



Estelle THOMAS

Hélène LECLERC



Etude Aidants

Extract du rapport des résultats

A l'attention de Pènda BOURRIÉ

Méthodologie



Échantillon

Interrogation de :

- **1 000 français actifs (dans le secteur privé ou public)** âgés de 18 ans et plus, dont **316 aidants (tout secteur)**
- **1 000 français actifs (dans le secteur privé ou public) évoluant dans le secteur de la santé**, âgés de 18 ans et plus, dont **272 aidants (tout secteur)**



Mode de recueil

Etude réalisée **online** sur système CAWI (Computer Assisted Web Interview) **via panel**



Dates de terrain

Du **16 au 25 juin 2025**

NB : pour assurer la représentativité des échantillons, les résultats ont été redressés en termes de sexe, âge, CSP et région.



1

Qui sont les aidants ?
Quel profil ont-ils et dans
quelles conditions de travail
évoluent ils ?

Près d'1 actif sur 3 déclare avoir un rôle d'aidant pour une personne dépendante ayant besoin d'une aide régulière et fréquente. Auprès des professionnels de santé, une proportion légèrement inférieure (28%).

Part d'aidants



Ensemble des actifs

Base : ensemble (1000)

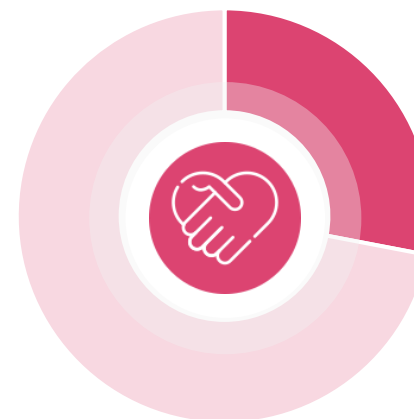


32%+ sont aidants
(au moins 2 fois par mois)



Actifs du secteur de la santé

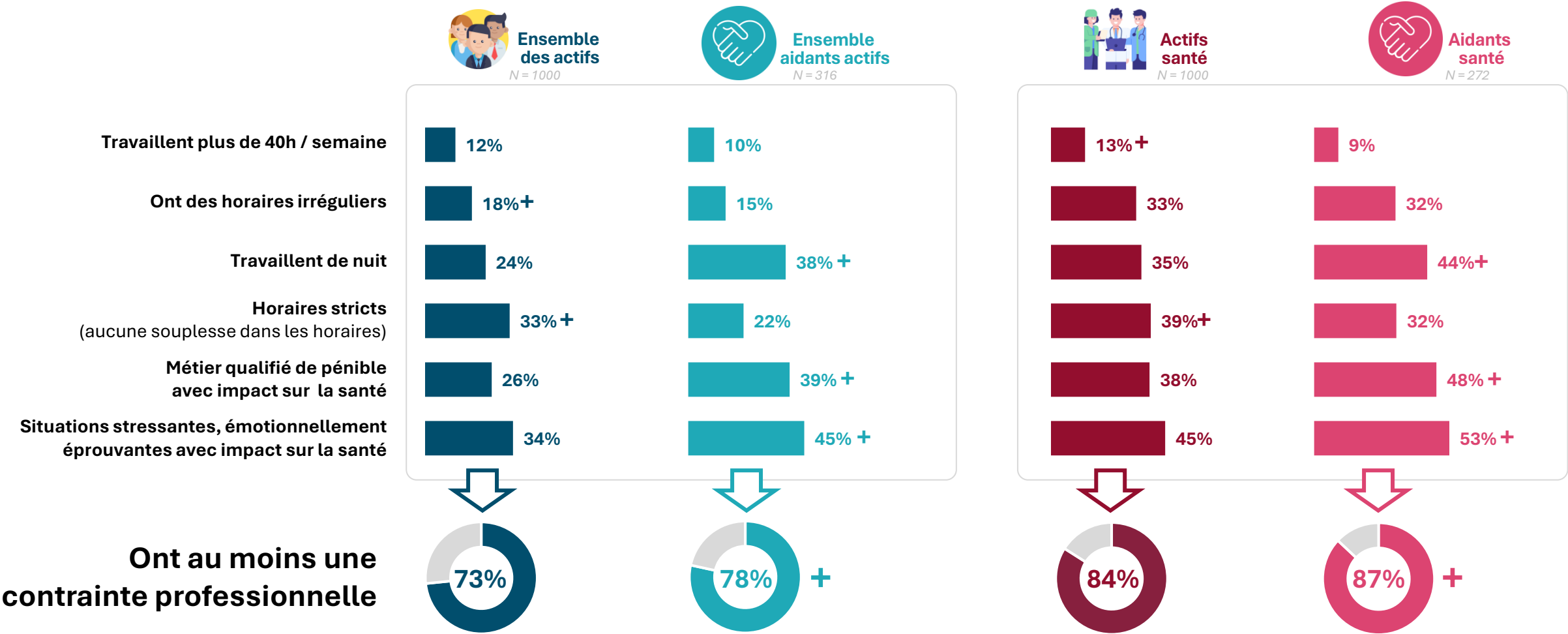
Base : ensemble (1000)



28% sont aidants
(au moins 2 fois par mois)

Le fait d'être aidant accentue les difficultés professionnelles perçues.

Synthèse des contraintes liées à leur activité professionnelle



Si le temps de travail hebdomadaire est comparable entre les actifs et les aidants, ces derniers bénéficient d’une flexibilité dans leur organisation professionnelle plus importante, ainsi qu’un recours au télétravail plus fréquent (que ce soit au global ou sur le secteur de la santé). A noter cependant, le recours au télétravail est beaucoup moins fréquent auprès des professionnels de santé (leur fonction n’étant pas compatible avec cette pratique).

Temps de travail et organisation professionnelle

Temps de travail hebdomadaire



Ensemble des actifs
N = 1000



Ensemble aidants actifs
N = 316



Actifs santé
N = 1000



Aidants santé
N = 272

ST 28 heures et moins

Moins de 20 heures

Entre 20 et 28 heures

Entre 29 et 35 heures

Entre 36 et 40 heures

ST plus de 40 heures

Entre 40 et 50 heures

Plus de 50 heures

11%

5%

6%

33%

45%

12%

10%

2%

10%

5%

5%

32%

48%

10%

9%

2%

10%

3%

7%

35%

42%

13%+

9%

4%

9%

3%

6%

34%

47%

9%

7%

3%

Flexibilité des horaires

ST flexibilité dans les horaires

... dont beaucoup

... dont un peu

67%

27%

40%

78%+

40%+

39%

61%

19%

42%

68%+

24%+

44%

Télétravail

ST pratique le télétravail

... au moins 3 jours par semaine

... 1 ou 2 jours par semaine

... moins souvent

44%

12%

23%

8%

60%+

19%+

31%+

11%

14%

3%

5%

6%

20%+

5%

7%

8%



2

Au quotidien, que
signifie être aidant ?



2.1

Quelle aide
apportent-ils ?

Pour une large majorité, ce rôle d'aidant correspond à moins de 7 heures d'aide apportées par semaine (77%), mais nécessite une aide pluri-hebdomadaire (69%). Un constat identique auprès des aidants professionnels de santé.

Temps et fréquence de l'aide

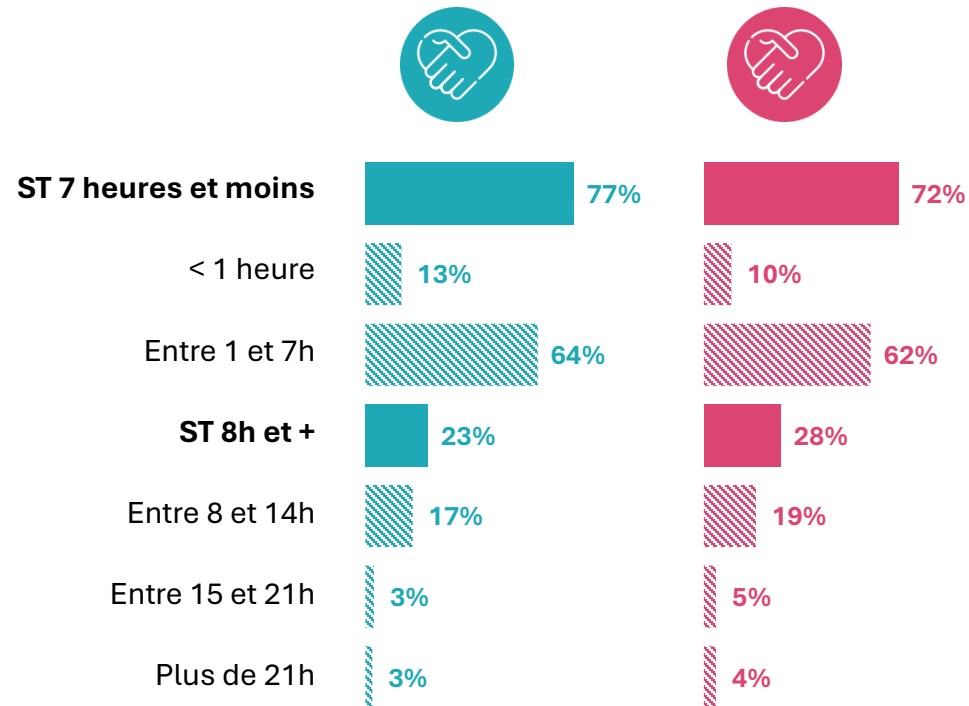


Ensemble
aidants actifs
N = 316

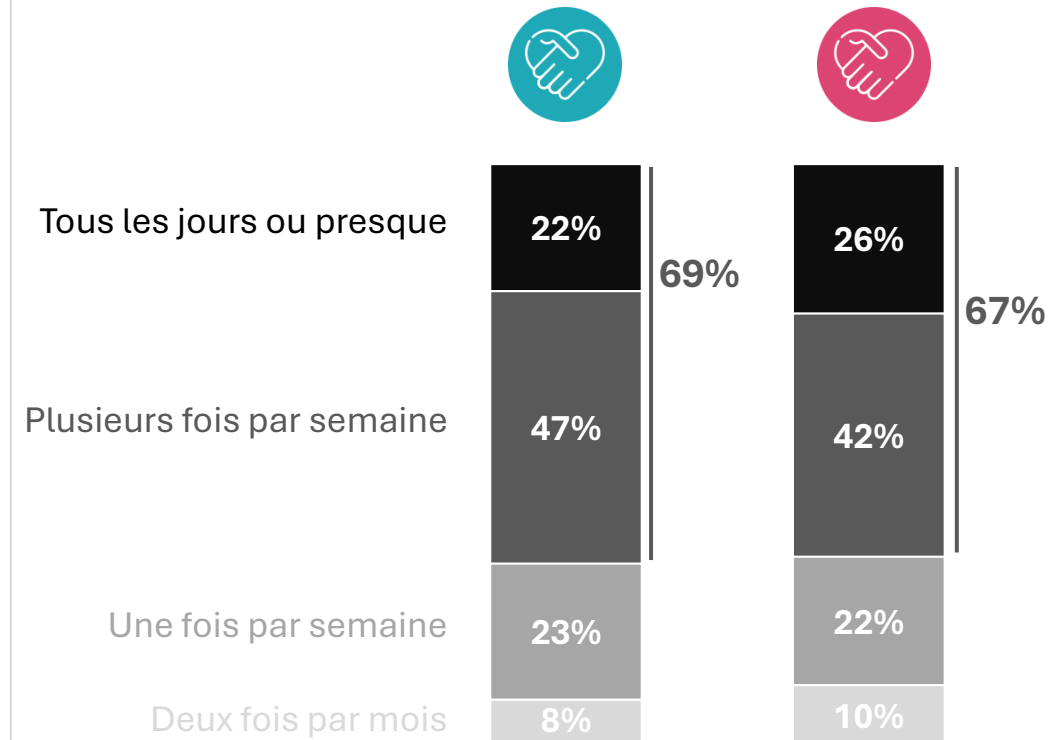


Aidants
santé
N = 272

Temps hebdomadaire consacré au rôle d'aidant



Fréquence d'aide



Si près de 3 aidants sur 4 apportent leur aide à une seule personne, cela signifie également que le rôle d'aidant multiple n'est pas marginal, notamment auprès des aidants professionnels de santé pour qui cette proportion monte à 35%.
L'aide est majoritairement apportée à des membres de la famille au 1^{er} degré (parent / conjoint). Les aidants professionnels de santé apportent plus souvent leur aide à des personnes moins proches (grand parent / ami).

A qui est apportée l'aide ?

