* de personnes fortement limitées ou présentant au moins une limitation fonctionnelle sévère



Les régions d'outre-mer, les Hauts-de-France et la Corse comptent une proportion plus élevée de proches aidants, en lien avec une fréquence plus importante de limitations dans la vie quotidienne.

Les proches aidants constituent une population diverse, dont le profil et le rôle varient en fonction de l'âge, du lien avec la personne aidée et de la situation professionnelle. On peut distinguer trois profils principaux, d'après l'étude de 2023 réalisée par la DREES :

- Le conjoint ou la conjointe : il s'agit généralement d'une personne âgée de 70 à 80 ans ou plus, vivant avec la personne aidée et assurant un soutien quotidien important. Dans la région, l'aidant est dans

⁸⁷ [L'accompagnement des seniors dépendants : 9 300 emplois à créer d'ici 2030 - Insee Analyses Hauts-de-France - 115](#)

⁸⁸ [9,3 millions de personnes déclarent apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie en 2021 | Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques](#)

plus de la moitié des cas le conjoint de la personne aidée (55 % en 2023).⁸⁹

- La proche aidante en emploi : Il s'agit le plus souvent d'une femme d'environ 50 à 64 ans qui est encore en activité professionnelle. Bien qu'elle ne vive pas forcément avec son proche, elle lui rend des visites régulières pour coordonner les soins médicaux et les démarches administratives. La principale difficulté pour elle est de concilier sa vie professionnelle avec ses obligations d'aidante.
- L'aidant à distance : Ce profil concerne les personnes qui ne vivent pas à proximité de leur proche. Ils organisent la mise en place de prestataires de services, gèrent l'aspect administratif et effectuent des visites ponctuelles. La charge qui pèse sur eux est principalement une charge mentale liée à la gestion à distance.

À ces trois profils s'ajoute une catégorie particulière : le "double-aidant" ou "multi aidant". Ce terme désigne les personnes qui prennent soin à la fois de leurs parents âgés et de leurs propres enfants (adolescents ou jeunes adultes), ou qui doivent s'occuper de deux aînés.⁹⁰

Les répercussions multidimensionnelles du rôle de proche aidant sur leur qualité de vie

En France, la moitié des proches aidants rapportent des problèmes de santé physique ou mentale. Les proches aidants plus âgés apparaissent particulièrement vulnérables⁹¹ :

- 19 % déclarent au moins une conséquence sur leur santé physique (fatigue, troubles du sommeil, douleurs dorsales ou palpitations).
- 37 % évoquent au moins une répercussion sur leur santé mentale (fatigue morale, isolement, anxiété).

Au-delà de ces impacts sur la santé, la question de la conciliation entre vie professionnelle et rôle d'aidant

reste également centrale. Toutefois, à ce jour, seules des données nationales sont disponibles ; aucun indicateur chiffré régional n'a encore été produit sur ce sujet.

Pour les plus jeunes, souvent encore en activité, l'enjeu est la conciliation des différentes vies. Bien que leur santé soit moins impactée que celle des aidants plus âgés, ils doivent gérer la complexité de leur carrière, l'aide à leurs parents et parfois leurs propres enfants.⁹²

54 % des salariés aidants se disent épuisés ; 49 % déclarent souffrir d'un stress supérieur à celui des autres salariés (+10 points)⁹³

L'accompagnement des proches aidants est donc devenu un enjeu de santé publique majeur.

Soutien et accompagnement des proches aidants : une offre hétérogène et des droits

L'Agence Régionale de Santé (ARS) Hauts-de-France souligne dans un article du 20 décembre 2024⁹⁴, que nombreux sont les aidants qui vivent en proie à l'isolement, au manque de reconnaissance voire à l'épuisement.

Afin d'éviter l'épuisement, les proches aidants de personnes âgées dépendantes peuvent recourir à divers dispositifs de répit, présentés ci-dessous.

