



OCTOBRE 2025

www.handicapenergie.fr

QUEL EST LE PROFIL DES AIDANTS EN EUROPE ?



En Europe, 8 aidants sur 10 assument seuls la charge d'un proche en perte d'autonomie. Une réalité massive mais souvent invisible. Une étude européenne dresse un portrait précis de ces près de 100 millions de personnes et éclaire les enjeux à venir.

Près d'un Européen sur trois consacre en moyenne 13 heures par semaine à soutenir un proche en perte d'autonomie. Une implication considérable qui repose sur environ 100 millions d'épaules. Publiée en octobre 2025, l'étude Panorama des aidants en Europe, menée par OpinionWay pour Clariane,

dresse un « état des lieux inédit » de l'aidance dans six pays européens : France, Allemagne, Italie, Espagne, Belgique et Pays-Bas. Objectif ? Identifier les caractéristiques de cette population d'aidants non professionnels, mesurer l'ampleur de leur engagement, afin de mieux cerner leur quotidien, leurs difficultés, leurs besoins et les émotions qui traversent leur parcours.

Menée auprès d'un échantillon de 13 488 personnes, cette enquête offre une photographie rare d'un phénomène de plus en plus central dans les sociétés européennes vieillissantes, véritable pilier social trop souvent méconnu.

Les Italiens et Espagnols, champions de l'aidance

Âgés en moyenne de 47,3 ans, les aidants européens sont autant de femmes que d'hommes. Ils vivent majoritairement en milieu urbain (55 %), 23 % en périurbain et 21 % en zone rurale. 71 % exercent une activité professionnelle, 61 % vivent en couple et 49 % ont au moins un enfant. Mais, derrière ce profil homogène, des disparités nationales se dessinent. L'Italie et l'Espagne affichent les taux d'aidance les plus élevés (respectivement 34 % et 35 % de la population), tandis que la France et l'Allemagne ferment la marche (24 % et 23 %). Aux Pays-Bas, le taux atteint 28 %, avec une organisation de l'aide souvent plus collective. Les Italiens consacrent en moyenne 15 heures par semaine à ce rôle, les Espagnols 16 heures, contre 9 en France.

Le poids de la famille... et des traditions

Dans 89 % des cas, les aidants soutiennent un membre de leur famille. En Espagne et en Italie, 68 % épaulent un parent ou grand-parent, reflet d'une culture familiale très forte. À l'inverse, aux Pays-Bas, cette part chute à 44 %, et près d'un quart des aidants accompagnent une personne extérieure à leur cercle familial (voisin, ami...). Le conjoint occupe une place importante dans les pays du Nord : il représente 20 % des personnes aidées aux Pays-Bas, contre seulement 7 % en Italie.

En France, ce sont surtout les parents (44 %) qui sont aidés, suivis par les conjoints (12 %) et les grands-parents (17 %). Les enfants ne représentent que 3 % des personnes aidées.

Une aide fréquente, souvent quotidienne

L'aide apportée est loin d'être ponctuelle, atteignant près de deux heures par jour, en moyenne. Près de trois répondants sur dix (29 %) interviennent tous les jours, et près de huit sur dix plusieurs fois par semaine. Seuls un quart limitent leur engagement à une fois hebdomadaire. La fréquence est particulièrement soutenue dans les pays du sud de l'Europe : 84 % des aidants espagnols et 81 % des Italiens interviennent plusieurs fois par semaine. En France, les chiffres sont plus modérés mais restent élevés, avec 26 % d'aidants quotidiens et 45 % plusieurs fois par semaine. Cette régularité témoigne d'un investissement de long terme, souvent comparable à une deuxième activité à plein temps.

Un impact sur leur santé physique et psychique

Huit aidants sur dix assument seuls ce rôle et 68 % éprouvent d'ailleurs un sentiment de solitude face à cette responsabilité. Un engagement quotidien qui pèse lourdement sur leurs épaules et structure leur quotidien : 71 % déclarent ressentir, parfois ou souvent, une « charge ». 69 % estiment que cette situation pèse sur leur santé physique ou psychique, 59 % rencontrent des difficultés dans leur vie familiale et 57 % dans leurs relations sociales ou professionnelles. L'indice Mini-Zarit, qui mesure la charge émotionnelle, s'élève en moyenne à 3,1 sur 7, avec des niveaux plus élevés en Italie (3,5) et en Espagne (3,4).