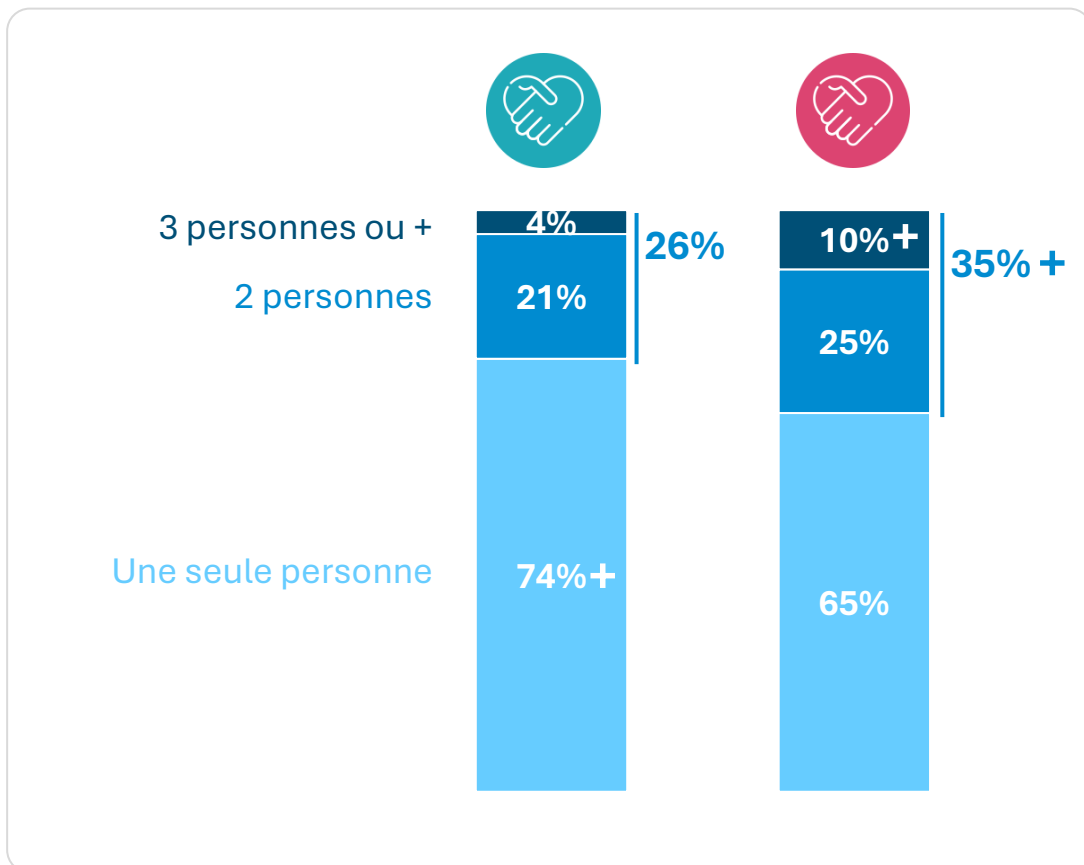


Ensemble
aidants actifs
N = 316

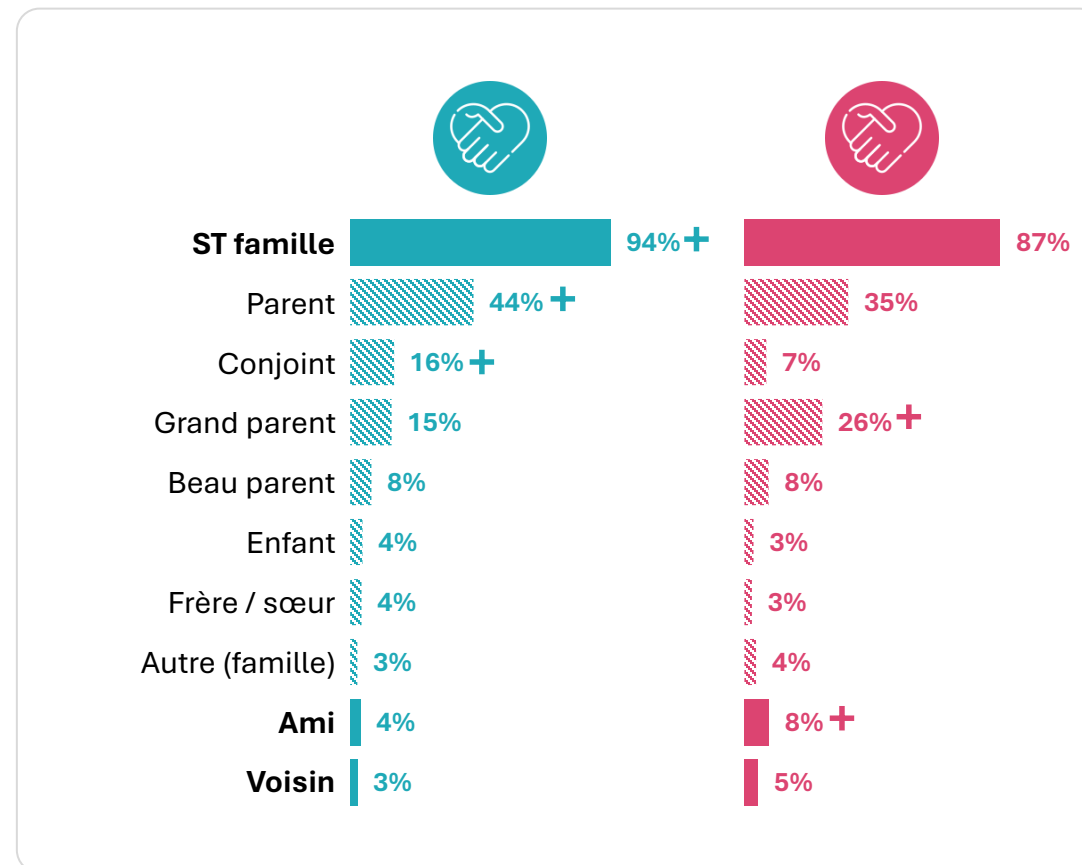


Aidants
santé
N = 272

Nombre de personnes aidées



Lien avec la principale personne aidée



La principale raison de l'aide est liée à une perte d'autonomie liée à l'âge (50%), devant la maladie (39%) et le handicap (24%). Les aidants professionnels de santé s'occupent de personnes encore un peu plus âgées (pour rappel elles s'occupent plus fréquemment d'un grand parent), même si aucune différence n'est à pointer sur les raisons de l'aide.

Caractéristiques de l'aide

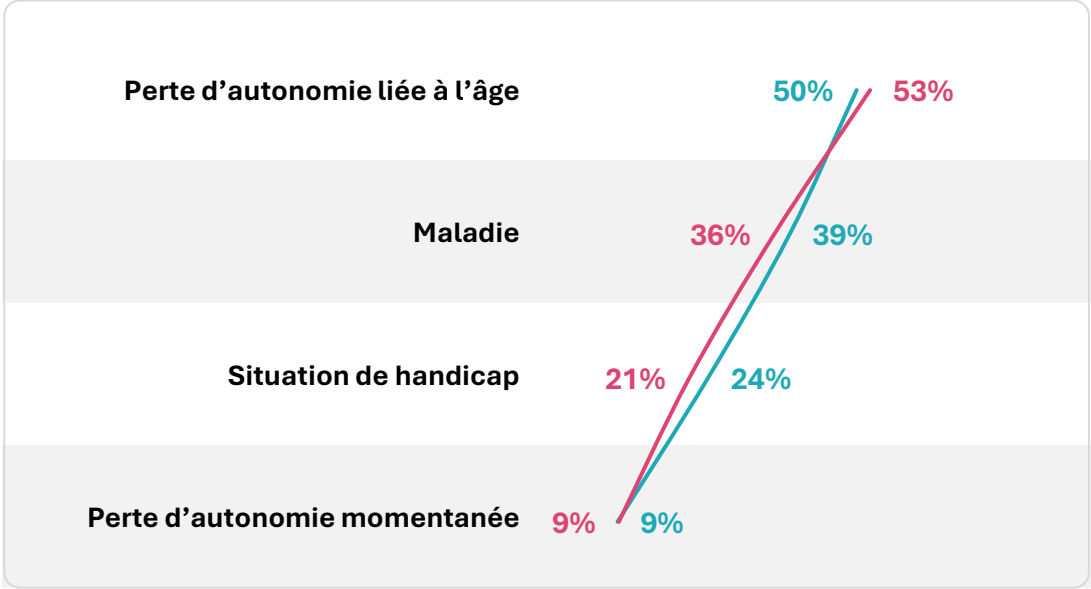


Ensemble
aidants actifs
N = 316



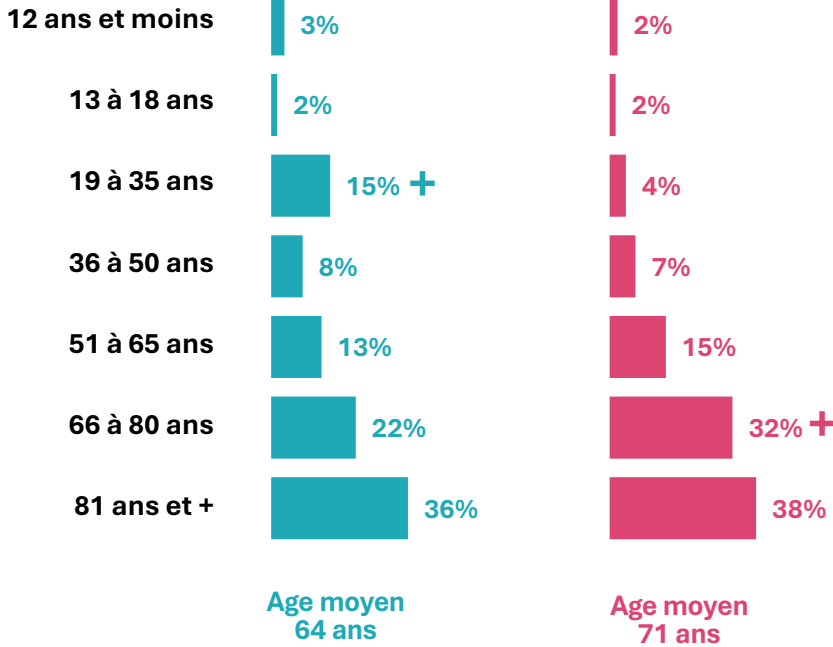
Aidants
santé
N = 272

Raisons de l'aide



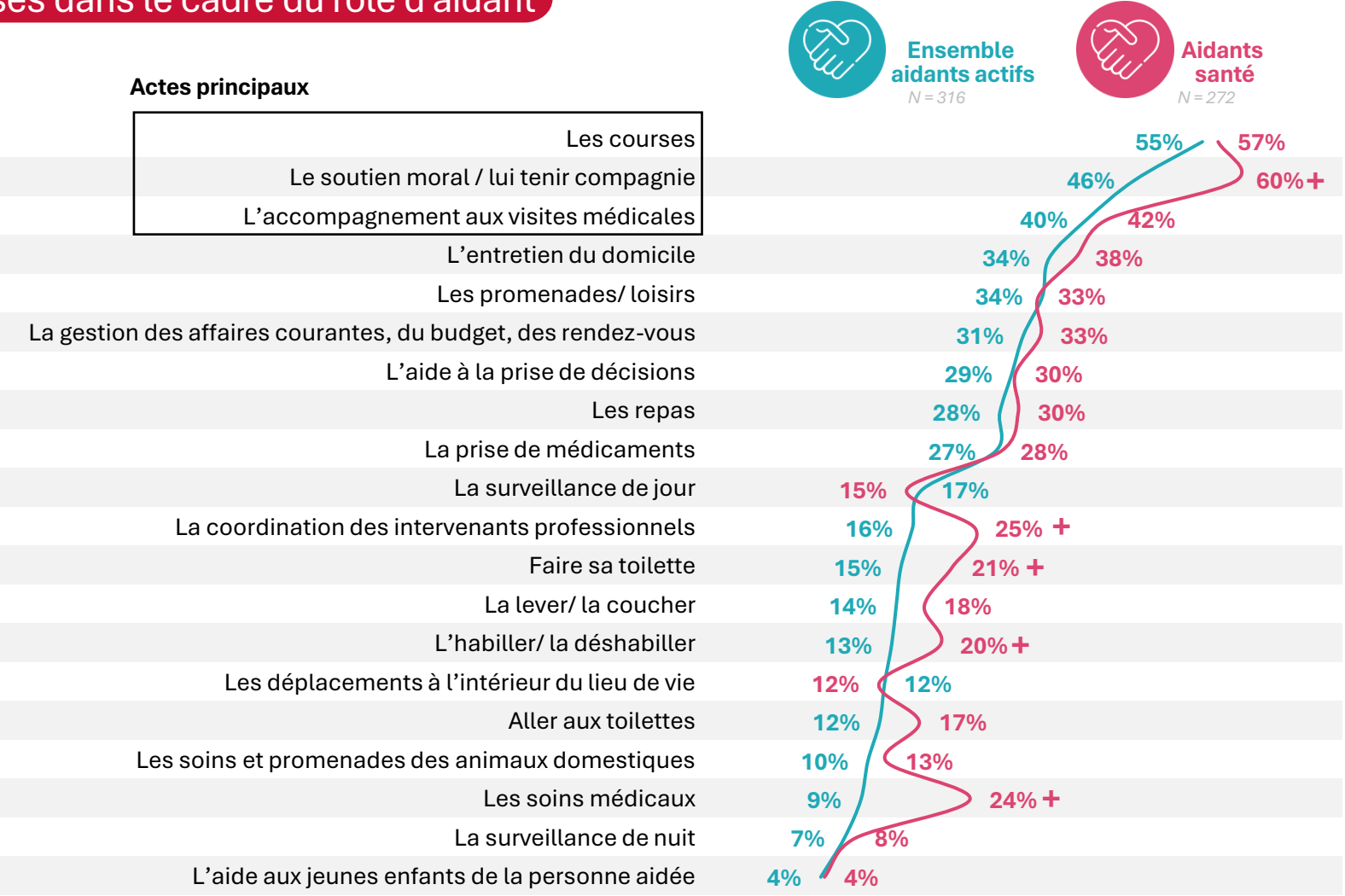
Le temps consacré par l'aidant santé est plus important en cas de situation de handicap de l'aidé (41% au moins 8h par semaine vs. 28% au total), à l'inverse d'une perte d'autonomie (22%).

Age de la personne aidée



Les actes d'aidants les plus fréquents consistent en la réalisation des courses, l'apport de soutien moral ou l'accompagnement aux visites médicales. Si les actes sont variés, ils diffèrent assez peu entre l'ensemble des aidants et les aidants professionnels de la santé. Toutefois, ces derniers apportent davantage un soutien moral, et s'occupent plus d'actes liés au « médical » (coordination des autres intervenants, toilette et habillage, et surtout les soins médicaux).

Actes réalisés dans le cadre du rôle d'aidant



Les actes peuvent différer en fonction du lien de l'aidant santé avec la personne aidée.

Lorsque l'aidant aide une personne de **sa famille**, les actes vont davantage concerner l'accompagnement aux visites médicales (46%), l'entretien du domicile (40%), la gestion des affaires courantes (37%) et la coordination des intervenants professionnels (27%).

