

GUIDE PRATIQUE | CULPABILITÉ DES AIDANTS

Droit au répit de l'aidant : solutions et démarches en 2026

Accueil de jour, hébergement temporaire, relais à domicile et congé : identifiez la solution adaptée et le bon interlocuteur.

MEDIWALK®

Des repères clairs pour mieux accompagner au quotidien.

<https://www.mediwalk.fr/droit-repit-aidant-solutions.html>

Mediwalk - Protéger, rassurer et relier.

Sommaire

Retrouvez les étapes et repères essentiels de ce guide.

Dans ce guide	3
Quelles formes de répit ?	3
L'aide au répit dans le cadre de l'APA	3
À qui s'adresser ?	4
Concilier répit et activité professionnelle	4
Une démarche en quatre étapes	4
Continuer le dossier	5
Questions fréquentes	5
Sources	5
À propos de ce guide	6

Dans ce guide

Le répit regroupe plusieurs solutions permettant à l'aidant de souffler tout en assurant la continuité de l'accompagnement. Le bon dispositif dépend des besoins de la personne aidée, de la durée souhaitée, du territoire et du financement mobilisable.

Dossier culpabilité

Cette page fait partie d'un ensemble de repères complémentaires. La page centrale présente les causes et les premières pistes d'action.

Quelles formes de répit ?

Les solutions comprennent notamment l'accueil de jour ou de nuit, l'hébergement temporaire, l'accueil familial, le relais à domicile et certains séjours de répit. Une solution peut concerner l'aidant seul ou le binôme aidant-aidé.

L'aide au répit dans le cadre de l'APA

Pour une personne bénéficiaire de l'APA à domicile, le plan d'aide peut financer du répit. L'équipe médico-sociale évalue les besoins de la personne et ceux de l'aidant. Une majoration peut exister lorsque l'aidant est indispensable et que le plafond est atteint ; vérifiez le montant actualisé auprès du département.

À qui s'adresser ?

Commencez par le service autonomie du département, le point d'information local, le CCAS, une plateforme d'accompagnement et de répit ou le médecin traitant. Préparez la notification APA, les disponibilités souhaitées et les besoins de surveillance ou de soins.

Concilier répit et activité professionnelle

Le congé de proche aidant permet, sous conditions, de suspendre ou réduire temporairement son activité. Une allocation journalière peut compenser une partie de la perte de revenu. Consultez Service-Public pour les conditions à jour.

Une démarche en quatre étapes

1. Définir le besoin et la durée. 2. Faire évaluer la situation. 3. Comparer les solutions et leurs coûts. 4. Tester lorsque c'est possible, puis réévaluer après le premier accueil ou relais.

À garder en tête

Une solution utile est une solution adaptée à la personne aidée, à l'aidant et à leur situation réelle. Elle peut être réévaluée.

Continuer le dossier

Signes d'épuisement

[Voir le guide complémentaire](#)

Prendre du temps pour soi

[Voir le guide complémentaire](#)

Questions fréquentes

Le droit au répit est-il automatique ?

Non. Le financement dépend notamment de la situation de la personne aidée et de l'évaluation du plan d'aide. Les plateformes de répit peuvent orienter même sans financement APA.

Quelles solutions peuvent être financées par l'APA ?

Selon le plan d'aide : accueil de jour, hébergement temporaire ou relais à domicile, notamment.

Où trouver une plateforme de répit ?

Les points d'information locaux et l'annuaire officiel pour les personnes âgées peuvent vous orienter vers les dispositifs du territoire.

Sources

L'aide au répit dans le cadre de l'APA : [consulter la source officielle](#).

Congé de proche aidant : [consulter la source officielle](#).

Répit des aidants - recommandations de la HAS : [consulter la source officielle](#).

À propos de ce guide

Informations générales à adapter à la situation de la personne. Ce document ne remplace pas un avis médical, social ou juridique personnalisé. En cas d'urgence ou de danger immédiat, appelez le 15 ou le 112.

[Consulter la version web actualisée](#)