L'hébergement temporaire offre une solution lorsque le soutien à domicile est momentanément difficile, en particulier pour répondre au besoin de répit du proche aidant. À côté de cette modalité, l'accueil de jour constitue une autre option de répit, permettant aux personnes âgées de bénéficier d'activités encadrées tout en offrant un soulagement régulier à leurs aidants.

L'ARS finance 47 Plateformes d'accompagnement et de répit (PFR) dans toute la région dont 24 dédiées aux aidants de personnes âgées dépendantes.⁹⁵

⁸⁹ Bilan d'activité régional des dispositifs liés au parcours de vieillissement (dont les maladies neurodégénératives) de l'ARS - Activités 2023 - Paru en janvier 2025

⁹⁰ Les proches aidants : une population hétérogène, dossier de la DREES <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2023-05/DD110EMB.pdf?utm> (paru en mai 2023)

⁹¹ Perte d'autonomie : quels effets sur la santé des proches aidants ?

⁹² L'accompagnement des seniors dépendants : 9 300 emplois à créer d'ici 2030 - Insee Analyses Hauts-de-France - 115

⁹³ RSE | Engagement des entreprises pour leurs salariés aidants | Haut-commissariat à la stratégie et au plan

⁹⁴ Des plateformes pour accompagner les aidants de votre territoire | Agence régionale de santé Hauts-de-France

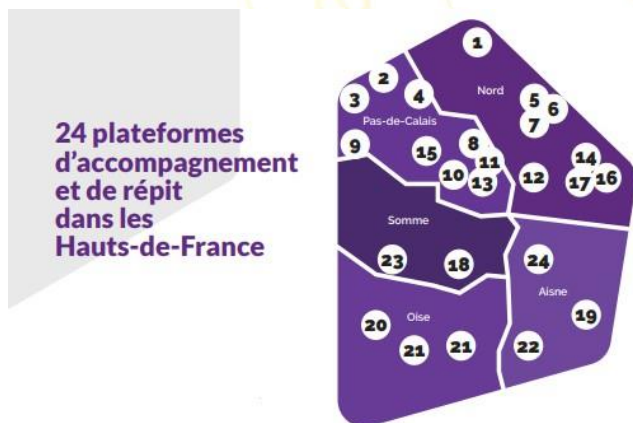
⁹⁵ Accompagnement des aidants - Plateforme d'Accompagnement et de Répit dans les Hauts-de-France <https://www.hauts-de-france.ars.sante.fr/lars-hauts-de-france-consacre-un-budget-annuel-de-106-meu-pour-aider-les-aidants-0?utm>

Les PFR accueillent les proches aidants des personnes de plus de 60 ans en perte d'autonomie, cognitive et/ou fonctionnelle, ainsi que les proches aidants de personnes souffrant de maladies neurodégénératives (maladie d'Alzheimer et apparentée, maladie de Parkinson, sclérose en plaques) sans limite d'âge.

Les PFR sont présentes dans tous les départements de la région (Nord, Pas-de-Calais, Somme, Aisne, Oise).

En 2023⁹⁶, 7 275 aidants ont été accompagnés par l'une des 24 PFR, soit une augmentation de 4 % (en 2022, 7 021 aidants avaient contacté l'une des 24 PFR). Le nombre d'aidants accompagnés par une PFR dans la région est de 15,1 aidants pour 1 000 personnes âgées de 75 ans et plus⁹⁷. Ce chiffre, relativement faible, indique que seule une minorité des aidants bénéficie de cet accompagnement, soulignant un potentiel besoin non couvert et la nécessité de renforcer l'accès aux services de soutien dans la région.