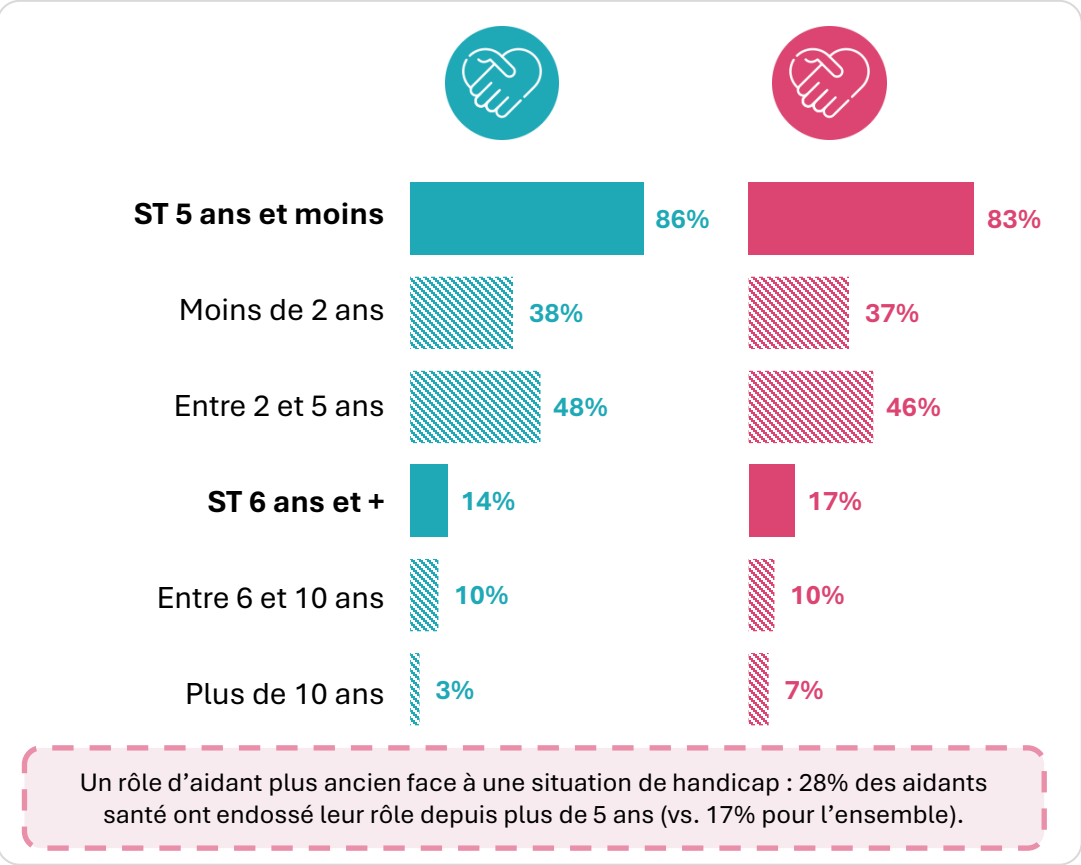
Lorsque l'aide est apportée à un **grand parent**, l'aidant réalise davantage un soutien moral / lui tenir compagnie (71%) et l'entretien du domicile (52%).

Une large majorité des aidants a ce rôle depuis moins de 5 ans (86%) et est accompagnée d'autre(s) personne(s) pour s'occuper de la personne aidée (74%). A noter les aidants professionnels de santé sont un peu plus souvent accompagnés, notamment de personnes qui le font à titre non professionnel.

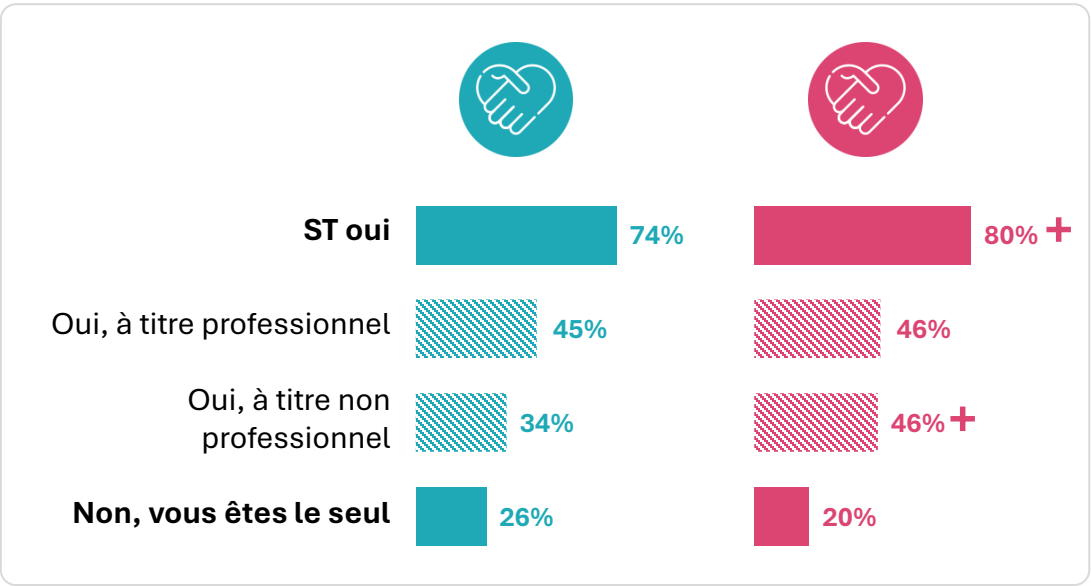
Autres caractéristiques de l'aide



Ancienneté du rôle d'aidant



Présence d'une autre personne pour apporter de l'aide



Lorsque l'aidant santé s'occupe d'un parent, il endosse davantage seul son rôle (33% vs. 20% pour l'ensemble). A l'inverse, lorsque l'aidé est un grand parent, 93% des aidants sont accompagnés (vs. 80% pour l'ensemble), que ce soit par un professionnel ou non.

Les 2 /3 des aidants ont choisi de tenir ce rôle par envie, alors que pour l'autre tiers, c'est un choix subi, soit car personne d'autre ne souhaitait le faire, soit car il n'y avait personne d'autre.

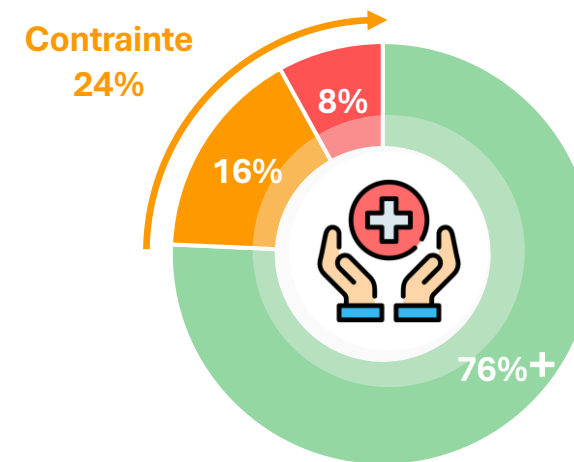
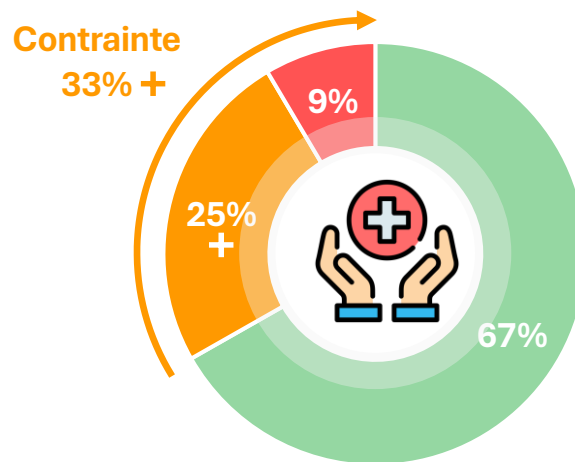
Auprès des aidants professionnels de santé, le choix est encore plus « choisi » (76% vs 67%).

Raisons du rôle d'aidant

Par choix personnel / par envie

Par contrainte,
personne d'autre ne voulait endosser ce rôle

Par contrainte, il n'y avait personne d'autre





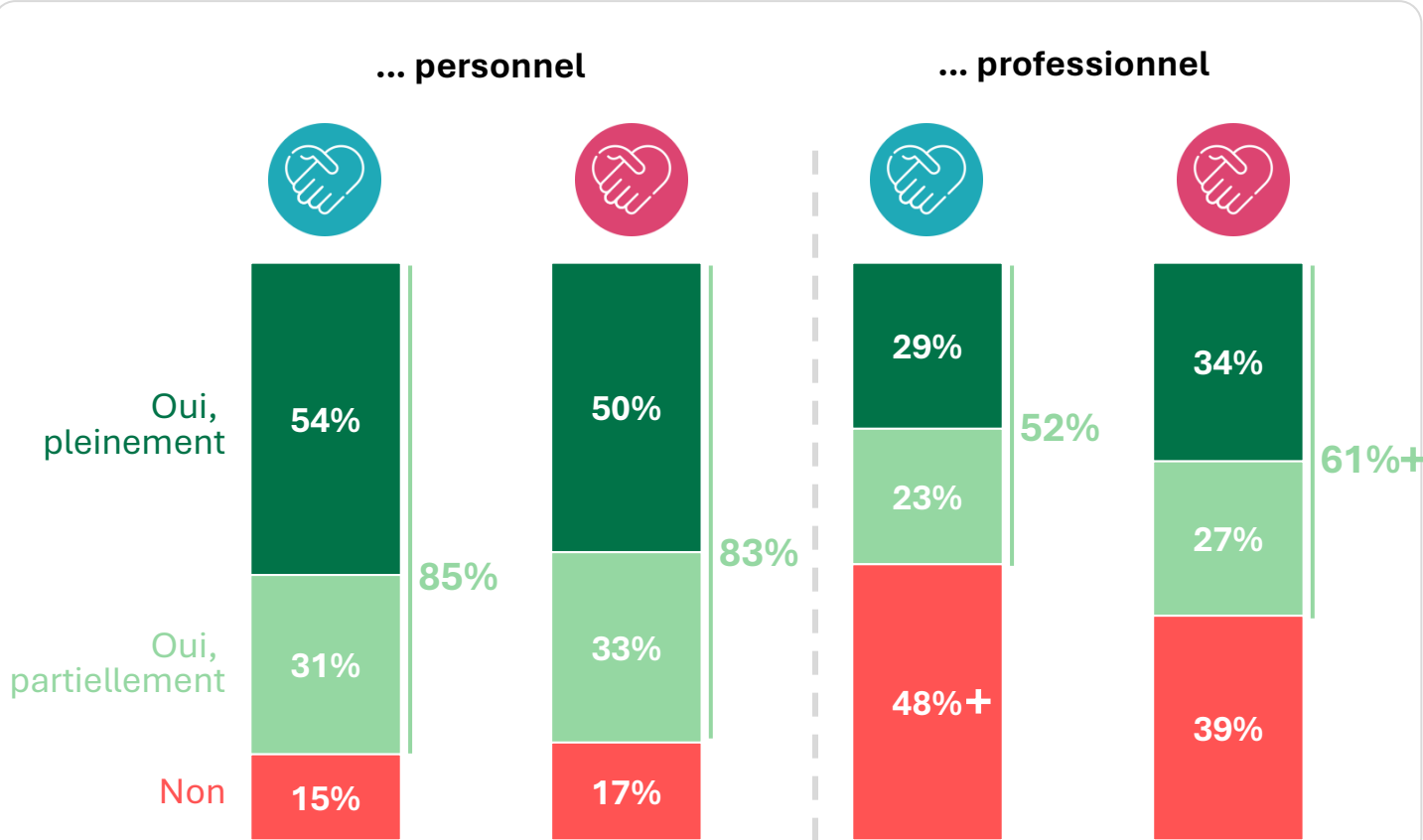
2.2

Conséquences de la situation d'aidant et solutions

Les aidants en retirent majoritairement une reconnaissance de l'entourage à titre personnel, qui est totale pour plus de la moitié d'entre eux (54%), mais qui n'est pas systématique. A titre professionnel, la reconnaissance est moins fréquente, un résultat à mettre en parallèle avec le fait d'en avoir informé les collègues / la hiérarchie. Effectivement, prêt d'1/3 ne l'a pas fait, par choix le plus fréquemment, mais aussi par isolement professionnel pour une minorité.

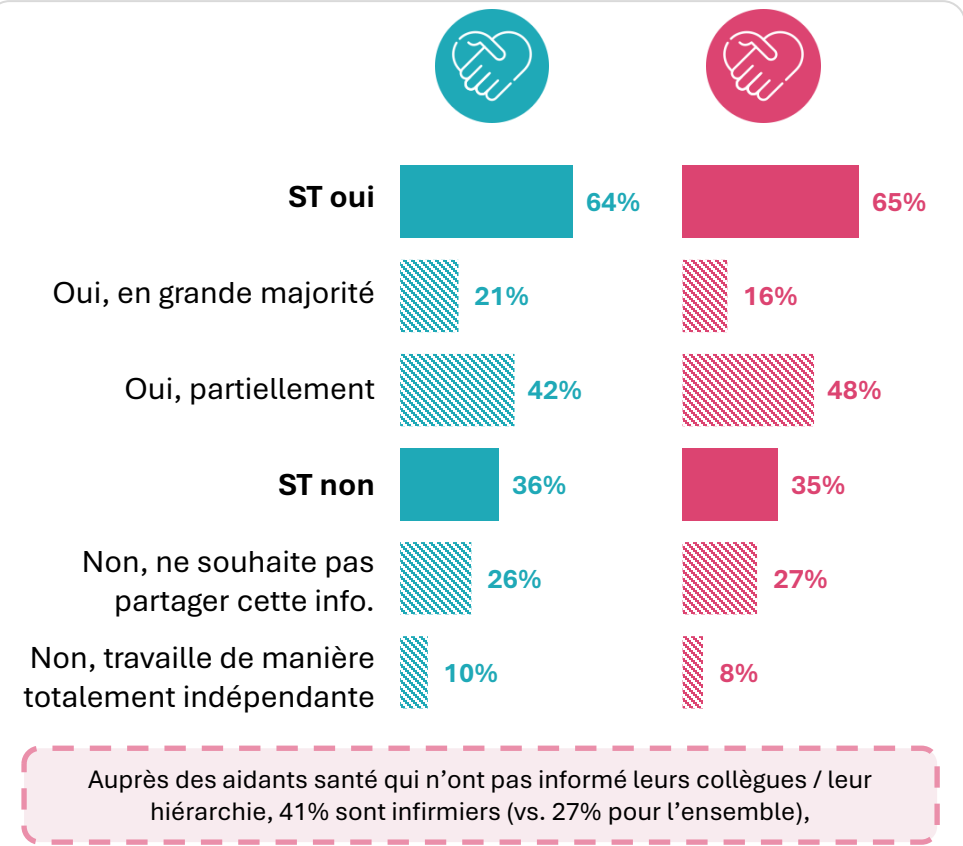
Reconnaissance du rôle d'aidant

Reconnaissance de votre entourage à titre ...



