



**ET SI MA VIE  
DEVENAIT  
PLUS LÉGÈRE ?**

**LE CERTIFICAT  
D'AIDANT  
ET LES OFFRES**

**SOLITUDE  
FATIGUE  
QUOTIDIEN  
QUESTIONS  
SURCHARGE  
INQUIÉTUDE  
DÉMARCHES  
ADMINISTRATIVES**





## LE CERTIFICAT D'AIDANT

Vous allez faire la demande du certificat d'aïdant ou vous en êtes détenteur et vous allez en demander le renouvellement : vous trouverez dans ce document les informations utiles à ces démarches.

Le certificat d'aïdant permet l'accès à des offres dédiées :

- CESU aidants
- Aides à domicile pour l'aïdé
- Aide au répit
- Formation
- Offre de la "silver économie"

Certaines de ces aides varient en fonction du Quotient Familial Aidant.

### Comment calculer son Quotient Familial Aidant ?

Le montant des aides accordées par La Poste varie en fonction de votre Quotient Familial (QF), calculé en ajoutant une demi-part supplémentaire pour les bénéficiaires du certificat.

#### Quotient Familial Aidant =

Revenu fiscal de référence (RFR\*) / Nombre de parts fiscales (N\*\*) + 0,5 part

\* RFR = Revenu fiscal de référence inscrit sur l'avis d'imposition en votre possession au 1<sup>er</sup> janvier de l'année

\*\* N = peut être augmenté de 0.5 si vous êtes BOE\*\*\* et/ou de 0,5 si vous êtes parent isolé

\*\*\* BOE : Bénéficiaire de l'obligation d'emploi

## LISTE DES PIÈCES À FOURNIR

### Pour obtenir le certificat initial d'aïdant

- Le formulaire intitulé « Demande de certificat d'aïdant familial » dûment complété
- La copie de l'aide légale pour la personne aidée (ex : APA, AAH, PCH, AEEH, etc.). En l'absence d'aide légale, un certificat médical ou un bulletin de situation ou une copie de la carte d'invalidité est requise. Une nouvelle évaluation de la dépendance sera alors effectuée par nos équipes.
- Le justificatif selon le lien aidant / aidé :
  - Livret de famille ou fiche d'état civil pour un lien de parenté
  - Décision de justice pour un lien juridique
  - Avis d'imposition faisant apparaître le nom de l'aidé ou attestation du Trésor Public pour un lien fiscal

**Nouveauté 2021 :** vous pouvez désormais charger vos pièces justificatives à partir de votre compte personnel Cogas sur l'Espace activités sociales.

### Pour obtenir le renouvellement du certificat d'aïdant

Les mêmes pièces que pour la demande initiale seront à fournir excepté le lien de parenté et l'aide légale si elle est toujours en cours.

**NB :** lors de votre premier dépôt dans le nouveau système, l'ensemble des pièces sera à fournir même pour une demande de renouvellement.

### Pour obtenir les aides

- Le formulaire adapté à l'aide sollicitée dûment complété
- **Pour obtenir l'aide à domicile pour l'aidé et l'aide au répit :** fournir l'avis d'imposition disponible au premier janvier de l'année en cours pour obtenir une offre modulée en fonction de vos ressources. À défaut de la fourniture de ce document, l'aide minimale sera appliquée.
- **Pour obtenir les aides liées aux offres Répit, Veiller sur mes parents, Ardois et Jeux de mémoire :** fournir une facture acquittée.

**Pour toutes vos demandes vous devez joindre (préalablement) le guichet des aidants**

### LE GUICHET DES AIDANTS FAMILIAUX

Tél. : 017816 1427

Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30 (heures locales de métropole) - Prix d'un appel local

### POUR PLUS D'INFORMATIONS, CONSULTER LE PORTAIL MALIN

<https://www.portail-malin.com>

Nom d'utilisateur : **offre**

Mot de passe : **sociale**



# ALLÉGEZ VOTRE QUOTIDIEN AVEC LES SOLUTIONS À DOMICILE

## LE CESU AIDANTS

Pour vous soulager dans des tâches ménagères à votre domicile ou au domicile de votre aidé, ou pour régler toute forme de prestation à domicile vous permettant d'alléger son quotidien ou le vôtre.