Les zones urbaines, comme la Métropole lilloise, semblent mieux dotées en structures tandis que les zones plus rurales ou isolées peuvent avoir une offre moins diversifiée, comme le montre la carte ci-dessous.⁹⁸



Si les PFR sont présentes dans tous les départements de la région, leur organisation et leurs missions s'inscrivent dans un cadre national plus large. La Fédération des Plateformes de Répit (FPFR), créée en

2019 fédère ces structures, en soutenant les professionnels et en valorisant leurs actions à l'échelle du territoire français.⁹⁹

Aux côtés des dispositifs institutionnels portés par l'ARS, émergent des espaces innovants tels que les tiers-lieux dédiés aux aidants. Lieu de rencontre et de soutien, il propose aux aidants : ateliers, partage et accompagnement personnalisé. En complément, le département de la Somme organise annuellement depuis 2023, le *Village des aidants*, des journées d'échanges au cours desquelles les proches aidants peuvent obtenir des informations et découvrir les ressources disponibles sur leur territoire, des solutions de proximité au soutien moral, en passant par les démarches administratives et des animations axées sur le bien-être et le sport. D'autres départements des Hauts-de-France développent également des initiatives comparables : dans le Pas-de-Calais, la *Grande fête des aidants de l'Artois* propose animations et stands d'information, dans le Nord, Dunkerque organise un *Café des aidants itinérant*, dans l'Aisne, un *Forum des aidants* offre rencontres avec des professionnels et échanges d'expériences, et dans l'Oise, un numéro de téléphone unique via *Allo Oise Seniors*, pour répondre aux questions des aidants. Ces initiatives, variées dans leur forme et leur organisation, témoignent de l'engagement des départements à soutenir les proches aidants et à leur offrir des espaces d'échange, d'information et de répit adaptés à leurs besoins.

En complément de ce réseau de proximité, d'autres mesures de soutien existent pour reconnaître et accompagner le rôle des proches aidants :

- Le congé de proche aidant permet à un salarié de suspendre temporairement son activité pour accompagner un proche en perte d'autonomie, sous certaines conditions de lien avec la personne aidée et pour une durée limitée.
- L'Allocation Journalière du Proche Aidant (AJPA) soutient financièrement les personnes

⁹⁶ Bilan d'activité régional des dispositifs liés au parcours de vieillissement (dont les maladies neurodégénératives) de l'ARS - Activités 2023 - Paru en janvier 2025

⁹⁷ Bilan d'activité régional des dispositifs liés au parcours de vieillissement (dont les maladies neurodégénératives) de l'ARS - Activités 2023 - Paru en janvier 2025

⁹⁸ <https://www.hauts-de-france.ars.sante.fr/media/38961/download?inline>

⁹⁹ Fédération des Plateformes de répit des aidants familiaux (FPFR) - [Accueil](#)

qui interrompent totalement ou partiellement leur activité pour accompagner un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie. Elle est versée par la CAF ou la MSA.

- Le droit au répit permet aux proches aidants de bénéficier de temps de repos pour éviter l'épuisement, en mobilisant certaines solutions de répit financées dans le cadre du plan d'aide de l'APA à domicile.

Avant même la parution du décret de 2025 encadrant officiellement les dispositifs de suppléance à domicile, certains acteurs du territoire s'étaient déjà engagés dans cette voie.

La MSA de Picardie, notamment, co-porte un service de relayage à domicile, *Bulle d'air*, permettant à des intervenants professionnels formés de prendre temporairement le relais du proche aidant au domicile de la personne accompagnée. Le service a été mis en place de manière échelonnée : d'abord dans la Somme en 2018, puis dans l'Oise en 2021, et plus récemment dans l'Aisne en 2024.¹⁰⁰ En 2024, toutes les demandes de relayage à domicile ont donné lieu à une intervention : 120 familles ont été accompagnées dans la Somme, 70 dans l'Oise et 2 dans l'Aisne (ouverture en cours d'année). Ce dispositif, vise à offrir un répit de courte durée tout en maintenant la continuité du lien et la qualité de l'accompagnement. Il peut être financé par la complémentaire retraite à travers un forfait. Le reste à charge varie en fonction du nombre d'heures souhaitées par le proche aidant.

Ces mesures de soutien se trouvent désormais renforcées par le décret du 19 août 2025, qui définit les dispositifs de suppléance à domicile (ou « relayage ») et les séjours de répit aidant-aidé, permettant aux proches aidants de bénéficier de temps de repos tout en garantissant la continuité de l'accompagnement de la personne aidée.