Un autre regard sur son proche

La proximité quotidienne transforme parfois le lien lui-même : un aidant sur deux confie avoir le sentiment de ne plus reconnaître la personne qu'il accompagne. 12 % évoquent des conflits familiaux liés à une répartition jugée injuste ou déséquilibrée des tâches. À cette réalité s'ajoutent de fortes inquiétudes : 88 % redoutent l'avenir de leur proche et 70 % disent éprouver du découragement.

Entre devoir, plaisir et fierté d'aider

Si ce rôle est exigeant, il reste très largement assumé comme un choix personnel : 84 % des personnes interrogées estiment qu'aider est une « décision volontaire », et 63 % le voient comme un « devoir ». Près d'un sur deux affirme « aimer aider », un sentiment particulièrement présent en Allemagne (60 %). La « fierté » est également prégnante : 90 % des aidants éprouvent ce sentiment, avec des pics à 93 % en Italie et 95 % en Espagne. Cette implication renforce souvent les liens : 60 % estiment que leur relation avec la personne aidée s'est consolidée, contre 15 % qui constatent une dégradation.

Un soutien public jugé insuffisant et un avenir incertain.

Aux yeux des aidants européens, l'accompagnement des pouvoirs publics demeure largement perfectible. 82 % souhaitent bénéficier d'un soutien accru dans leur rôle, une proportion qui grimpe à 91 % en Espagne. Moins d'un sur deux (46 %) estime que des mesures concrètes existent aujourd'hui pour faciliter leur quotidien – une perception légèrement plus favorable en France (50 %), en Allemagne (53 %) et en Belgique (49 %).

Manque de visibilité et d'informations

À ce déficit d'action s'ajoute un manque criant de visibilité : seuls 42 % des aidants se disent bien informés des dispositifs disponibles dans leur pays. Ce flou nourrit un sentiment d'abandon et alimente une vision pessimiste de l'avenir. Seuls 38 % anticipent une diminution du poids que représente l'aidance dans les années à venir. Ces inquiétudes s'étendent à leur propre parcours : 81 % redoutent de faire peser un jour une charge trop lourde sur leurs proches.

Avec une génération de seniors plus nombreuse, souvent sans enfants ou vivant seule, les besoins en accompagnement ne feront que croître. Le rôle des aidants, déjà crucial aujourd'hui, sera demain incontournable. Reste à savoir si l'Europe choisira de s'appuyer sur eux... ou de les soutenir.

<https://informations.handicap.fr/a-quel-est-le-profil-des-aidants-en-europe-38451.php>

QUAND LA TELEASSISTANCE DEVIENT SUR-MESURE : DES SOLUTIONS ADAPTEES A CHAQUE SITUATION



Rester chez soi le plus longtemps possible, malgré l'âge ou le handicap, est le souhait exprimé par la grande majorité des Français.

Mais autonomie ne rime pas toujours avec sécurité. **Chute, malaise, isolement, besoin spécifique ou perte de repères** : autant de risques quotidiens que la téléassistance moderne entend prévenir. Désormais, ce service s'adapte aux besoins précis de chacun, bien loin du simple "bouton d'alerte" d'autrefois.

De la téléalarme au service connecté

La téléassistance classique repose sur un médaillon ou un bracelet relié à une centrale d'écoute 24 h/24, permettant d'appeler de l'aide en cas d'urgence.

Ce principe demeure, mais les technologies et les usages ont profondément évolué. Les opérateurs proposent aujourd'hui **des offres "intelligentes"** capables de **détecter automatiquement une chute lourde ou une inactivité suspecte**, voire de **géolocaliser** une personne désorientée hors de son domicile.

Chez les professionnels, chaque alerte déclenche la mise en relation directe avec un chargé d'écoute formé aux situations de dépendance.