Pas de restriction dans le nombre de titres que vous pouvez commander (dans la limite des 1 830 euros d'aide possible).

Le montant de l'aide accordée par La Poste varie en fonction de votre quotient familial, calculé en ajoutant une demi-part supplémentaire :

Tranches de QF	Plafonds de quotient familial (QF)	Préfinancement CESU sur la base d'un titre à 15 euros dans la limite de 1 830 euros de préfinancement
Tranche 1	$QF \leq 7\,500$ euros	12,50 euros
Tranche 2	$7\,500 \text{ euros} < QF \leq 9\,500$ euros	9,00 euros
Tranche 3	$9\,500 \text{ euros} < QF \leq 11\,400$ euros	8,00 euros
Tranche 4	$11\,400 \text{ euros} < QF \leq 13\,100$ euros	7,00 euros
Tranche 5	$13\,100 \text{ euros} < QF \leq 14\,700$ euros	6,00 euros
Tranche 6	$14\,700 \text{ euros} < QF \leq 16\,600$ euros	5,50 euros
Tranche 7	$16\,600 \text{ euros} < QF \leq 18\,600$ euros	5,00 euros
Tranche 8	$18\,600 \text{ euros} < QF \leq 21\,300$ euros	4,00 euros
Tranche 9	$21\,300 \text{ euros} < QF \leq 25\,900$ euros	3,50 euros
Tranche 10	$QF > 25\,900$ euros	3,00 euros

**Nota :** les montants ci-dessus sont susceptibles d'évoluer en cours d'année.

### Pour obtenir vos CESU aidants



Commande en ligne sur l'espace activités sociales :  
<https://eas.portail-malin.com>

Les + :

- Information sur l'état d'avancée de la commande,
- Contact mail pour toutes questions,
- Information sur le montant de l'aide et le reste à régler.

### Bons plans

Le partenariat noué depuis 2015 entre la FEPEM (Fédération des Particuliers Employeurs) et le Groupe La Poste, vous permettra de bénéficier gratuitement d'une aide et d'un soutien dans votre rôle de particulier employeur.



### Connaitre les montants actualisés du CESU Aidants :

- [www.portail-malin.com](http://www.portail-malin.com) (rubrique Solidarité, page Aidants) - nom utilisateur : offre / mot de passe : sociale
- La ligne des activités sociales :

0 800 000 505

Service & appel gratuits

Choix 1 puis 2 (CESU)

## LES AIDES À DOMICILE POUR L'AIDÉ

Elles permettent la mise en place de services à la personne au domicile de votre aidé.

2 types d'aide vous sont proposés :

- L'aide-ménagère (ménage, repassage, courses, repas)

- L'aide aux personnes fragilisées (garde malade de jour, aide à la mobilité, assistance des personnes handicapées à domicile)

■ Vous pouvez bénéficier de 15h maximum par mois et les répartir selon votre choix entre ces 2 catégories.

**Les montants pris en charge par La Poste pour une heure d'aide aux personnes fragilisées (sur la base de 28,89 euros l'heure) varient en fonction de votre quotient familial, calculé en ajoutant une demi-part supplémentaire :**

Tranches de QF	Plafonds de quotient familial (QF)	Aide ménagère à domicile pour l'aidé sur la base d'une heure à 24,75 euros	Aide aux personnes fragilisées sur la base d'une heure à 28,89 euros
Tranche 1	QF ≤ 7 500 euros	20,00 euros	23,00 euros
Tranche 2	7 500 euros < QF ≤ 9 500 euros	14,50 euros	16,50 euros
Tranche 3	9 500 euros < QF ≤ 11 400 euros	13,00 euros	15,00 euros
Tranche 4	11 400 euros < QF ≤ 13 100 euros	11,00 euros	12,50 euros
Tranche 5	13 100 euros < QF ≤ 14 700 euros	9,50 euros	11,00 euros
Tranche 6	14 700 euros < QF ≤ 16 600 euros	9,00 euros	10,50 euros
Tranche 7	16 600 euros < QF ≤ 18 600 euros	8,00 euros	9,00 euros
Tranche 8	18 600 euros < QF ≤ 21 300 euros	6,50 euros	7,50 euros
Tranche 9	21 300 euros < QF ≤ 25 900 euros	5,50 euros	6,50 euros
Tranche 10	QF > 25 900 euros	5,00 euros	6,00 euros