Parallèlement aux dispositifs de répit et de soutien au quotidien, la reconnaissance du rôle des proches aidants s'étend également au domaine de la retraite. La réforme des retraites de 2023 a ainsi instauré l'Assurance Vieillesse des Aidants (AVA), qui permet aux personnes accompagnant un proche de valider des trimestres de retraite, même en cas de réduction ou d'interruption de leur activité professionnelle. Ce dispositif vient compléter l'ensemble des mesures existantes, en intégrant la contribution des aidants dans leur parcours professionnel et en valorisant leur engagement sur le long terme.¹⁰¹

Si la reconnaissance du rôle des aidants et le développement de l'offre de soutien sont des priorités régionales, l'accès concret aux services et aux solutions de répit n'est pas encore uniforme pour tous les habitants de la région.

Dans ce contexte, la stratégie nationale « Agir pour les aidants » 2023-2027 vise à mieux reconnaître et accompagner les aidants en France. Elle prévoit notamment le développement de 40 000 nouvelles places de répit d'ici 2027, la création d'un guichet unique dans chaque département, le renforcement du congé proche aidant, ainsi que l'ouverture de la VAE aux aidants et l'amélioration de l'accès aux bourses pour les étudiants concernés. Des actions de repérage et de sensibilisation sont également déployées pour identifier plus efficacement ces publics et répondre à leurs besoins.¹⁰²

¹⁰⁰ [MSA - Bulle d'air - MSA Picardie](#)

¹⁰¹ [Être un proche aidant - L'Assurance retraite](#)

¹⁰² [Aidants : les principales mesures de la stratégie 2023-2027 | info.gouv.fr](#)

Faits marquants

- La croissance des **personnes âgées dépendantes (21%)** dépassera largement celle des **aidants potentiels (12%)** en 2030.
- **37%** des aidants sont **en emploi**, **40%** des aidants sont **retraités** et **56%** sont des **femmes**. La **moitié** des proches aidants rapportent **des problèmes de santé physique ou mentale**
- **54 %** des salariés aidants se disent **épuisés** ; **40 %** déclarent souffrir d'un **stress supérieur à celui des autres salariés**
- La région compte **310 000** proches aidants d'une personne âgée de **60 ans ou plus** et vivant à domicile. En 2023, **moins de 8 000** proches aidants ont été accompagnés par une PFR
- De nombreux dispositifs locaux de soutien aux aidants sont mis en œuvre sur le territoire



Les contributions du groupe de travail

Un groupe de travail s'est constitué autour de cette thématique. Ce groupe s'est réuni à deux reprises afin d'examiner et de discuter des enjeux liés aux proches aidants des personnes âgées dans la région. Au cours de ces réunions, plusieurs problématiques ont été identifiées. Cette liste n'est pas exhaustive et reflète uniquement les éléments abordés à ce jour, lors des sessions du groupe de travail.

Le groupe de travail était composé de :

- **Maxime Barron**, directeur EHPAD KORIAN Bords de la Marque, membre du SYNERPA.
- **Coralie Berthier**, responsable de l'activité recherche en prévention à l'institut Pasteur de Lille
- **Professeur Frédéric Bloch**, médecin gériatre au CHU d'Amiens
- **Bernard Da Lage**, élu référent de la commission personnes âgées chez France-Assos Santé Hauts-de-France.
- **Patrick Fournier**, médecin gériatre et président de l'association Debout les aînés.
- **Laureen Gajek**, chargée de mission chez France Assos Santé Hauts-de-France.
- **Eric Guiot**, manager du centre d'éducation en prévention santé à l'institut Pasteur de Lille.
- **Christelle Jobert**, cadre de direction chargée du pôle des partenariats, des autorisations et de la patientèle au sein des établissements de Villiers-Saint-Denis.
- **Claire Joly**, chargée de mission santé au conseil régional des Hauts-de-France.
- **Ghislaine Lefebvre**, UFAL Amiens métropole.
- **Jennifer PEREIRA**, chargée d'études en action sanitaire et sociale à la MSA de Picardie.
- **Aurore Piat**, directrice du DAC Appui santé Somme.
- **Nathalie Quaybeur**, présidente de la fédération des plateformes de répit.
- **Delphine Skrzynski**, responsable régionale Hauts-de-France pour la FEPEM.
- **Jean-François Trochon**, directeur de béguinage et compagnie.