47% des aidants santé qui travaillent en hôpital privé / clinique se sentent pleinement reconnus (vs. 34% pour l'ensemble).

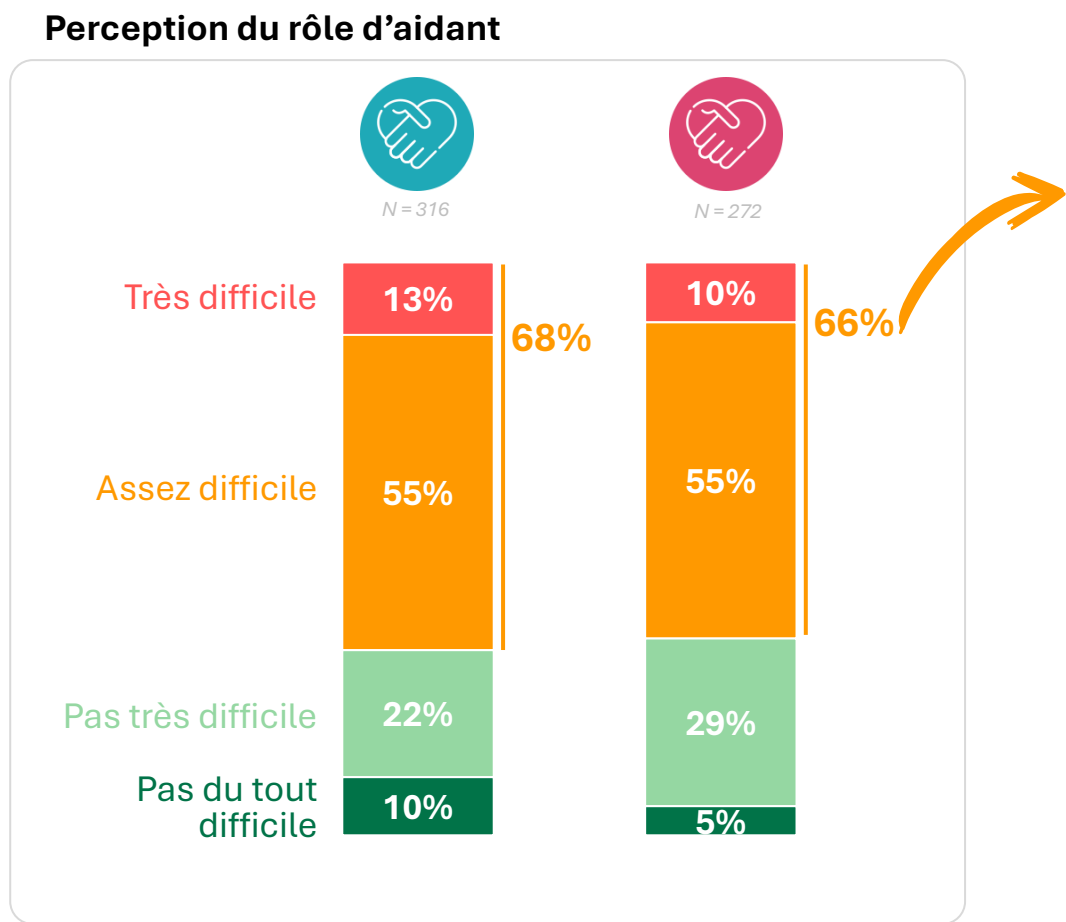
Information des collègues / hiérarchie du statut d'aidant



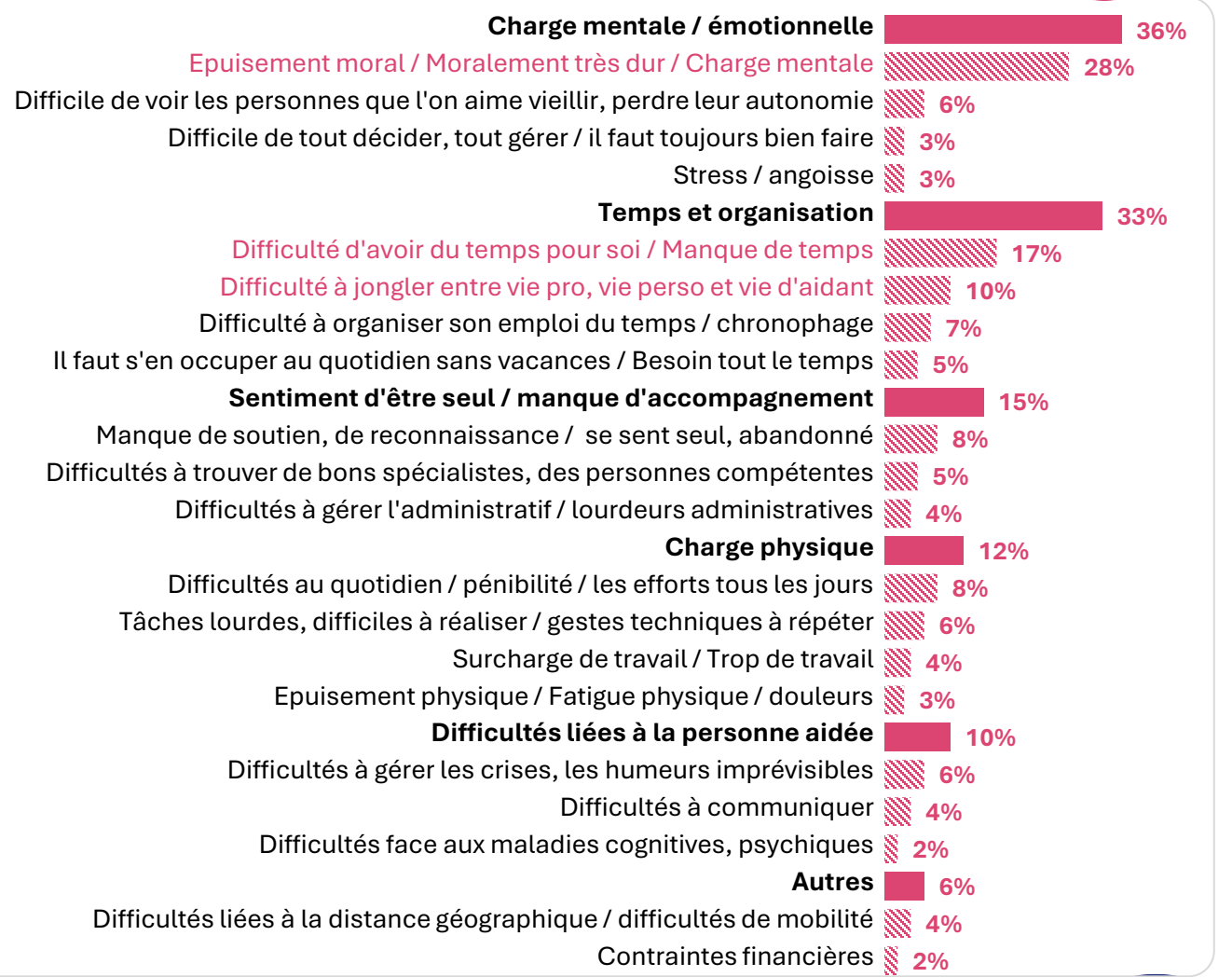
Auprès des aidants santé qui n'ont pas informé leurs collègues / leur hiérarchie, 41% sont infirmiers (vs. 27% pour l'ensemble),

Malgré cette reconnaissance, 2/3 des aidants déclarent que le statut d'aidant est difficile.
 Parmi ces difficultés, les aidants du secteur de la santé évoquent le plus souvent l'impact émotionnel / charge mentale supplémentaire, le temps que ce rôle nécessite (et donc le manque de temps pour leurs autres occupations) ou le sentiment d'être isolé / manque d'accompagnement.

Difficultés rencontrées dans le cadre du rôle d'aidant



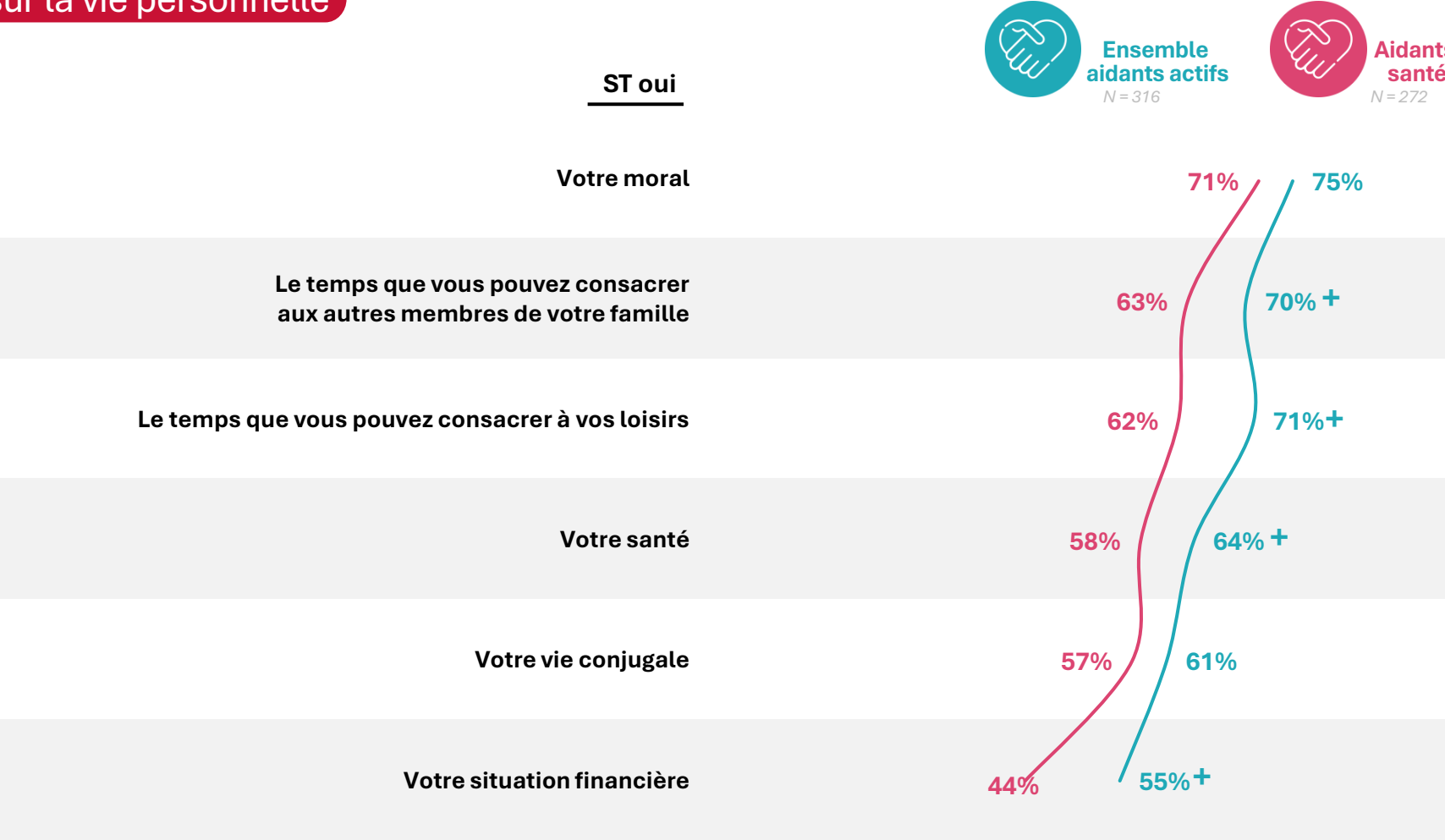
A quelles difficultés sont-ils confrontés ? (uniquement les aidants santé) N = 173



Les conséquences du rôle d'aidant sur la vie personnelle sont nombreuses et généralisées. Les aidants sont ainsi plus de la moitié à déclarer que cela impacte leur moral, mais aussi le temps qu'ils peuvent consacrer aux autres ou à leurs loisirs, leur santé, leur vie conjugale ou leur situation financière.

Globalement les aidants professionnels de la santé se déclarent un peu moins impactés par la situation.

Conséquences sur la vie personnelle



Plus de la moitié des aidants (59%) déclare des conséquences importantes sur sa vie professionnelle. Le plus souvent, cela se traduit par la prise de congés, des horaires aménagés ou le recours au télétravail. Si près d'un 1/3 bénéficie de ces dispositifs, ils sont près du double à espérer en bénéficier → un accompagnement actuellement insuffisant. Les aidants de la santé ont moins d'attentes en termes d'aménagement d'horaires ou de télétravail (probablement par incompatibilité avec leur fonction).