Contactez le guichet des aidants qui vous guidera et vous accompagnera dans la mise en place de ces services. ☎ **017 816 14 27**

# RÉPIT : 12 JOURS PAR AN POUR SOUFFLER ET DES AVANTAGES POUR LES CHÈQUES-VACANCES

Pour vous permettre de partir en vacances avec ou sans votre aidé, ou de prendre un jour de temps en temps.

■ Le guichet des aidants peut faire pour vous la recherche de la solution qui conviendra à votre besoin et/ou

■ Une aide financière vous sera accordée sur justificatif (facture faisant figurer les informations relatives à la présence de l'aidé et de l'aidant) en fonction du type de

solution mise en place :

- votre aidé est pris en charge dans une résidence ou un établissement spécialisé avec hébergement (avec ou sans vous),
- votre aidé est pris en charge par un accueil de jour sans hébergement,
- votre aidé est pris en charge sur votre lieu de vacances habituel.

■ 12 jours peuvent être pris au choix sur une ou plusieurs de ces solutions, en une ou plusieurs fois pendant la durée de validité de votre certificat.

**Le montant de l'aide accordée par La Poste varie en fonction de votre quotient familial, calculé en ajoutant une demi-part supplémentaire :**

Tranches de QF	Plafonds de quotient familial (QF)	Aide à la journée pour les séjours avec hébergement <sup>(1)</sup>	Aide à la journée pour l'accueil de jour sans hébergement <sup>(2)</sup>	Aide à la journée pour les séjours aidant/aidé en dehors des structures spécialisées <sup>(3)</sup>
Tranche 1	QF ≤ 7 500 euros	38,50 euros	23,50 euros	15,00 euros
Tranche 2	7 500 euros < QF ≤ 9 500 euros	35,50 euros	22,00 euros	14,00 euros
Tranche 3	9 500 euros < QF ≤ 11 400 euros	32,50 euros	20,00 euros	12,50 euros
Tranche 4	11 400 euros < QF ≤ 13 100 euros	29,50 euros	18,00 euros	11,50 euros
Tranche 5	13 100 euros < QF ≤ 14 700 euros	26,00 euros	16,00 euros	10,50 euros
Tranche 6	14 700 euros < QF ≤ 16 600 euros	23,00 euros	14,00 euros	10,00 euros
Tranche 7	16 600 euros < QF ≤ 18 600 euros	20,50 euros	12,50 euros	9,00 euros
Tranche 8	18 600 euros < QF ≤ 21 300 euros	17,50 euros	10,50 euros	7,50 euros
Tranche 9	21 300 euros < QF ≤ 25 900 euros	15,00 euros	9,50 euros	6,50 euros
Tranche 10	QF > 25 900 euros	13,50 euros	8,00 euros	5,00 euros

(1) Un séjour avec hébergement pour l'aidé dans un établissement spécialisé (avec ou sans l'aidant). Montant de l'aide par jour. (2) Un accueil de jour pour l'aidé sans hébergement. Montant de l'aide par jour. (3) Un séjour aidant/aidé en dehors des structures spécialisées (aide à la prise en charge des coûts supplémentaires liés à la présence de l'aidé). Montant de l'aide par jour.

**Nouveauté Chèques-Vacances :** les détenteurs du certificat d'aidant familial bénéficient d'une demi-part supplémentaire pour le calcul du quotient familial utilisé pour calculer l'abondement de La Poste.

