

# Guide aux collaborateurs « proches aidants »

## Savez-vous ce qu'est un proche aidant ?

Un proche aidant est une personne qui vient en aide, à titre non professionnel, de manière régulière et fréquente, à une personne de son entourage, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne.

## Schneider Electric vous accompagne dans votre rôle d'aidant

Des mesures ont été mises en place dans le cadre de l'accord sur la Qualité de Vie au Travail afin de faciliter le quotidien des salariés en situation d'aidant et permettre de concilier vie professionnelle et vie personnelle.

Être un proche aidant, c'est un bouleversement dans sa vie de tous les jours. L'enjeu est de réussir à bien prendre la mesure de cette nouvelle responsabilité, de ne pas se faire "aspérer" et de continuer à mener une vie professionnelle, familiale, sociale... équilibrée. Comment y parvenir ?

### En qualité de proche aidant, vous disposez de congés spécifiques :

- le congé de solidarité familiale (indemnisé par la CPAM) ;
- le congé de proche aidant (indemnisé par la CAF) ;
- le congé de présence parentale (indemnisé par la CAF) ;
- le don de jours pour les proches aidant.

Vous retrouvez en détails les modalités de ces congés sur [Support@schneider](mailto:Support@schneider).

### L'entreprise vous accompagne afin de bien appréhender vos responsabilités de « proche aidant » et vous retrouver parmi la multitude d'informations et de dispositifs.

Il existe une multitude d'organismes ou de professionnels, à qui vous pourrez faire appel en fonction de l'état de santé de votre proche.

## Comment bien vous repérer ?

### Au sein de Schneider Electric :

- les services de santé au travail de Schneider Electric ;
- les assistantes sociales du travail de Schneider Electric ;
- les Ressources Humaines : Support@Schneider;
- le Service d'assistance de Klésia Prévoyance (tél. : 05 49 34 81 48) ;
- Pour les salariés des filiales non affiliées à Klésia, vos organismes de prévoyance et de retraite complémentaire pourront également vous venir en aide.

### Au niveau national, ou de votre département :

- **Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)** : rattaché à votre commune, il est dédié à l'accompagnement des familles en difficulté, des personnes âgées et des personnes en situation de handicap, afin de les informer et de les orienter vers les aides, actions et dispositifs locaux. Pour trouver le CCAS le plus proche de chez vous, n'hésitez pas à contacter votre mairie.

- **Le Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique (CLIC)** : le CLIC est un centre d'accueil, de conseil et d'orientation des personnes âgées de plus de 60 ans et de leurs proches, destiné à faciliter l'accès aux droits. [Trouver le CLIC le plus proche de chez vous.](#)
- **La Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)** : elle s'occupe d'accueillir et d'accompagner les personnes en situation de handicap de moins de 60 ans, ainsi que leurs proches, pour toutes les démarches liées aux diverses situations de handicap. [Trouver la MDPH de votre département](#)

## Où trouver du soutien ?

Dans toute la France, il existe de nombreuses associations et lieux d'échanges : groupes de paroles, cafés des aidants, soutien psychologique... où vous pourrez trouver de l'écoute, des conseils et du soutien si vous en éprouvez le besoin.

- **Le "Café des aidants"** un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restaurant, etc.). La liste des Cafés des aidants, est disponible sur [www.aidants.fr](http://www.aidants.fr).
- **La Maison des aidants** propose des services et des conseils. Elle est animée par une équipe d'experts et de professionnels de santé (psychologue, conseillère sociale...). Elle organise des activités sous forme d'ateliers (séances de yoga, art floral, sorties...) et des formations.
- **Le réseau associatif**, parfois spécialisées dans l'accompagnement de maladies spécifiques et de l'impact sur l'entourage, les associations peuvent être sources d'informations, de solutions de répit, de formations et de soutien. N'hésitez pas à vous rapprocher de votre mairie pour connaître les associations présentes sur votre territoire.

Pour connaître les actions proposées près de chez vous, n'hésitez pas à vous rapprocher du Centre Communal d'Action Sociale de votre ville, du Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique. [Trouver leurs coordonnées.](#)

## Comment vous entourer (et trouver des suppléments) pour ne pas vous épuiser ?

Devenir aidant peut s'apparenter à un sprint : beaucoup de contacts à prendre, de démarches à entreprendre... Ne cherchez pas à endosser tous les rôles ! Sachez au contraire passer le relais à d'autres proches, ou à des professionnels de santé (infirmière, aide à domicile, etc.).

Au sein de Schneider Electric, peuvent vous accompagner et vous conseiller pour mettre en œuvre ces temps de pauses :

- les services de santé au travail et les assistantes sociales du travail de Schneider Electric,
- le Service d'assistance de Klésia Prévoyance, qui propose des solutions « dite de répit » qui vous permettent de conserver du temps pour soi (quelques heures, quelques jours...).

## Comment préserver votre santé ?

Bien prendre soin d'un proche, cela commence par être attentif à sa propre santé physique et psychologique. Se ménager des pauses dans sa vie d'aidant. C'est une nécessité pour être performant au travail et disponible dans sa vie d'aidant.

Concrètement, comment faire ? Voici quelques pistes :

- prendre un congé, avec son proche ou non,
- opter pour une solution d'hébergement temporaire pour reprendre pied,
- se faire accompagner psychologiquement.

Life Is On



[Consultez La Box Santé au Travail.](#)