Conséquences sur la vie professionnelle et attentes

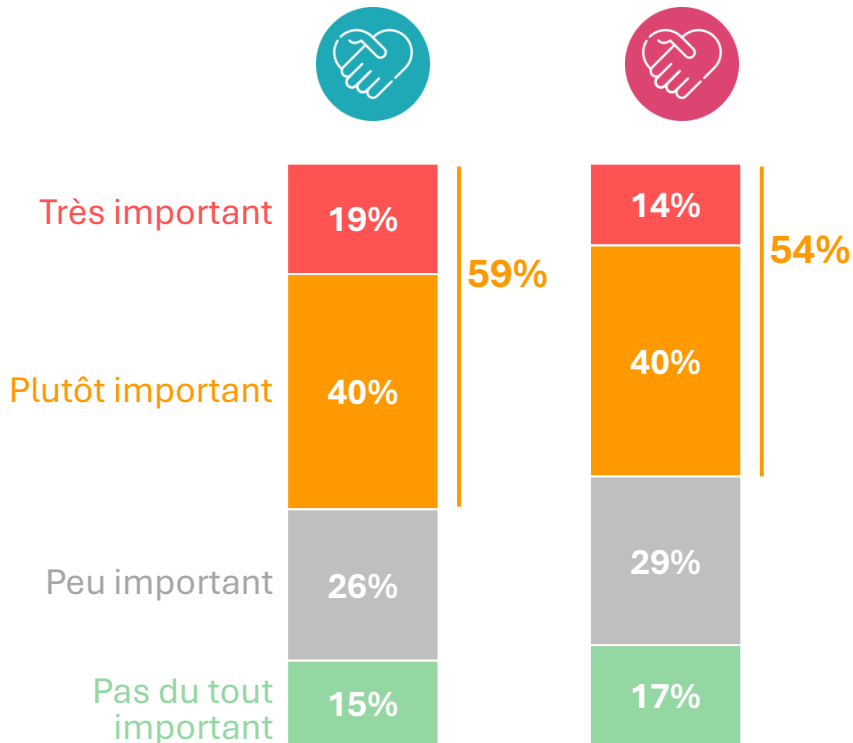


Ensemble
aidants actifs
N = 316

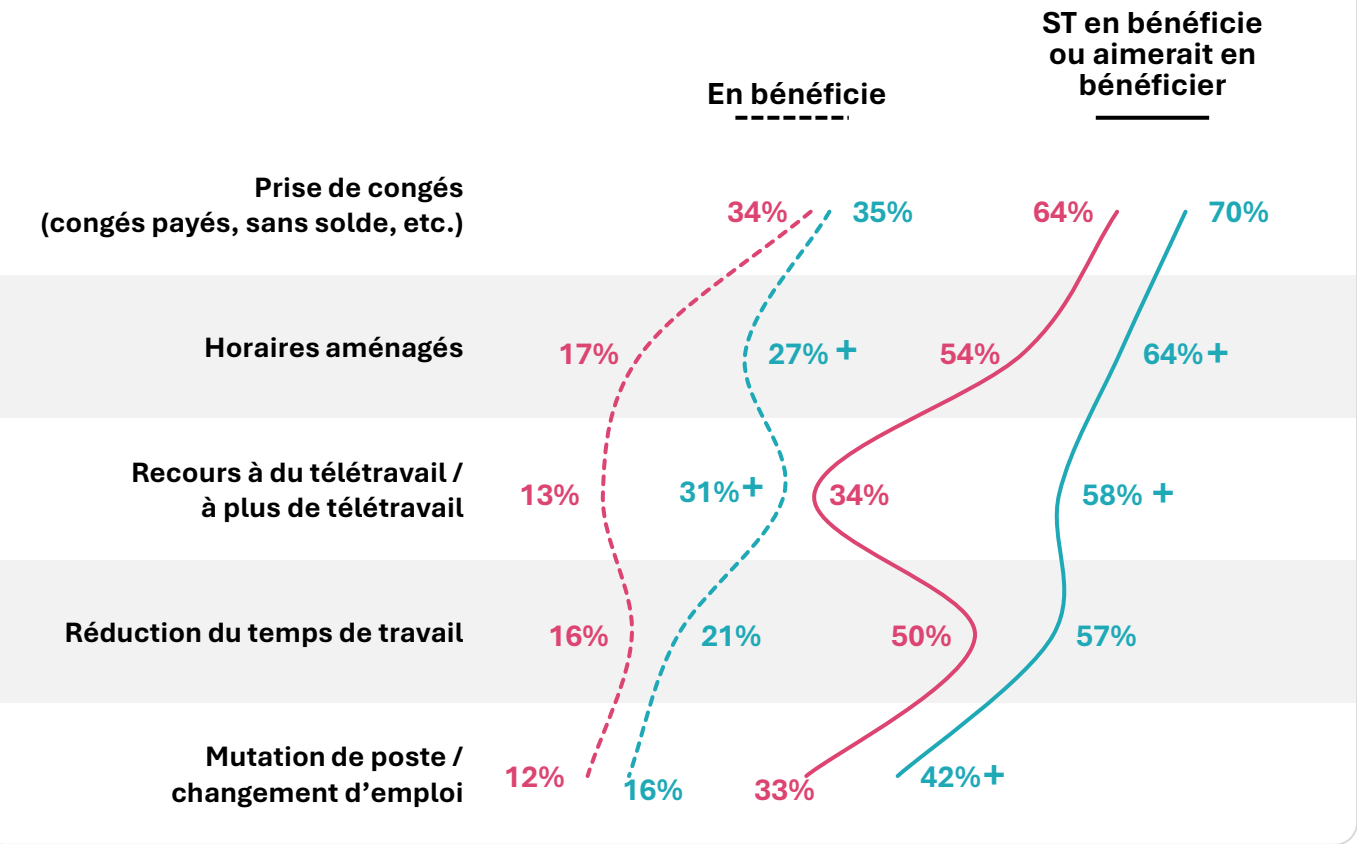


Aidants
santé
N = 272

Conséquences sur la vie professionnelle



Solutions et attentes



Concernant les dispositifs d'accompagnement des aidants, 2 constats peuvent être faits :

- ils sont rarement utilisés (environ un aidant sur 4 pour chacun d'entre eux), encore moins par les aidants professionnels de santé
- ils restent encore largement méconnus des aidants, notamment le congé de solidarité familiale par les professionnels de santé

Si plus d'1/3 des aidants de la santé évoque spontanément d'autres dispositifs, en dehors des « réunions entre aidants » et des « dispositifs d'accompagnement des aidants », les autres dispositifs cités ne sont pas spécifiques aux aidants.

Utilisation et notoriété des dispositifs proposés aux aidants

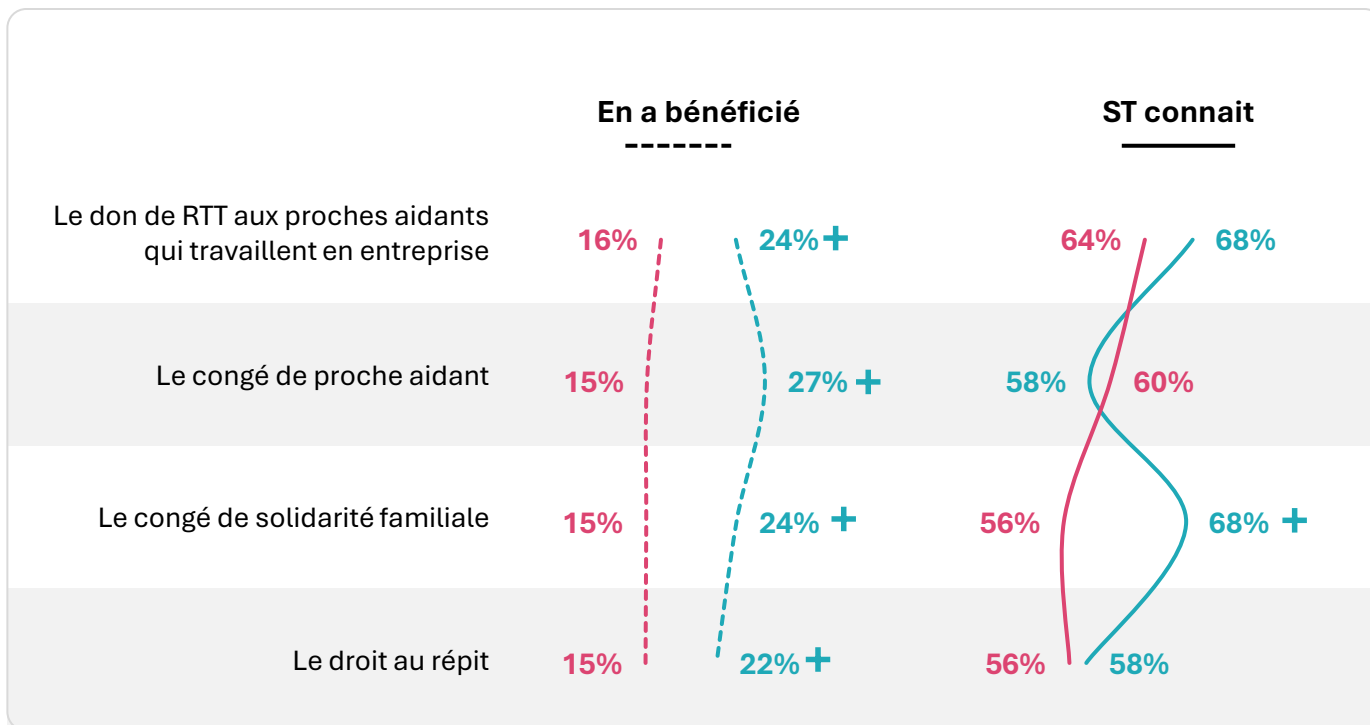


Ensemble
aidants actifs
N = 316

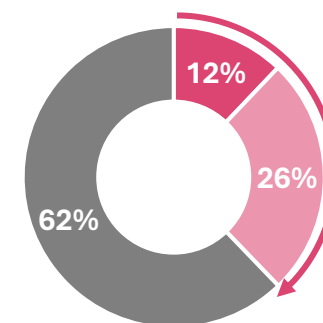


Aidants
santé
N = 272

Dispositifs proposés aux aidants



Existence d'autres dispositifs spécifiques pour les aidants



Oui et vous en bénéficiez
Oui, mais vous n'en bénéficiez pas
Non

TOTAL Oui
38%

Lesquels ?

« Réunions entre aidants »

« Télétravail »

« Service d'aide soignante à domicile »

« Placement d'épargne »

« Aménagement d'horaires »

« Aides au logement »

« Dispositifs d'accompagnement des aidants
(Psychologue, Socio-esthétique) »



3

Zoom sur les aidants
santé

Pour la quasi-totalité des aidants santé, le fait de travailler dans le secteur de la santé est une fierté et ils peuvent qualifier leur emploi de « métier / passion ». La grande majorité bénéficie de conditions positives avec un réel climat de confiance (particulièrement avec leurs collègues / un peu moins avec leur hiérarchie) ou une très bonne ambiance de travail. Cependant certains sont plus critiques concernant la reconnaissance de leurs efforts ou la flexibilité des conditions de travail.

Perception de leur métier et de leur situation professionnelle



Perception du métier

C'est une fierté pour vous de travailler dans le secteur de la santé

Tout à fait d'accord Plutôt ST d'accord

59% 94%

Vous réalisez un métier qui vous plait

53% 94%

Une fierté encore plus marquée (% tout à fait d'accord) auprès des :
• 25-34 ans(68%)
• Aides soignants (72%)

Perception de la situation professionnelle

Vous travaillez dans un réel climat de confiance avec vos collègues

Oui, tout à fait Oui, plutôt ST oui

31% 79%

Vous avez une très bonne ambiance au travail

27% 78%

Vous travaillez dans un réel climat de confiance avec votre manager, votre direction

21% 65%

Vous vous sentez largement reconnu par rapport aux efforts que vous fournissez dans votre travail

21% 54%

Vous bénéficiez d'une grande flexibilité dans vos conditions de travail

16% 52%

Vous bénéficiez d'une grande flexibilité de vos horaires

12% 48%



C1. Pour commencer, quelle perception avez-vous de votre métier ?
C2. Est-ce que les affirmations suivantes s'appliquent à votre situation professionnelle ?
Base : ensemble des aidants santé



Mais les aidants professionnels de santé ont également conscience des contraintes de leur métier, qu'ils subissent pour la plupart, avec un impact récurrent sur leur santé (88%), aussi bien psychologique que physique, pouvant déboucher sur un épuisement. Malgré leur emploi-passion ou la fierté de travailler dans ce secteur, ils sont plus de la moitié (53%) à avoir déjà envisagé de quitter ce secteur.