Commande en ligne sur l'espace activités sociales : <https://eas.portail-malin.com>.

■ **Bénéficiez du tarif "Coup de cœur vacances"** pour un séjour dans la résidence Village Service Accueil d'Allassac adaptée pour un séjour en famille.

## ■ Bons plans

Le partenariat passé avec Domitys vous permet de bénéficier, en plus de cette aide, de tarifs particulièrement étudiés pour des séjours temporaires dans des résidences de grand confort sur toute la France.

# POUR VOUS AIDER À PRENDRE DES NOUVELLES RÉGULIÈREMENT DE VOTRE AIDÉ

■ **En plus de votre avantage postier, bénéficiez d'une aide supplémentaire sur les offres du Groupe La Poste :**

- « **Veiller sur mes parents** » : avec votre certificat d'aidant, bénéficiez sous forme de remboursement après souscription de 15 % de remise supplémentaire sur présentation d'une facture de «Veiller sur Mes parents».

- **Ardoiz** : la tablette adaptée pour les seniors avec possibilité de mise en service par le facteur à domicile et l'assistance téléphonique. Bénéficiez d'un remboursement de 30 euros sur le prix d'achat d'une tablette (dans la limite d'une tablette par aidé) et d'un remboursement correspondant à 15 %

du coût de l'abonnement pour un an au service associé (sur l'abonnement à 9,99 euros par mois).

■ **Jeux de mémoire** : bénéficiez d'un remboursement correspondant à 3 mois d'abonnement au jeu Edith de Dynseo pour un an d'abonnement, disponible sur apple store, play store, pour téléphone ou tablette. Il permet à votre aidé de jouer seul ou en ligne avec vous ou vos enfants, et ainsi de continuer à exercer sa mémoire.

■ **Téléassistance** : bénéficier de 15 % de remise sur le tarif d'une prestation de téléassistance sous forme de remboursement sur présentation d'une facture.

## FORMEZ-VOUS AUX GESTES ET POSTURES POUR VOUS OCCUPER DE VOTRE AIDÉ

En tant qu'aidant vous êtes amené à effectuer des gestes qui peuvent vous blesser ou blesser votre aidé. Pour éviter cela, formez-vous aux gestes qui vous permettent de vous protéger et aux gestes qui sauvent.

**Offre** : bénéficiez d'une réduction de 80 % sur le prix d'une formation proposée par l'UNASS.

## SÉCURISEZ LE DOMICILE OÙ ÉVOLUE L'AIDÉ

**Une offre pour tous les postiers actifs : 245 euros de prise en charge sur le coût d'un diagnostic d'ergothérapeute.**

Afin d'évaluer l'accessibilité du logement où vit la personne aidée, vous pouvez solliciter un ergothérapeute. Professionnel de

santé, il fera un diagnostic du domicile en tenant compte des habitudes de vie et des besoins de ses occupants. L'ergothérapeute vous conseillera sur les adaptations à réaliser pour sécuriser le domicile et préserver le niveau d'autonomie de votre aidé.

Pour en savoir plus et bénéficier de ces aides, contactez le guichet des aidants

 **017 816 14 27**

RESTAURATION



LOGEMENT



ENFANCE



VIE QUOTIDIENNE



LOISIRS



VACANCES



SOLIDARITÉ



## AYEZ LE BON RÉFLEXE !

### ■ Le guichet des aidants familiaux

Tél. : 017816 14 27

Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30  
(heures locales de métropole)

Prix d'un appel local

### ■ Pour plus d'informations, Le Portail Malin, rubrique Solidarité, page Aidants

[www.portail-malin.com](http://www.portail-malin.com)

Nom d'utilisateur : **offre**

Mot de passe : **sociale**



### Mention légale sur la collecte de données

Si vous ne souhaitez plus recevoir de documentation sur les offres dédiées aux aidants, vous pouvez le notifier auprès de nos équipes.

**Retrouvez les mentions RGPD** de la Direction nationale des activités sociales sur le Portail malin : <https://www.portail-malin.com/rgpd.html>