Les principales problématiques identifiées par le groupe de travail

1. **La multiplicité des intervenants auprès des proches aidants** génère des difficultés de lisibilité et accroît le risque de rupture d'accompagnement du proche aidant.
2. Les plateformes de répit sont **méconnues des professionnels libéraux**, alors qu'ils sont en première ligne auprès des proches aidants et des personnes âgées.
3. La **difficulté de repérage des proches aidants** engendre une absence d'accompagnement.
4. Les **employeurs jouent un rôle clé** dans le repérage et la reconnaissance des salariés aidants.
5. Le manque d'information sur les droits des proches aidants.
6. Les **proches aidants âgés soutenant un enfant handicapé** forment une population encore peu identifiée par les dispositifs existants.
7. La dégradation progressive de la santé physique des aidants s'explique en partie par la **difficulté à concilier accompagnement de l'aidé et prise en charge de soi**.
8. Les dispositifs d'accueil de jour peinent à s'adapter à la diversité des situations : **leurs horaires sont souvent inappropriés pour les proches aidants actifs**, et l'offre dédiée à certaines pathologies, notamment la maladie de Parkinson, demeure limitée.
9. Les **formalités administratives pour une admission en hébergement temporaire** représentent un frein pour les aidants.

Liens avec d'autres fiches thématiques

Avec les problématiques identifiées, le groupe de travail met en avant le lien important avec d'autres fiches thématiques :

- La thématique « **Accompagnement à domicile et en établissement** » (Axe 1) avec la coordination entre professionnels et proches aidants, la formation des équipes, et le repérage des signaux d'épuisement.

- La **thématique « Isolement »** (Axe 2) avec l'épuisement, le manque de reconnaissance et l'isolement social des proches aidants.
 - La **thématique « Bienveillance »** (Axe 2) : la qualité de l'accompagnement et la prévention de l'épuisement des proches aidants sont directement liées aux principes de bienveillance.
 - La **thématique « Accessibilité, transports et ruralité »** (Axe 3) : les aidants à distance ou vivant dans des zones rurales sont confrontés à des difficultés d'accès aux services et aux PFR.
2. Analyser les profils des proches aidants recensés, en distinguant les jeunes encore scolarisés aidant des personnes âgées et les aidants âgés accompagnant des enfants en situation de handicap, afin d'identifier leurs besoins, leurs difficultés et les ressources disponibles.
 3. Élaborer et diffuser une capsule vidéo de formation destinée aux professionnels, visant à renforcer leurs compétences dans le repérage des signes annonciateurs d'épuisement chez les proches aidants.

Les préconisations du groupe de travail

1. Améliorer la visibilité des dispositifs de répit existants notamment via les plateformes de répit.
 2. Analyser les profils des proches aidants recensés, en distinguant les jeunes encore scolarisés aidant des personnes âgées et les aidants âgés accompagnant des enfants en situation de handicap, afin d'identifier leurs besoins, leurs difficultés et les ressources disponibles.
 3. Faire concevoir et réaliser une capsule vidéo de formation destinée aux professionnels, visant à les sensibiliser au repérage des signes d'alerte de l'épuisement des proches aidants.
 4. Renforcer la mise en place de programmes d'éducation thérapeutique destinés aux aidants et à leurs proches.
 5. Mettre en place une formation spécifique des équipes, centrée sur la connaissance et la compréhension des pathologies des personnes accompagnées.
4. Mettre en place une formation spécifique des professionnels du domicile, centrée sur la connaissance et la compréhension des pathologies des personnes accompagnées, notamment lors d'intervention pour du relayage à domicile.
 5. Organiser une action de sensibilisation auprès des managers pour favoriser l'identification des proches aidants en entreprise.

Les actions à mener par le Gérontopôle

1. Intégrer au gérontoguide la liste des dispositifs de répit existants sur la région.