Conséquences de travailler dans le secteur de la santé



Impacts de la situation professionnelle sur la santé

ST impact sur la santé physique ou mentale 88%

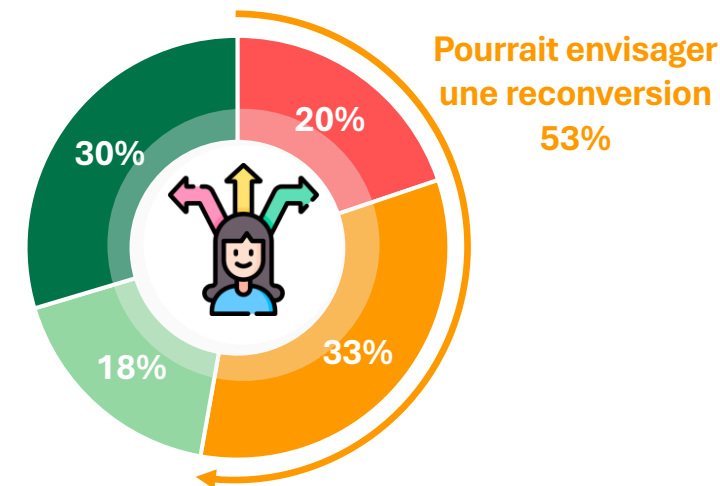
Troubles psychologiques (dépression, anxiété, stress...) 47%

Troubles musculosquelettiques « TMS » (lombalgie, fibromyalgie, tendinite...) 41%

Epuisement professionnel / Burn-out 40%

Autre 12%

Peuvent réfléchir à une reconversion professionnelle en dehors du secteur de la santé

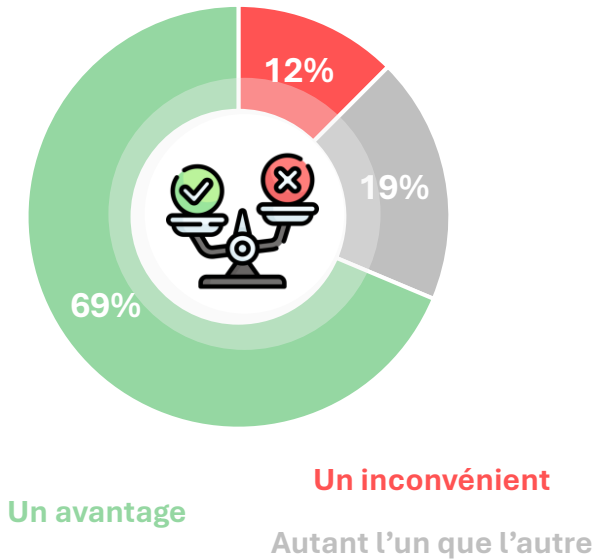


Pour plus des 2/3, le fait de travailler dans le secteur de la santé est un avantage pour leur rôle d'aidant. Au-delà des connaissances médicales et techniques que cela apporte, ils évoquent également l'aide émotionnelle, notamment dans le relationnel avec les autres proches, mais aussi concernant l'organisation ou la coordination.

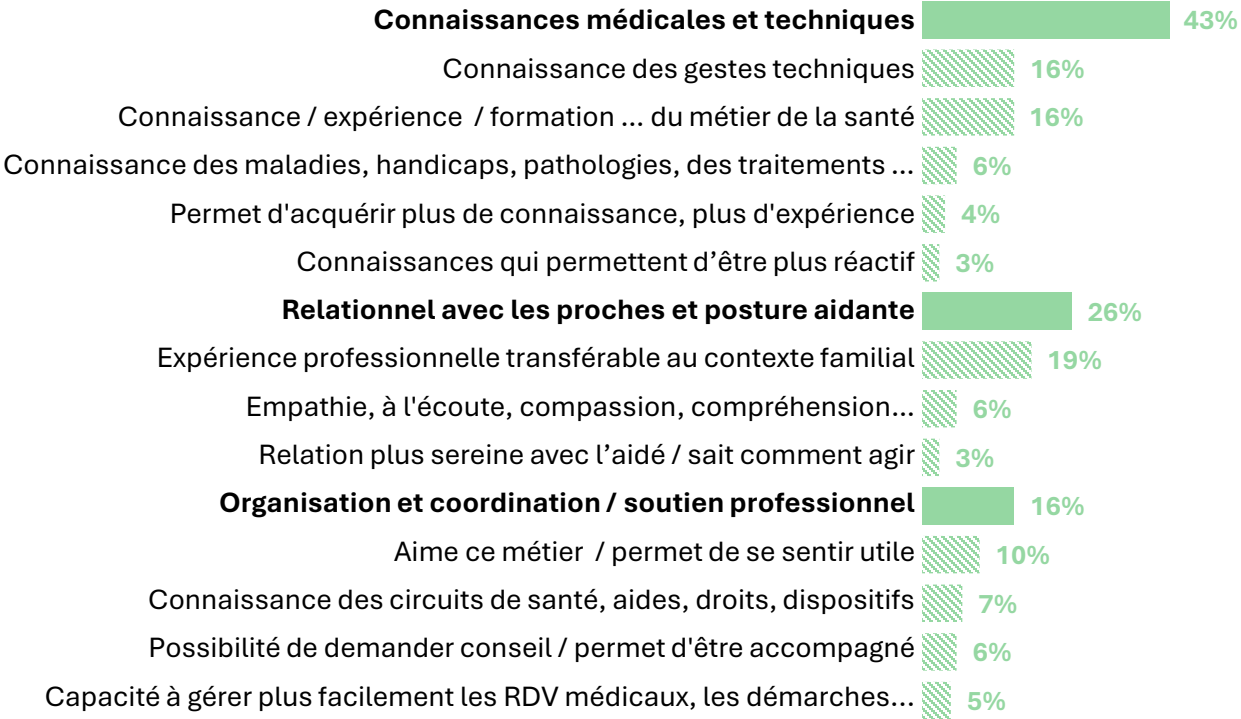
Perception de leur métier par rapport au rôle d'aidant



Le fait de travailler dans le secteur de la santé est plutôt... pour le rôle d'aidant



Pour quelles raisons ? N = 173



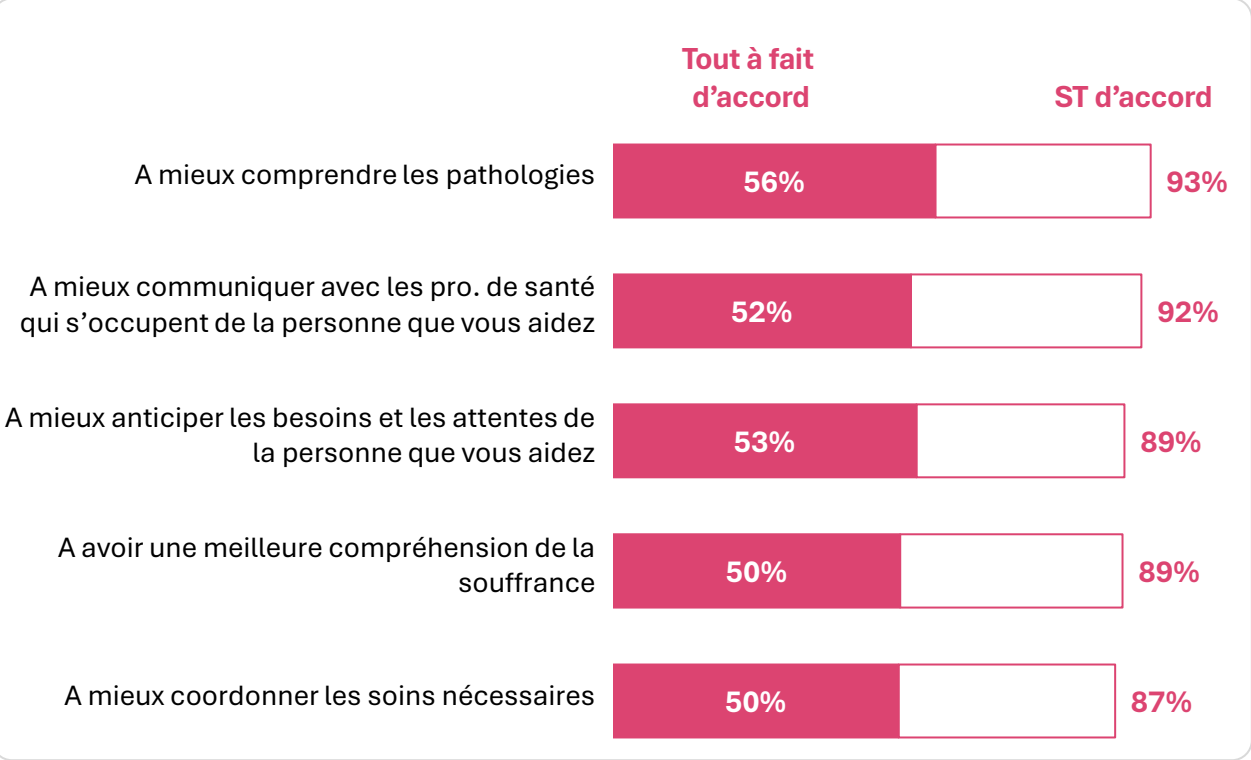
Les aidants professionnels du secteur de la santé ont conscience que leur profession les aide sur de nombreux aspects dans leur rôle d'aidant, dans la compréhension des pathologies ou de la souffrance, dans leur communication avec les autres professionnels, pour anticiper les besoins, ou coordonner les soins.

En contrepartie, cette « aide » débouche le plus souvent sur le sentiment d'avoir été « désigné » aidant par l'entourage (69%).

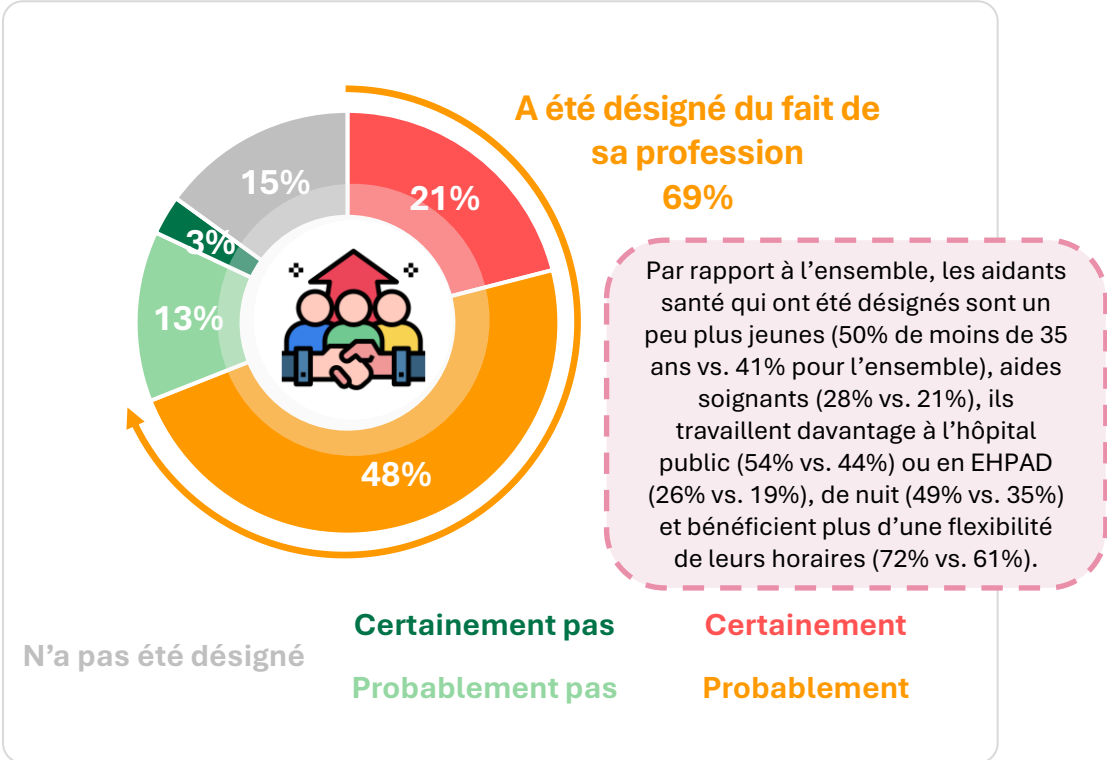
Impacts du métier sur le rôle d'aidant



Le métier aide dans le rôle d'aidant ...



A été « désigné » aidant du fait de sa profession

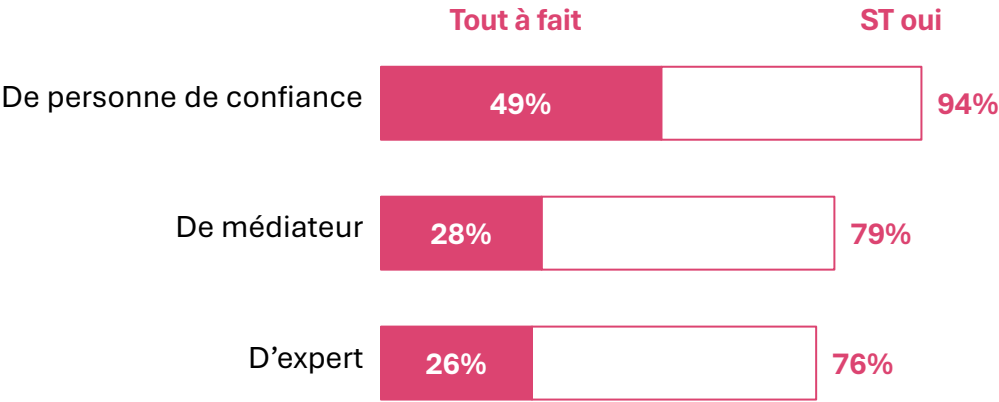


Vis-à-vis des autres membres de la famille, le rôle d'aidant aboutit quasi systématiquement au statut de personne de confiance. En lien avec leur profession, les aidants santé tiennent également fréquemment le rôle de médiateur avec les autres professionnels (55%).

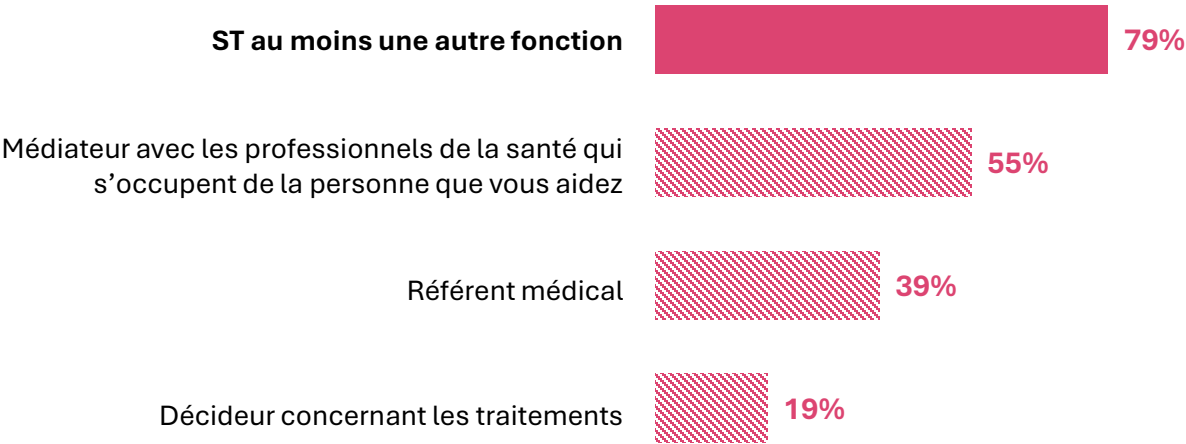


Autres fonctions / rôle incarnés

Dans le cadre du rôle d'aidant, a également le statut ... vis-à-vis des autres membres de la famille



En lien avec leur profession, réalisent également ces fonctions vis-à-vis de l'aidé



Même si ce n'est pas systématique, la majorité des aidants (72%) pense que son métier dans la santé a joué un rôle dans le fait de devenir aidant. Mais l'inverse est également vrai, auprès de ceux qui ont connu un aidant durant leur jeunesse : 71% affirment que cela les a probablement influencés à se diriger vers ce type de métier.

