



**Proches
nécessitant des soins**
Concilier vie
professionnelle et soins

Helsana

Engagée pour la vie.

« Un engagement privé pour prodiguer des soins à l'un de vos proches a des conséquences sur vos conditions de vie. »

Soins apportés aux proches

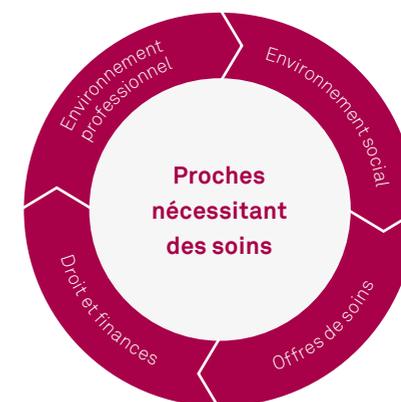
Votre engagement

Vous vous occupez d'un proche nécessitant des soins ? Cette brochure vous fournit des informations importantes sur l'organisation, les finances et les aspects légaux.

Quand des proches tombent malades ou deviennent fragiles en raison de leur âge, les membres de la famille apportent souvent une aide. Leur soutien est souvent considéré comme une affaire privée dont on ne parle pas. Avec cette brochure, nous souhaitons vous fournir quelques informations pour que vous puissiez trouver vos repères dans cette situation, gérer au mieux vos ressources et au besoin obtenir de l'aide, car votre santé nous tient à cœur.

S'occuper de proches nécessitant des soins demande un engagement considérable. Les efforts à déployer et leur degré de dépendance augmentent en continu proportionnellement à leur état de santé et à l'évolution de leur maladie. Viennent s'ajouter à cela des tâches administratives qui peuvent également prendre beaucoup de temps.

Vous trouverez dans les pages suivantes les informations principales concernant la conciliation des tâches professionnelles et familiales, les offres de prestations susceptibles de vous soulager et les aspects financiers et légaux. Nous avons rassemblé pour vous à la fin de cette brochure les interlocuteurs qui peuvent vous aider.



Concilier harmonieusement vie professionnelle et soins

Influence sur la vie professionnelle

Très souvent, les employés ne parlent pas de leur engagement pour des proches dans leur environnement professionnel. Nous vous recommandons de vous demander avec prudence s'il convient ou non d'informer votre employeur. Cependant, précisément quand le rapport de travail est régulièrement affecté par cette situation ou quand cette dernière est très lourde pour vous, il peut être utile d'en discuter et de trouver des solutions ensemble.

Vous trouverez ci-contre une courte check-list comprenant les points importants pour un entretien avec votre supérieur ou avec le service du personnel.

work & care

Le programme work & care met une plateforme d'information à disposition des personnes prodiguant des soins à des proches. Des vidéos, des conseils et des outils aident ces personnes à concilier la vie professionnelle et les soins. work & care est un programme de recherche du centre de formation Careum pour les métiers de la santé de la Haute Ecole Spécialisée Kalaidos.

Vous en apprendrez davantage sur :

workandcare.ch

Conseil

Faites-vous conseiller sur les manières de concilier vie professionnelle et soins. Certains employeurs disposent d'un service de consultation sociale d'entreprise. Adressez-vous à votre supérieur ou au service du personnel pour savoir si un tel service est proposé à l'interne ou à l'externe.

Si aucune offre de conseil d'entreprise n'est à votre disposition, vous pouvez vous adresser au bureau UND. Cette organisation qui bénéficie du soutien de la Confédération défend la conciliation entre activité professionnelle et responsabilités familiales. Elle dispense notamment des prestations de conseil subventionnées aux particuliers.