Des solutions adaptées à chaque profil

La téléassistance n'est plus réservée aux personnes âgées confinées à domicile. Les dispositifs s'adaptent à des réalités très diverses :

- **Les seniors actifs**, souvent seuls mais encore mobiles, privilégient les montres connectées avec géolocalisation, permettant d'appeler le centre d'urgence en cas de chute à l'extérieur. Ils choisiront une téléalarme pour seniors en priorité. Généralement portée en pendentifs ou comme une montre et spécialisée pour les chutes, qui est le risque numéro 1.
- **Les personnes en situation de handicap** bénéficient de systèmes personnalisés : détecteurs de mouvement, chemin lumineux de nuit, capteurs de fumée, déclencheurs sans contact.
- **Les personnes en convalescence ou revenant d'hospitalisation** trouvent dans la téléassistance un filet de sécurité temporaire, le temps de retrouver leur pleine autonomie.

Même les proches aidants peuvent y trouver un soutien. Certaines solutions intègrent des applications mobiles permettant d'être notifiés en cas d'alerte ou de suivre les routines quotidiennes du proche. "La téléassistance n'est pas un outil de surveillance mais un lien", rappelle un conseiller chez un spécialiste.

Les téléalarmes récentes **s'intègrent à des environnements domotiques** : détecteurs de mouvement, capteurs de présence, signal lumineux en cas d'appel, ou interface vocale pour les personnes malentendantes. Les utilisateurs souffrant d'un **handicap moteur, visuel ou auditif** peuvent ainsi accéder au service sans effort ni manipulation manuelle.

Enfin, la téléassistance constitue un allié indispensable pour les proches. Les aidants peuvent être notifiés en temps réel via une application et disposer d'un historique des appels d'alerte ou de routine. Certains services intègrent même l'avis d'un ergothérapeute pour adapter le dispositif au logement et à la pathologie de la personne suivie.

Le financement : un dispositif soutenu par les aides publiques

Contrairement à une idée répandue, la téléassistance peut être largement financée.

Les abonnements de base coûtent entre 15 et 40 € par mois, souvent pris en charge en partie par les aides disponibles :

- **L'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie)** pour les personnes âgées dépendantes ;
- **La PCH (Prestation de Compensation du Handicap)** pour les personnes handicapées, couvrant parfois l'abonnement de téléalarme ou le matériel connecté ;
- **Les aides locales** proposées par les départements ou les mairies ;
- **Le crédit d'impôt de 50 %** applicable à toute dépense liée à l'emploi d'un service à la personne, dont la téléassistance fait partie.

De plus en plus de mutuelles ajoutent maintenant une prise en charge spécifique pour renforcer le maintien à domicile et réduire les situations d'isolement.

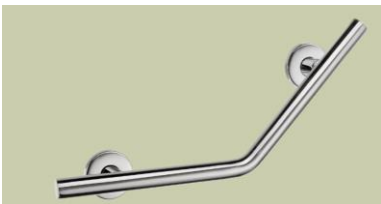
Quand la technologie s'efface au profit de la sérénité

Derrière chaque équipement se dessine une philosophie : celle d'une autonomie préservée. Si les détecteurs, montres et passerelles connectées se perfectionnent, leur finalité reste humaine. La téléassistance "nouvelle génération" ne remplace pas la présence, elle la prolonge : celle d'un réseau de vigilance bienveillant entre les services, les aidants et les proches.

Pour les familles comme pour les personnes fragiles, c'est surtout la certitude qu'en cas de besoin, une voix – et pas seulement une machine – sera toujours à l'autre bout du fil. Et c'est là que la téléassistance devient vraiment sur-mesure : adaptée à la vie, et non l'inverse.

<https://handinova.fr/quand-la-teleassistance-devient-sur-mesure-des-solutions-adaptees/>

SALLE DE BAIN : BIEN CHOISIR SA BARRE DE MAINTIEN



Équipement de sécurité que l'on retrouve notamment dans la salle de bains et les toilettes, la barre de maintien existe en différentes longueurs. Elle peut aussi être droite ou coudée et se fixer de manière permanente ou réversible. Conseils pour faire le bon choix.

La longueur

Une barre de maintien mesure le plus souvent entre 30 et 70 cm. Plus elle sera longue, plus les endroits où la saisir, pour se maintenir, se tenir debout ou se relever, seront nombreux. Cependant, le mur sur lequel fixer la barre ayant une surface limitée, il faut être sûr que la place ne manquera pas. En cas de doute, il est possible d'opter pour un modèle télescopique.