Métier dans le secteur de la santé / rôle d'aidant : quelle influence entre les 2 ?



Le métier actuel a joué un rôle dans le fait de devenir aidant



Tout à fait d'accord

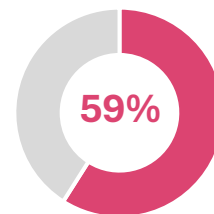
Plutôt

ST d'accord

30%

72%

Et l'inverse est-il vrai également ?



Ont connu une personne avec le rôle d'aidant durant leur jeunesse



Cela a-t-il influencé le fait de travailler dans le secteur de la santé ?

N = 160

Certainement

Probablement

ST oui

22%

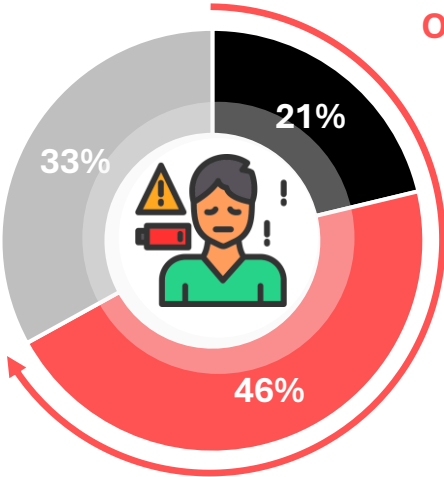
71%

Un dévouement pour les autres qui malheureusement amène les 2/3 des aidants santé à un état d'épuisement (21% évoquent même un épuisement fréquent).
Au-delà des conséquences pour l'aidant, cela peut également impacter l'aidé.



Les limites de la bienveillance

Ont connu un état d'épuisement en lien avec leur rôle d'aidant

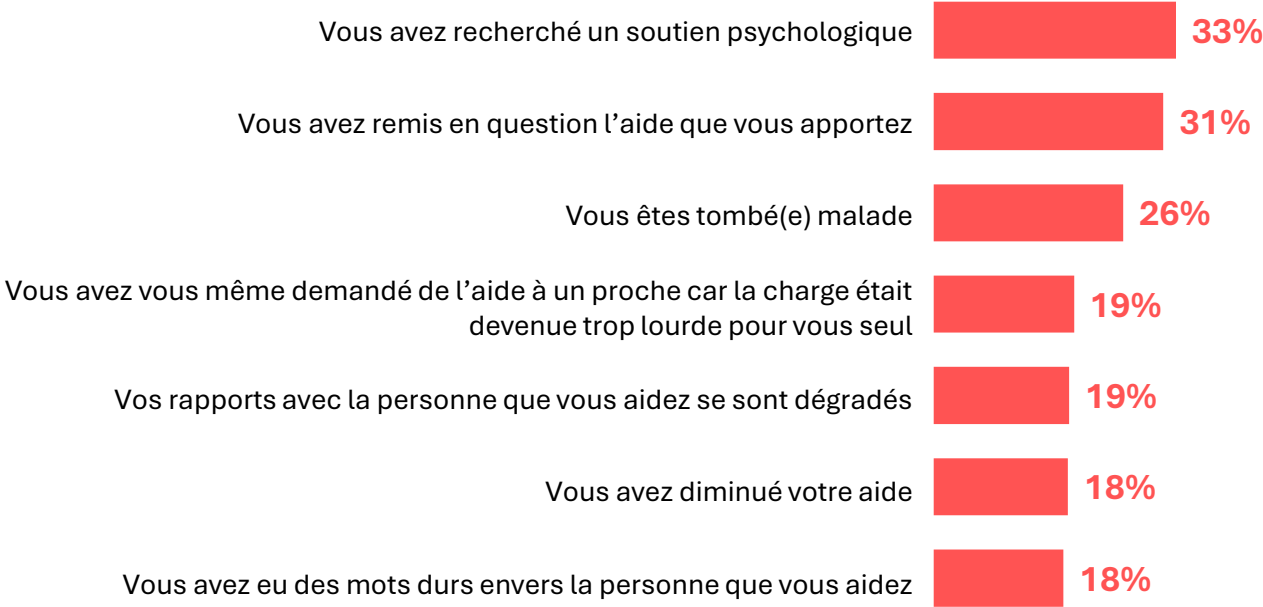


Ont connu un état d'épuisement 67%

Qui sont les aidants qui ont connu un état d'épuisement ?
Ils travaillent davantage en EHPAD (25% vs. 19% pour l'ensemble), de nuit (43% vs. 35%). Ils aident plusieurs personnes (41% vs. 35%). Ils consacrent au moins 8h par semaine à la personne principale qu'ils aident (33% vs. 28%), elle est plus jeune (33% moins de 65 ans vs. 29%), et souffre d'une maladie (40% vs. 36%).

Non, jamais
Oui, souvent
Oui, déjà arrivé

Comment cela s'est traduit ? N = 176



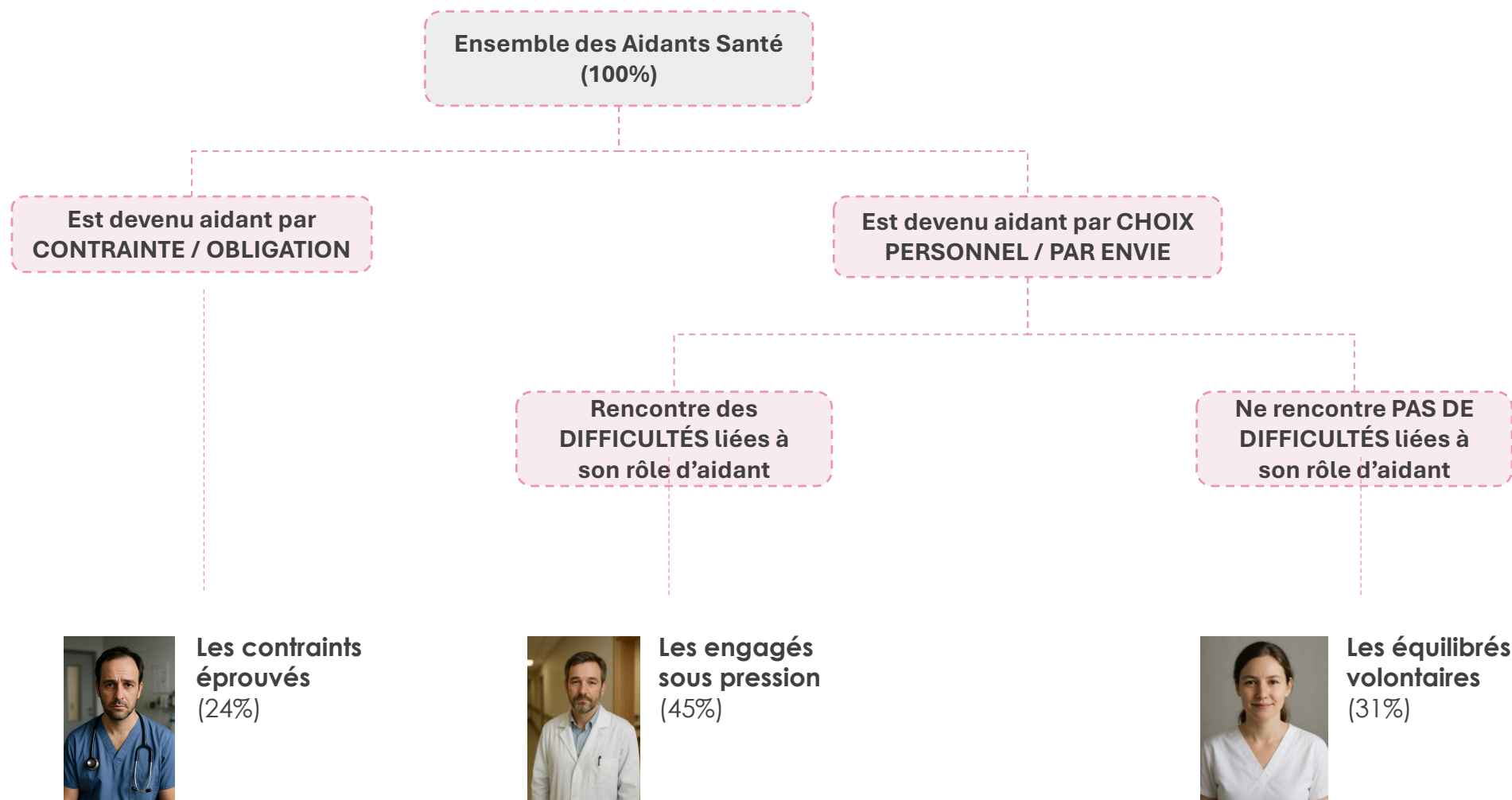


5

Segmentation des aidants santé

Dans cette partie, les résultats sont focussés sur
les aidants santé.

La segmentation des AIDANTS SANTÉ en 3 groupes



Les contraintes éprouvées : L'exemple de Marc



“ Marc, 42 ans, infirmier et aidant par nécessité

Je m'appelle Marc, j'ai 42 ans. Je suis infirmier dans un service hospitalier.

Cela fait deux ans que je m'occupe de ma femme, qui a perdu en autonomie. Ce rôle d'aidant, je ne l'ai pas choisi. Il s'est imposé, parce qu'il n'y avait personne d'autre. J'aide aussi un autre membre de ma famille. Je m'occupe des soins, de la toilette, de la surveillance au quotidien.

C'est une charge lourde, aussi bien physiquement que moralement, je manque de temps pour moi. Je ne suis pas reconnu dans ma sphère personnelle. J'ai cherché un soutien psychologique il y a quelques mois. J'en avais besoin.

Le travail n'est pas un refuge. L'ambiance y est pesante, je ne me sens pas à l'aise dans mon équipe. Je n'ai pas de flexibilité, pas d'horaires aménagés, et je ne savais même pas que le congé de solidarité familiale existait.

Mon métier ne me plaît plus autant. Ce n'est pas une fierté pour moi de travailler dans le secteur de la santé. Je le fais parce qu'il faut bien vivre. L'aide que j'apporte me prend du temps, m'empêche de profiter de mes loisirs, me fatigue. Mais je n'ai pas vraiment le choix. J'avance comme je peux, en essayant de tenir l'équilibre entre ce que je dois faire et ce que je peux supporter.



LES CONTRAINTS ÉPROUVÉS 24%

Je n'ai pas choisi d'être aidant, je m'y suis retrouvé par défaut, et j'en subis pleinement les effets : charge lourde, fatigue, peu de reconnaissance, et ce dans un contexte professionnel difficile.

24% sont en couple et sans enfant (vs. 19%)

38% sont infirmiers / infirmières (vs. 29%)

13% sont en CDD (vs. 8%)

78% travaillent à l'hôpital (vs. 64%), notamment l'hôpital public (**59%** vs. 49%)

37% ont des horaires irréguliers (vs. 32%), et **43%** n'ont pas de flexibilité dans leurs horaires (vs. 32%)

34% ont des revenus nets mensuels entre 2 000 et 2 999€ (vs. 29%)

Impact du rôle d'aidant

Pour **34%** d'entre eux, le rôle d'aidant n'est pas reconnu par l'entourage personnel (vs. 17%)

21% rencontrent des difficultés (dans leur rôle d'aidant) liées à la charge physique : tâches lourdes, difficiles à réaliser, gestes répétitifs... (vs. 12%)

Pour **46%** d'entre eux, leur rôle d'aidant pèse sur leur temps et leur organisation (vs. 33%). Ils ont notamment des difficultés à prendre du temps pour eux (**22%** vs. 17%)

Leur rôle d'aidant a un impact important :

- sur leur situation financière (**50%** vs. 44%)
- sur leur vie conjugale (**67%** vs. 57%)
- sur le temps qu'ils consacrent à leurs loisirs (**77%** vs. 62%)
- sur le temps qu'ils consacrent aux membres de leur famille (**74%** vs. 63%)

49% aimeraient bénéficier d'horaires aménagés (vs. 37%)

59% n'ont jamais entendu parler du congé de solidarité familiale (vs. 44%)

De manière générale, ils connaissent moins les dispositifs destinés aux aidants

Aide apportée

45% aident plusieurs personnes (vs. 35%), dont **37%** deux personnes (vs. 25%)

34% consacrent au moins 8 heures par semaine à aider (vs. 28%)

Pour **96%** d'entre eux, la personne aidée fait partie de la famille (vs. 87%), et dans **15%** des cas il s'agit du conjoint (vs. 7%)

61% se retrouvent dans le rôle d'aidant suite à une perte d'autonomie de la personne aidée, liée à l'âge (vs. 53%)

Actes de soin envers la personne aidée :

- l'aider à prendre des décisions (**39%** vs. 30%)
- l'aider à faire sa toilette (**32%** vs. 21%)
- l'aider à s'habiller/ se déshabiller (**35%** vs. 20%)
- l'aider à aller aux toilettes (**26%** vs. 17%)
- la surveiller en journée (**28%** vs. 15%)

42% s'occupent de la personne depuis moins de 2 ans (vs. 37%)

Perception du métier

16% ne se sentent pas fiers de travailler dans le secteur de la santé (vs. 6%)

18% n'exercent pas un métier qui leur plaît (vs. 6%)

31% n'ont pas une très bonne ambiance au travail (vs. 22%)

42% n'évoluent pas dans un climat de confiance avec leur direction (vs. 35%), et **29%** ne se sentent pas en confiance avec leurs collègues (vs. 21%)

62% ne bénéficient pas d'une grande flexibilité dans leurs conditions de travail (vs. 48%)

7% estiment que le métier ne permet pas du tout d'avoir une meilleure compréhension de la souffrance (vs. 3%), et **23%** estiment que c'est un inconvénient de travailler dans le secteur de la santé (vs. 12%)

6% ne pensent pas du tout incarner le rôle d'une personne de confiance auprès de leur entourage (vs. 2%)

55% ont recherché un soutien psychologique (vs. 33%)

Pour **26%** d'entre eux, avoir connu un aidant dans leur jeunesse ne les a pas influencés dans leur choix de travailler dans le secteur de la santé (vs. 17%)

52% ne réfléchissent pas à une reconversion (vs. 47%), voire pas du tout (**37%** vs. 30%)

Les engagés sous pression : L'exemple de Julien



“ Julien, 49 ans, médecin et aidant

Je m'appelle Julien, j'ai 49 ans. Je suis médecin dans un service hospitalier, et depuis un peu plus de trois ans, j'aide régulièrement mon père, atteint d'une maladie neurodégénérative.

