GUIDE PRATIQUE | VIEILLIR CHEZ SOI

Maintien à domicile : prévoir les relais et imprévus

Préparer le logement, les aides et les relais, en respectant les choix de la personne.

MEDIWALK® - LE MAG 100 % AIDANTS
Version enrichie - octobre 2026

Sommaire

Repères, situations concrètes et fiche personnelle à compléter.

Repérer ce qui dépend d’une seule personne . . . 3
Préparer la réponse à un passage non assuré . . . 3
Préparer le retour d’hospitalisation avec l’équipe . . . 3
Anticiper l’indisponibilité de l’aidant principal . . . 3
Quand revoir le projet plutôt que multiplier les rustines ? . . . 4
Tester une chaîne de relais sans mettre la personne en difficulté . . . 4
Questions fréquentes . . . 5
L’aidant n’est plus disponible ce week-end . . . 6
Ma fiche personnelle . . . 6
Pour poursuivre . . . 6

Sources officielles et version en ligne

Portail national : mettre en place une aide à domicile
Services autonomie à domicile : missions et intervenants
Service Public : allocation personnalisée d’autonomie
France Rénov’ : MaPrimeAdapt’
Portail national : le rôle de l’ergothérapeute
Service Public : crédit d’impôt pour l’emploi à domicile
Lire la page correspondante sur Mediwalk

Édition enrichie - 19 octobre 2026

Repérer ce qui dépend d’une seule personne

Une organisation peut paraître stable parce qu’un proche compense tout ce qui manque. Demandez ce qui se passerait si ce proche était absent demain : repas, accès au logement, rendez-vous, aide au lever et réponse aux alertes. Ce repérage évite de confondre habitude et solution durable.

Identifiez les missions indispensables et les personnes ou services capables de les reprendre. Ne supposez pas qu’un voisin ou un membre de la famille sera disponible sans l’avoir demandé. Un contact sur une liste ne constitue pas, à lui seul, un relais confirmé.

Préparer la réponse à un passage non assuré

Demandez au service comment une absence sera signalée, à qui téléphoner et comment un remplacement est recherché. Faites préciser les horaires de réponse et les limites de disponibilité. Le projet doit rester compréhensible pour la personne aidée, pas seulement pour l’entourage.

Si une mission essentielle n’est pas couverte, contactez le service et les interlocuteurs concernés pour rechercher une réponse adaptée. N’improvisez pas un soin ou une gestion de médicaments pour remplacer une compétence professionnelle. Un danger immédiat nécessite l’appel aux services d’urgence.

Préparer le retour d’hospitalisation avec l’équipe

Avant une sortie, faites préciser les besoins et les consignes, le matériel attendu, les rendez-vous et les aides réellement confirmées. Signalez au service social ou à l’équipe si une présence familiale supposée n’existe pas. La date de retour ne suffit pas à prouver que le domicile est prêt.

Une personne peut avoir besoin d’un accompagnement différent de celui d’avant l’hospitalisation. Faites vérifier la compatibilité entre ses déplacements, le logement et les interventions prévues. Les proches transmettent leurs observations ; les décisions de soins et les prescriptions relèvent des professionnels compétents.

Anticiper l’indisponibilité de l’aidant principal

Préparez une fiche courte et protégée : contacts autorisés, services habituels, accès au logement et organisation des besoins indispensables. Indiquez où trouver les consignes actuelles sans diffuser inutilement des informations de santé ou des codes. Un remplaçant doit pouvoir comprendre la situation sans relire des mois de messages.

Si l’aidant doit être hospitalisé ou ne peut plus assurer les nuits, signalez rapidement la difficulté aux services concernés. Des solutions temporaires peuvent être recherchées, mais leur disponibilité et leur financement ne sont pas automatiques. Une recherche anticipée laisse davantage de possibilités.

Quand revoir le projet plutôt que multiplier les rustines ?