Pour en savoir plus :

fachstelle-und.ch

Entretien avec l'employeur

Votre check-list

- Réfléchissez à l'avance précisément aux objectifs que vous souhaitez atteindre lors de l'entretien. S'agit-il uniquement d'informer votre employeur ou voulez-vous trouver une solution ensemble ?
- Mettez par écrit de quelle façon votre engagement privé affecte votre activité professionnelle. Quelles sont les conséquences, par exemple, sur votre disponibilité ?
- Notez s'il conviendrait d'apporter des modifications à vos conditions de travail actuelles et lesquelles, à court ou à long terme, afin de mieux concilier votre activité professionnelle et les soins prodigués.
- Convenez d'un rendez-vous avec votre supérieur direct ou avec le service du personnel. Ainsi, vous vous assurez que suffisamment de temps sera accordé à votre requête.
- Présentez votre demande point par point. Laissez la possibilité à votre interlocuteur de poser des questions ou de faire des remarques.
- Convenez des étapes suivantes. Il se peut que votre interlocuteur ait besoin de temps pour réfléchir avant de pouvoir vous donner une réponse définitive.

Vous trouverez une fiche d'information complète intitulée « Travailler et s'occuper d'un proche malade » sur : alz.ch

Soins et prise en charge

Où trouver un soutien ?

Répartir les tâches

Nous vous conseillons de répartir autant que possible les tâches liées aux soins et au soutien entre plusieurs personnes. Tout le monde ne se sent pas apte à prodiguer des soins. Par ailleurs, il est souvent plus aisé de déléguer à l'entourage des tâches ménagères ou administratives que la garde ou les soins. Déterminez également si certaines de vos obligations, en dehors de l'aide aux proches, peuvent être réparties. Quelles tâches au sein de votre propre foyer peuvent par exemple être déléguées à des membres de la famille ?

Croix-Rouge suisse

La Croix-Rouge suisse soutient les personnes prodiguant des soins à des proches en proposant un conseil, des services et des cours. Les différentes offres sensibilisent aux défis posés par le soutien et les soins aux proches et proposent des solutions pour différentes situations du quotidien.

Découvrez les différentes offres proposées sur :

redcross.ch

Aide et soins à domicile

Différentes organisations prennent en charge des soins à domicile. En principe, une répartition du travail est également possible entre les proches et le service des soins à domicile. Selon la conception de l'offre, il est également possible de confier à ce service des tâches liées à la gestion du foyer.

Vous trouverez de plus amples informations sur les prestations des organisations d'aide et soins à domicile à but non lucratif ou sur les offres d'aide et soins à domicile du secteur privé sur :

spitex.ch

spitexprivée.ch

Pro Infirmis

Pro Infirmis dispense des conseils et offre son soutien aux personnes souffrant d'un handicap mental, physique ou psychique, jusqu'à l'âge de la retraite, ainsi qu'à leurs proches. Les entretiens sont gratuits et confidentiels.

Vous en apprendrez davantage sur :

proinfirmis.ch

Pro Senectute

Pro Senectute conseille les personnes âgées et leurs proches et répond aux questions liées à la vieillesse, comme le type de logement et l'organisation des soins dispensés par les proches. L'offre de conseil de Pro Senectute est gratuite. Par ailleurs, Pro Senectute propose une palette d'offres pratiques telles que livraison de repas à domicile, service de fiduciaire, visites et maintien des contacts.

Découvrez les différentes offres proposées sur :

pro-senectute.ch

Proches à l'hôpital ou à l'EMS

Lorsque des proches nécessitant des soins doivent être transférés dans un établissement stationnaire, de nombreuses questions peuvent surgir. Adressez-vous à la direction ou au service social de l'établissement pour obtenir des renseignements ou des conseils.

Commune de domicile

L'administration communale et les centres de soins ou les centres pour personnes âgées proposent une offre variée pour les seniors et pour les personnes handicapées. Ces offres comprennent également des nuitées dans les centres de soins ou les centres pour personnes âgées, ainsi que des places dans les cliniques de jour ou de nuit. Informez-vous sur les différentes offres.

Vous en apprendrez davantage sur le site de la commune de domicile de vos proches ou en vous renseignant auprès des bureaux de consultation régionaux de Pro Senectute ou Pro Infirmis.

Coûts des soins

Qui participe au financement ?