L'angle

Une barre coudée (angle à 90 ou 135°) est plus adaptée à une baignoire, une douche ou des WC qu'une barre droite, idéale, elle, pour servir de main courante. Un modèle coudé à 135° offre le bénéfice d'un appui double, à la fois horizontal et diagonal. Il permet de se relever plus facilement d'une position assise en appuyant son bras sur la partie oblique.

Les matériaux et le diamètre

Dans une salle de bains ou en extérieur, la barre de maintien doit résister à l'humidité. Bien que coûteux, l'inox brossé et l'acier inoxydable sont alors recommandés. Quant au diamètre (de 19 à 32 mm), il doit offrir une bonne préhension de la barre. Les utilisateurs ayant de petites mains se tourneront donc vers des diamètres de l'ordre de 20 millimètres.

L'installation

Une fois la longueur, la forme et la matière choisies, reste à installer la barre de manière à ce que son utilisation soit à la fois confortable et sécurisante. Réaliser une mise en situation préalablement à la pose permettra d'éviter les déconvenues. Il faut aussi s'assurer que la barre supporte le poids de la personne qui va l'utiliser et que son positionnement est bien adapté à sa taille.

La fixation

Pour se prémunir d'un accident, la barre doit être solidement fixée. Avant de percer, il est nécessaire de s'assurer que le mur est sain et solide (idéalement, il doit être porteur). Un modèle à ventouses permet un repositionnement à volonté mais présente une fiabilité moindre, surtout sur surface humide. Il faut alors réaliser un contrôle régulier. À noter : chevilles et ventouses ne s'installent jamais dans les joints du carrelage.

À quels prix et où les trouver ?

Le coût d'une barre de maintien est abordable : entre 20 et 40 € environ (hors pose). Un modèle se fixant à la fois sur le mur et le sol via un pied, à l'image de la barre d'appui dans les toilettes, est plus coûteux (80 à 190 €). Si une barre avec ventouses est privilégiée, mieux vaut éviter les premiers prix et se tourner vers des marques réputées (comme Mobeli), proposant des ventouses à forte tenue ou, mieux, disposant d'indicateurs de dépression mesurant la force d'adhésion pour chaque ventouse (vert : tout est OK ; rouge : il faut fixer à nouveau la barre).

OCTOBRE ROSE : ON SEIN'PLIQUE



L'Agefiph se mobilise à l'occasion d'Octobre rose, mois de sensibilisation au dépistage du cancer du sein, en proposant aux entreprises des outils de sensibilisation comme l'Activ Box. Ces dernières années, l'Agefiph a soutenu également des projets d'innovation, d'expérimentation et de recherche qui assurent aux personnes touchées par cette maladie d'accéder à un emploi, de rester en activité.

1 femme sur 8 développe un cancer du sein

61 000, c'est le nombre de nouveaux cas de cancer du sein. S'ils sont détectés tôt, 9 cancers du sein sur 10 sont guéris. 46 % de la population accède au dépistage organisé et gratuit (entre 50 et 74 ans). 1 femme sur 2 estime que la maladie n'a pas eu d'impact sur sa carrière professionnelle.

L'Activ Box spécial "Octobre Rose"

Sur le site Activateur de Progrès, la communauté des entreprises engagées en faveur de l'emploi des personnes en situation de handicap, de nombreuses Activ Box sont disponibles pour aider les entreprises à communiquer sur des thématiques mensuelles précises. L'Activ Box de ce mois-ci est dédiée à Octobre rose, de nombreux outils clés en main sont disponibles pour les entreprises #activateurdeprogrès, vous y retrouverez :

- Des affiches pour sensibiliser vos collaborateurs
- Des dépliants
- Des guides pratiques pour vous orienter dans vos démarches
- Des vignettes pour communiquer sur vos réseaux sociaux

Les Petites Mains au grand cœur



Les Petites Mains est une association de loi 1901 créée en 2021, composée de bénévoles qui **tricotent des « knockers » ou prothèses mammaires** et qui confectionnent des coussins cœur, pour les offrir aux femmes qui ont subi une mastectomie, tumorectomie ou autres chirurgies mammaires suite à **un cancer du sein**.

Nous sommes rattachés au groupe **Knitted Knockers France**, celui-ci comprend trois associations et nous sommes affiliés à la Fondation Américaine **Knitted Knockers** existant aux USA depuis plus de 10 ans.