Des besoins devenus plus importants, des incidents répétés, un isolement accru ou l'épuisement de l'entourage appellent un échange sur l'ensemble du projet. Il ne s'agit pas de conclure seul que le domicile doit être abandonné, ni de promettre qu'un équipement supplémentaire résoudra tout.

Avec la personne et les professionnels, examinez les interventions possibles, les adaptations, le répit et, si nécessaire, les autres solutions de lieu de vie. Préserver les choix suppose d'expliquer les options et leurs limites. Une réévaluation peut aussi confirmer le domicile avec une organisation renforcée.

Tester une chaîne de relais sans mettre la personne en difficulté

Vérifiez que les numéros sont à jour, que le remplaçant sait où trouver la fiche et qu'une alerte rejoint bien le répondant prévu selon les consignes du service. Ne simulez pas une urgence auprès des secours et ne retirez pas une aide indispensable pour voir si la personne se débrouille.

Après chaque essai ou incident, retenez une amélioration : contact secondaire, accès clarifié, service prévenu ou consigne actualisée. Datez la modification. Un plan de continuité reste simple et évolue avec les besoins ; il n'élimine pas tous les imprévus.

Questions fréquentes

Que faire si l'aide à domicile ne vient pas ?

Contactez le service selon la procédure prévue et identifiez le besoin qui reste sans réponse. Demandez une solution adaptée ; un danger immédiat justifie un appel urgent plutôt qu'une simple attente.

Un voisin peut-il être le seul contact d'urgence ?

Vérifiez son accord, sa disponibilité réelle et ce qu'il peut faire. Prévoyez un second contact et ne lui attribuez pas une mission professionnelle qu'il ne peut assurer.

Quand préparer le retour à domicile après l'hôpital ?

Dès que la sortie est envisagée, avec l'équipe et les services concernés. Vérifiez les interventions et le matériel confirmés, pas seulement les demandes envoyées.

Faut-il attendre une hospitalisation de l'aidant pour chercher un relais ?

Non. Préparez les contacts et les informations utiles en amont. Les places, passages et financements éventuels peuvent demander des démarches et dépendent des disponibilités.

Une alarme suffit-elle à prévenir les ruptures ?

Non. Elle peut signaler un problème, mais il faut une réponse humaine et des aides adaptées aux besoins. Vérifiez la chaîne de réception et d'intervention.

Réévaluer veut-il forcément dire entrer en établissement ?

Non. L'évaluation peut conduire à renforcer le domicile, proposer du répit ou examiner d'autres possibilités. La décision dépend de la situation et des choix de la personne.

Quels documents préparer pour le relais ?

Une fiche datée, les contacts autorisés et l'endroit où trouver les consignes actuelles. Limitez le partage aux informations nécessaires et conservez les documents sensibles de façon protégée.

L’aidant n’est plus disponible ce week-end

Exemple illustratif : un proche doit s’absenter alors qu’il assurait tous les repas du dimanche. La famille contacte le service, précise le besoin et cherche un relais confirmé plutôt que de supposer qu’un voisin pourra passer.

Quelle mission deviendrait immédiatement fragile chez vous ? Notez la personne à contacter, la solution de remplacement et ce qui reste à confirmer.

Ma fiche personnelle

Une fiche à compléter avant votre prochain échange avec les professionnels. Notez seulement les informations nécessaires et conservez ce document de manière confidentielle.

La mission qui dépend d’une seule personne

Le service et le relais confirmés en cas d’absence

Les informations nécessaires et leur lieu de conservation

Le changement qui doit déclencher une réévaluation

> **À garder en tête**
>
> Les exemples sont illustratifs. Adaptez les propositions à la personne et aux consignes des professionnels. Un changement brutal ou un problème de santé nécessite une réponse adaptée ; ce guide ne remplace pas les soins.

Pour poursuivre

Construire le plan sur 30 jours
Coordonner proches et professionnels
Revenir au dossier Vieillir chez soi