Coûts des soins

Les coûts des soins sont pris en charge par l'assurance de base si les prestations de soins sont réalisées par des professionnels diplômés. C'est notamment le cas pour les services d'aide et de soins à domicile et les EMS. Pour facturer ses prestations à la caisse-maladie, l'organisation d'aide et soins à domicile a besoin d'une ordonnance médicale pour prestations de soins. Les coûts pour l'enca-drement, l'accompagnement et les aides ménagères ne sont pas supportés par l'assurance de base.

Allocation pour impotent

L'allocation pour impotent a pour but de faciliter le quotidien de personnes handicapées. Elle est versée à des personnes qui dépendent de l'aide de tiers pour des activités quotidiennes comme s'habiller, se nourrir ou les tâches liées à l'hygiène corporelle. Le droit à cette allocation naît au plus tôt après écoulement d'un temps d'attente d'une année et s'éteint quand la personne concernée ne remplit plus les conditions. L'étendue de l'impotence est définie en trois degrés : faible, moyen, grave. C'est le service AI cantonal qui a

pour mission de définir l'étendue de l'impotence. Afin de faire valoir un droit à des prestations complémentaires ou à une allocation pour impotent pour vos proches, adressez-vous au service AVS/AI du canton de leur domicile.

Prestations complémentaires à l'AVS/AI

Toute personne bénéficiant d'une rente de l'AVS ou de l'AI peut faire une demande de prestations complémentaires. Ont droit aux prestations complémentaires les personnes qui vivent en Suisse et dont les prestations de rente ne permettent pas de couvrir les besoins vitaux. Il est également possible de faire valoir le paiement des frais de maladie et d'invalidité via les prestations complémentaires. Cela vaut par exemple pour les frais d'assistance, de soins et prise en charge à domicile et pour les moyens auxiliaires.

Bonifications pour tâches d'assistance

Quand vous vous occupez de parents nécessitant des soins (parents, enfants, frères et sœurs, grands-parents, de même que conjoints, beaux-parents et enfants du conjoint), vous avez droit aux bonifications pour tâches d'assistance. Celles-ci doivent vous permettre, plus tard, d'obtenir une rente AVS ou AI plus élevée. Un droit à ces bonifications est prévu quand la personne nécessitant des soins se trouve au moins 180 jours par an dans la même situation d'habitation et réside à 30 kilomètres ou une heure au maximum de votre domicile. De plus, la personne nécessitant des soins doit recevoir une allocation pour impotent de l'AVS, de l'AI, de l'assurance-accidents ou de l'assurance militaire. Vous devez vous annoncer chaque année à la caisse de compensation de votre canton de domicile pour faire valoir les bonifications.

Vous en apprendrez davantage sur :

avs-ai.info

ausgleichskasse.ch

Soins apportés aux proches

Aspects juridiques

Contrat de soins et de prise en charge

Si vous vous occupez de proches ou leur prodiguez des soins, nous vous recommandons de conclure un accord en bonne et due forme. Les accords contractuels clarifient l'étendue des prestations d'aide et vous permettent de régler les aspects financiers ou encore les frais de logement et de nourriture.

Conseil social gratuit

Les clarifications relatives à l'assistance des proches nécessitant des soins sont particulièrement chronophages. Le service de consultation sociale de Pro Infirmis ou Pro Senectute vous soutient dans ces démarches.

Les points suivants font partie du contrat de soins

- Début et fin (délai de résiliation) des rapports de soins
- Résiliation du contrat pour causes extraordinaires, telles qu'entrée en EMS
- Réglementation relative aux vacances
- Indemnités
- Droits d'utilisation si vous vivez sous le même toit
- Description des prestations d'aide
- Données relatives aux procurations établies

Vous trouverez un exemple de contrat de soins et d'assistance sur :

prosenectute.ch

Les proches en tant qu'employeurs

Si vous recevez une rémunération pour les soins prodigués à un proche, ce dernier est considéré comme votre employeur. Qui-conque engage une personne âgée de plus de 18 ans comme employé-e à domicile doit verser pour cette dernière des cotisations d'assurances sociales et s'annoncer à la caisse cantonale de compensation en tant qu'employeur.