Même si d'autres membres de la famille apportent un soutien ponctuel, mon rôle d'aidant a un impact important sur ma vie : je dors peu, je travaille souvent de nuit, je ne prends presque plus de temps pour moi. Mon moral, ma santé et mes relations personnelles en souffrent. Je suis informé des dispositifs existants – j'ai utilisé le congé de solidarité familiale et j'ai obtenu des horaires aménagés – mais cela ne suffit pas à compenser la fatigue.

J'aime profondément mon métier, c'est une vocation née de mon histoire familiale. Il m'aide à comprendre la souffrance, et je me retrouve souvent dans un rôle de médiateur dans mon entourage.

Mais j'atteins aujourd'hui une forme de saturation. Je commence à envisager une autre orientation professionnelle, sans que cela remette en cause mon engagement. Simplement, je m'épuise.



LES ENGAGÉS SOUS PRESSION 45%

J'ai choisi ce rôle par sens du devoir ou par vocation, mais j'en subis aujourd'hui les contraintes avec intensité : forte implication, surcharge émotionnelle, conflits de temps.

25% vivent en région parisienne (vs. 19%)

52% travaillent de nuit (vs. 44%)

64% ont des revenus nets mensuels de 3 000€ et plus (vs. 57%)

6% sont médecins (vs. 3%)

54% travaillent à l'hôpital public (vs. 49%)

Impact du rôle d'aidant

32% d'entre eux voient leur rôle d'aidant partiellement reconnu par leur entourage professionnel (vs 27%)

Leur rôle d'aidant a un impact important :

- sur leur moral (**83%** vs. 71%)
- sur leur santé (**65%** vs. 58%)
- sur le temps qu'ils consacrent à leurs loisirs (**69%** vs. 62%)
- sur le temps qu'ils consacrent aux membres de leur famille (**70%** vs. 63%)
- sur leur vie professionnelle (**64%** vs. 54%)

42% aimeraient bénéficier d'une réduction du temps de travail (vs 34%)

41% bénéficient, ou aimeraient bénéficier de télétravail / plus de télétravail (vs 34%)

26% bénéficient d'horaires aménagés (vs 17%)

24% connaissent le congé de solidarité familiale et en ont déjà bénéficié (vs 15%)

64% connaissent le droit au répit (vs 56%)

70% ont informé leurs collègues de leur rôle d'aidant (vs 65%)

Aide apportée

Pour **87%** d'entre eux (vs. 80%), d'autres personnes apportent également leur aide, notamment des non-professionnels (**52%** vs. 46%).

52% sont aidant depuis 2 à 5 ans (vs. 46%)

Perception du métier

98% exercent un métier qui leur plaît (vs 94%)

41% réfléchissent à une reconversion professionnelle, dans une certaine mesure (vs 33%)

57% estiment que leur situation professionnelle leur cause des troubles psychologiques tels que la dépression, l'anxiété ou le stress (vs 47%)

79% déclarent que leur métier a joué un rôle dans le fait de devenir aidant (vs 72%)

57% sont tout à fait convaincus que leur métier leur permet d'avoir une meilleure compréhension de la souffrance (vs 50%)

35% sont tout à fait d'accord sur le fait qu'ils incarnent un rôle de médiateur dans leur entourage (vs 28%)

67% ont connu un aidant dans leur jeunesse (vs 59%), notamment un proche (**17%** vs. 12%), et cela a influencé leur choix de travailler dans le secteur de la santé (**52%** vs. 42%)

Les équilibrés volontaires : L'exemple de Claire



🗨️ Claire, 32 ans, aide-soignante et aidante

Je m'appelle Claire, j'ai 32 ans. Je travaille comme aide-soignante dans un EHPAD en province. J'aime profondément mon métier : il est concret, humain, et je me sens utile chaque jour. Je bénéficie d'un bon climat de travail, avec une équipe soudée et une reconnaissance réelle de ma hiérarchie.

Depuis un peu plus d'un an, j'aide ma mère, qui a perdu en autonomie à la suite de problèmes de santé. Je suis la seule à m'en occuper. Mon aide porte surtout sur les aspects du quotidien : les repas, les courses, l'entretien du logement, les rendez-vous médicaux. Je n'apporte mon aide que quelques heures par semaine.

Ce rôle s'est imposé naturellement, sans que je le ressente comme une contrainte. Il n'a pas d'impact négatif sur ma santé, mon moral ou ma vie professionnelle.

Je n'ai pas eu besoin d'aménager mes horaires ni de demander un congé spécifique. Je n'ai pas connu d'épuisement, et je parviens à préserver du temps pour moi. Ce rôle d'aidante ne découle pas de mon métier, ni d'une expérience familiale passée. Je le vis avec une certaine stabilité, en trouvant un équilibre entre ma vie personnelle et professionnelle. »



LES
ÉQUILIBRÉS
VOLONTAIRES
31%

Mon engagement est assumé, stable et compatible avec mon quotidien. Je ne vis pas mon rôle d'aidant comme une contrainte, et je parviens à préserver mon équilibre personnel et professionnel.

74% sont des femmes (vs. 65%)

89% vivent en province (vs. 81%), notamment dans le Nord-est (**40%** vs. 28%)

20% ont des revenus nets mensuels de moins de 1999€ (vs. 13%)

31% sont aide-soignant(e)s (vs. 23%)

32% travaillent en EHPAD (vs. 24%), et moins à hôpital (**54%** vs. 64%)

34% n'exercent pas un métier défini comme pénible (vs. 28%)

56% ont un seul enfant au sein du foyer (vs. 45%)

Impact du rôle d'aidant

60% d'entre eux voient leur rôle d'aidant pleinement reconnu par leur entourage personnel (vs 50%)

Il en est de même auprès de leur entourage professionnel (**48%** vs. 34%)

Le fait d'être aidant a peu d'impact sur leur vie personnelle :

- pas d'impact sur leur situation financière (**63%** vs. 56%)
- pas d'impact sur leur moral (**49%** vs. 29%)
- pas d'impact sur leur santé (**56%** vs. 42%)
- pas d'impact sur leur vie conjugale (**59%** vs. 43%)
- pas d'impact sur le temps consacré à leurs loisirs (**60%** vs. 38%)
- pas d'impact sur le temps consacré aux membres de leur famille (**56%** vs. 37%)

Par ailleurs, pour **65%** d'entre eux (vs 46%), le fait d'être aidant n'a pas d'impact sur leur vie professionnelle

Ils ne ressentent pas le besoin de recourir à des dispositifs de soutien ou d'adaptation destinés aux aidants (**54%** de « Aucun » vs 39%), et n'ont pas connaissance de ce type de mesures (**72%** de « Connaît au moins un dispositif » vs 78%).

41% n'ont pas informé leurs collègues de leur rôle d'aidant (vs. 35%)

Aide apportée

74% n'aident qu'une seule personne (vs. 65%)

80% ne consacrent pas plus de 7 heures par semaine à aider (vs. 72%)

Pour **42%** d'entre eux, la personne aidée est leur père ou leur mère (vs. 35%)

29% sont seuls à s'occuper de la personne (vs. 20%)

Ils apportent moins souvent une aide d'ordre médical, et sont moins amenés à manipuler la personne aidée, par exemple pour la déplacer, la lever ou la coucher.

Perception du métier

87% travaillent dans un réel climat de confiance avec leurs collègues (vs 79%)

85% ont une très bonne ambiance au travail (vs. 78%)

61% se sentent largement reconnus par rapport aux efforts fournis dans leur travail (vs 54%)

Pour **38%** d'entre eux, le métier n'a pas joué de rôle dans le fait d'être aidant (vs. 28%)

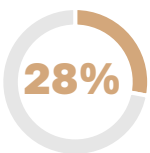
45% n'ont jamais connu d'état d'épuisement intense (vs. 33%)

54% n'ont pas connu d'aidant dans leur jeunesse (vs. 41%)



Principaux enseignements

DES AIDANTS DU SECTEUR DE LA SANTÉ QUI DIFFÈRENT PEU DE L'ENSEMBLE DES AIDANTS...



... la proportion d'aidants au sein du secteur de la santé, globalement alignée avec celle qui est observée auprès de l'ensemble des actifs (32%)

- Un **profil socio démographique, mais également économique, sans grandes différences** structurantes.
- Un **temps d'aide** (72% inférieur à 8h par semaine) et une **fréquence d'aide** (67% d'aide pluri hebdomadaire) **là aussi équivalente**.
- Une **aide avant tout familiale** (87%), **avec pour principal motif une perte d'autonomie liée à l'âge** et par conséquent une aide avant tout dirigée aux ascendants (parents / grands parents).
- Les **actions réalisées au sein de cette aide sont variées**, mais le plus souvent elles consistent à faire les courses, à apporter un soutien moral et à accompagner aux visites médicales.
- **83% tiennent ce rôle depuis moins de 5 ans** (vs 86% pour l'ensemble des actifs aidants).

... MAIS AVEC QUELQUES SPÉCIFICITÉS STRUCTURANTES

Des contraintes liées à leur métier dans la santé plus fréquentes

- 48% ont un **métier qualifié de pénible** ce qui impacte leur santé (vs 39% pour l'ensemble des actifs aidants)
- 53% ont un métier avec des **situations stressantes et éprouvantes** avec un impact sur leur santé (vs 45%)
- Avec une **moindre flexibilité** des horaires (68% vs 78%)
- Et un recours au **télétravail** beaucoup moins fréquent (20% vs 60%)

Et des actes d'aidance élargis

- Par rapport à l'ensemble des actifs aidants, les aidants de la santé apportent plus fréquemment à l'aidé un **soutien moral** (60% vs 46%), coordonnent les **intervenants professionnels** (25% vs 16%), font les **soins médicaux** (24% vs 9%), font la **toilette** (21% vs 15%) et aident à l'**habillement** (20% vs 13%).

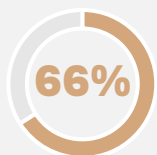
Toutefois, malgré ces contraintes et/ou difficultés, **76% des aidants santé sont devenus aidants PAR CHOIX PERSONNEL / PAR ENVIE (vs. 67% auprès de l'ensemble des aidants).**

UN RÔLE AVEC DE FORTS IMPACTS SUR LA VIE DES AIDANTS SANTÉ

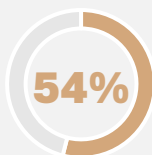
Bien que le métier dans la santé soit perçu comme un avantage et que le rôle d'aidant soit globalement reconnu...

- Pour **69%** des aidants santé, le fait de travailler dans ce secteur est plutôt un avantage (contre seulement 12% qui le perçoivent comme un inconvénient). Au-delà des **connaissances médicales et techniques** que cela apporte, **leur métier les aide** dans l'approche relationnelle (aussi bien avec les proches qu'avec la personne aidée), mais aussi en termes d'organisation ou de coordination.
- Une certaine **reconnaissance** du rôle d'aidant par l'entourage, aussi bien personnelle (pour 83% des aidants) que professionnelle (61%).

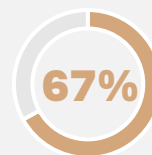
... le rôle d'aidant reste difficile à porter pour les salariés de la santé



des aidants santé déclarent que ce statut est **DIFFICILE**. Notamment à cause de **l'impact émotionnel / la charge mentale** supplémentaire et le **temps que ce rôle nécessite**



déclarent que ce rôle d'aidant a un **impact important sur leur vie professionnelle**



ont déjà **connu un état d'épuisement en lien avec leur rôle d'aidant**, qui s'est notamment traduit par une recherche de soutien psychologique, une remise en question de l'aide apportée ou la maladie.

Comment mieux accompagner les aidants du secteur de la santé ?

Continuer le travail de reconnaissance du rôle d'aidant

27% des aidants de la santé ne souhaitent pas partager le rôle qu'ils ont en parallèle de leur fonction avec des membres de leur entourage professionnel. Pour qu'un accompagnement professionnel soit possible, le premier prérequis est que cette information soit connue.

Davantage communiquer sur les dispositifs existants

Aucun des dispositifs spécifiques aux aidants n'est connu par plus de 64% d'entre eux. Pour être utilisés et apporter l'aide nécessaire, ces dispositifs doivent être mieux connus de tous.

Facilité l'accès à ces dispositifs

Seul 1 aidant sur 3 qui aimerait bénéficier des aménagements « classiques » d'organisation du travail (horaires aménagés, télétravail, réduction du temps de travail ou changement de poste) **en bénéficie réellement.** Concernant **les dispositifs spécifiques pour les aidants** (don de RTT aux proches aidants / congés proche aidant / congés de solidarité familiale / droit au répit) **le recours est très minoritaire dans le secteur de la santé.**