Les prothèses sont réalisées en coton pour un usage quotidien ou en acrylique pour aller à la piscine ou à la mer. Elles sont douces et confortables. Elles peuvent être utilisées en attendant une reconstruction ou comme une alternative aux prothèses classiques. C'est un choix supplémentaire qui s'offre aux femmes en plus de ce qui existe déjà.

Elles sont données dans les établissements médicaux ou envoyées gratuitement aux femmes qui en font la demande sur l'adresse mail de l'association : lespetitemains53@gmail.com.



[Série] Vous avez aimé Empathie ? (Re)découvrez Florence Longpré dans « Audrey est revenue »



Vous n'avez pas décroché de la série Empathie sur la santé mentale, récemment diffusée sur Canal+. Retrouvez l'univers doux et intelligent de la réalisatrice et comédienne québécoise Florence Longpré, en plongeant dans « **Audrey est revenue** », sa précédente série. Diffusée en 2021, et à nouveau disponible sur Canal+, elle y campe une jeune femme qui, après 16 ans de coma, se réveille en situation de handicap. Le récit d'une renaissance, pour elle et son entourage, où le passé fait avancer le présent.

Quand Audrey, 33 ans, se réveille dans sa chambre d'hôpital, elle vient de traverser une longue, très longue nuit. Seize années de coma, au cours desquelles tout a changé. Elle d'abord. Percutée par une voiture, et souffrant vraisemblablement des suites d'un traumatisme crânien, son corps ne répond plus, ses mots ne sortent plus, ses cheveux très courts sont devenus très longs, ses souvenirs ont en grande partie disparu. Lentement, non sans obstacles, elle va se remettre en mouvement.

La narration, non linéaire, va et vient entre le présent et le passé. Son accident constitue un sujet tabou pour ses proches, qui veulent la préserver, mais auquel Audrey, elle, souhaite se confronter. Parfois avec violence, comme lors de son entrevue avec l'automobiliste qui l'a laissée pour morte, sur la route, en pleine nuit. Peu à peu, la jeune femme résout des énigmes, accepte d'en laisser sans réponses, et se recoud littéralement. Le tout servi par un imaginaire onirique permettant d'emprunter les méandres de son esprit. Et par une tonalité unique, proche du spectateur, joyeuse, et tendre. Et si le handicap constitue un fil rouge dans la série, il n'en est pas l'épicentre.

« **Audrey est revenue** », dix épisodes de 24 minutes sur Canal+. Mini-série récompensée par deux prix au festival Cannes séries en 2022 (Grand prix Dior et Prix spécial d'interprétation pour l'ensemble de sa distribution).

« Nos terres inconnues dans le Luberon »



Un nouveau chapitre s'ouvre pour « **Nos terres inconnues** ». C'est désormais l'aventurier québécois Samuel Ostiguy qui part à la découverte de la France.

Et, pour son premier voyage, il embarque dans son van le champion de tennis paralympique Michaël Jérémiasz. Ensemble, ils vont sillonner les routes d'un Luberon méconnu, hivernal, quand le mistral fait plier les oliviers et que les touristes ont déserté les villages perchés.

Qui sont les femmes et les hommes qui font vivre ce bout de Provence à l'année, engagés pour la défense de leur terre et de ses habitants, humains ou non humains ?

Et comment va réagir Michaël Jérémiasz face à ces personnes passionnées, entières, résilientes, lui le sportif hyperactif qui a fait de la défense des droits des personnes en situation de handicap le combat de sa vie ?

« **Nos terres inconnues** » porte les mêmes valeurs que sa grande sœur « **Rendez-vous en terre inconnue** » : le partage, l'émotion, la bienveillance et le grand spectacle de la nature.

Mercredi 29 Octobre à 21h10 sur France2



Ont participé à ce numéro :

Jean François CHOLAT, Olivier RAYMOND

Conception/Rédaction : Sophie GUILLARD

www.handicapenergie.fr

Contact : contact@handicapenergie.fr

Vous recevez cette newsletter car votre adresse postale ou votre adresse mail est référencée dans notre base de données. Conformément à la loi informatique et libertés du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations vous concernant.

Nos Partenaires