Les particuliers employant du personnel ont la possibilité d'obtenir auprès de la caisse cantonale de compensation une procédure de décompte simplifiée, qui facilite l'annonce et la remise des décomptes pour l'AVS, l'AI, l'allocation pour perte de gain, les prestations complémentaires et les allocations familiales. Veuillez vous informer auprès de votre caisse cantonale de compensation.

Une demande est nécessaire pour les assurances sociales et les prestations suivantes :

- Assurance-accidents obligatoire (LAA)
- Prévoyance professionnelle (LPP)
- Allocations familiales

Directives anticipées du patient

Les directives anticipées du patient permettent à vos proches nécessitant des soins de régler des questions fondamentales telles que :

- Qui doit être informé en cas de séjour hospitalier ?
- Qui a voix au chapitre concernant le traitement en cas d'incapacité de discernement ou d'expression ?
- Quelles mesures doivent être prises en cas d'urgence médicale, quelles mesures ne doivent pas être prises ?

La Croix-Rouge suisse et Pro Senectute offrent des conseils complets sur les directives anticipées du patient :

redcross.ch
prosenectute.ch

Prestations d'Helsana

Une assurance optimale

Les clientes et clients du groupe Helsana disposant des assurances complémentaires VIVANTE ou CURA peuvent bénéficier de prestations supplémentaires en cas de nécessité de soins.

VIVANTE

Grâce à VIVANTE, nos clientes et clients perçoivent des indemnités journalières dont ils peuvent disposer librement s'ils ont besoin de soins de longue durée. Ils peuvent par exemple utiliser l'argent pour la rémunération d'aide privée, de services de repas ou pour la compensation de pertes de salaire de proches.

CURA

En cas de nécessité de soins de longue durée, les prestations de CURA vous permettent de financer les frais de logement et de pension dans un EMS, ou les frais pour l'aide ménagère en cas de soins à domicile, jusqu'à concurrence du montant de l'indemnité journalière convenu. Nos clientes et clients jouissent ainsi d'une plus grande liberté dans le choix de l'EMS et de la chambre, ou peuvent se décharger en recourant aux services d'une aide ménagère.

« Helsana propose des solutions d'assurance qui offrent une plus grande flexibilité en cas de nécessité de soins. »



Interlocuteurs

Conseil et assistance

Offres de conseil

Croix-Rouge suisse (CRS)

redcross.ch

Pro Senectute Suisse

prosenectute.ch

Pro Infirmis

proinfirmis.ch

Soins à domicile/ moyens auxiliaires

Aide et soins à domicile Suisse

spitex.ch

Spitex privée Suisse

spitexprivée.ch

FSCMA conseil en matière de moyens auxiliaires pour les personnes handicapées

fscma.ch

Conciliation profession et soins

Bureau UND

fachstelle-und.ch

Careum

work & care

workandcare.ch

Ligues suisses de la santé

Ligue suisse contre le cancer

liguecancer.ch

Ligue pulmonaire Suisse

liguepulmonaire.ch

Association Alzheimer

alz.ch

Société suisse de la sclérose en plaques

multiplesklerose.ch

Parkinson Suisse

parkinson.ch

Fondation suisse Pro Mente Sana

promentesana.org

Autres adresses de contact

Vous trouverez des contacts pour d'autres questions relatives à la santé auprès de la Conférence nationale suisse des ligues de la santé sur :

geliko.ch

Avec le soutien spécialisé de :



Careum F+E – Institut de recherche
de la HES Kalaidos, département
Santé

Helsana est partenaire officiel
de la CRS

Croix-Rouge suisse
Schweizerisches Rotes Kreuz
Croce Rossa Svizzera



Vous avez des questions ?

Nous nous ferons un plaisir de vous aider. Nous sommes joignables au :
0844 80 81 82
helsana.ch/contact

Distinguée par les meilleures notes.



Groupe Helsana

Case postale
8081 Zurich
helsana.ch

Le Groupe Helsana comprend Helsana Assurances SA, Helsana Assurances complémentaires SA et Helsana Accidents SA. La présente fiche de produit a valeur d'information et ne constitue pas une offre définitive. Sous réserve de modifications.