



GOUVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Les heures de lien social

LE GUIDE DES USAGERS

*Dispositif de lutte contre l'isolement des bénéficiaires
de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)*



Les heures de lien social

Les heures de lien social représentent une occasion pour les bénéficiaires de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) à domicile de partager des moments conviviaux avec leurs Aides A Domicile et Auxiliaires De Vie. Ces heures vous offrent la possibilité de bénéficier d'un temps chaleureux et de partage pour réaliser des activités adaptées correspondant à vos envies.

À partir de janvier 2024, vous bénéficierez d'un maximum de 9 heures de lien social par mois, en complément de votre plan d'aide habituel.

Vous devez être bénéficiaire de l'APA à domicile pour bénéficier de ce dispositif. Si ce n'est pas le cas, renseignez-vous auprès de votre médecin, des services de votre département ou de votre mairie.

Informations utiles

- La planification des heures peut être flexible, soit en les divisant, soit en les additionnant.

Exemple : *Vous pouvez demander d'utiliser les 9 heures en une seule fois pour organiser une sortie toute une journée ou bien décider d'avoir une heure de lien social deux fois par semaine.*

- Le financement et la prise en charge de ces heures sont identiques à celles de l'APA à domicile.



Des questions ?

Contactez l'équipe médico-sociale du département ou un Service d'Aide à Domicile.

Les activités de lien social

De nombreuses activités sont possibles dans le cadre des heures de lien social :



Loisirs créatifs



Jeux



Partage et échange



Bien-être



Activités en extérieur



Activités culturelles

Chaque activité peut être l'occasion de partager un moment avec d'autres personnes (amis, voisins, bénévoles en association, autres bénéficiaires, etc.) à proximité de votre domicile

Lors de ces heures, le professionnel à domicile tiendra compte de divers éléments pour s'assurer que ces heures de liens social s'ajustent à vos besoins :



Votre humeur et énergie

Chaque séance sera adaptée en fonction de vos envies, votre humeur et votre énergie.



Vos capacités

L'activité sera adaptée à vos capacités préservées (cognitives, motrices, etc.).



Le temps

La durée des séances de lien social est modulable afin de s'adapter à vos envies et besoins.



Le matériel à disposition

Les activités s'ajusteront selon le matériel disponible chez vous ou fourni par la structure.

La démarche de mise en œuvre

La mise en place de ces heures fait suite à une demande d'APA de votre part. Pour rappel, dans le cadre d'une demande d'APA à domicile, vous serez amené à rencontrer les équipes médico-sociales du département afin de déterminer vos besoins et finaliser votre dossier. Cette rencontre se fera à domicile.

1 Présentation des heures de lien social par l'équipe médico-sociale

Equipe médico-sociale du département

L'Equipe Médico-Sociale vous présente les heures de lien social avec le reste de votre plan d'aide. Si vous avez déjà un plan d'aide, elle vous les présentera au moment de sa réévaluation ou lors de son renouvellement. N'hésitez pas à poser vos questions concernant le dispositif.

2 Ajustement et validation de votre plan d'aide

Equipe médico-sociale du département

L'Equipe Médico-Sociale définit le nombre d'heures dédiées au dispositif et ajuste le plan d'aide en fonction de vos besoins. Une fois validé, le dossier est traité par les services financiers et administratifs.

3 Échange sur vos envies et besoins

Service Autonomie à Domicile

Le Service d'Aide à Domicile ou votre Aide A Domicile/Auxiliaire De Vie prend le temps d'échanger avec vous sur la mise en place de ces heures. Quelles sont vos envies ? Que souhaitez-vous faire ?

4 Réalisation d'une première activité

Service Autonomie à Domicile

Au cours de ces heures, l'intervenant à domicile s'assurera de votre accord et adaptera l'activité selon vos besoins. N'hésitez pas à faire vos retours au fur et à mesure de leur réalisation.

5 Ajustement et évolution des temps de lien social

Service Autonomie à Domicile

Après plusieurs heures de lien social, un professionnel fera le bilan avec vous : Quelles activités avez-vous préférées ? Souhaitez-vous planifier une nouvelle heure ? Souhaitez-vous une nouvelle organisation ?

Vous êtes aidant ?

Ce guide vous est également destiné à la fois pour comprendre le dispositif et pour vous aider à l'expliquer à votre proche.

- Pour bénéficier du dispositif, votre proche doit être bénéficiaire de l'APA à domicile, destinée aux personnes âgées en perte d'autonomie.
- Ce dispositif permet d'offrir un temps d'activités adapté aux besoins, envies et capacités de votre proche. Avec l'accord de la personne et selon vos disponibilités, vous pouvez éventuellement participer à ces temps.

Votre rôle en tant que bénéficiaire de l'APA

Au sein de ces heures de lien social, vous jouez un rôle essentiel dans la mise en place d'un accompagnement qui vous correspond. Votre participation active et vos retours guideront l'évolution de ces temps conviviaux.

+ Vos actions

Communication ouverte

Partager vos préférences, besoins et envies avec le professionnel qui vous accompagne.

Temps de lien social

Ces heures sont consacrées à la convivialité, elles ne sont pas destinées à la réalisation de soin ou de tâches ménagères.

Respect et bienveillance

Le respect mutuel entre vous et l'intervenant à domicile est essentiel lors de la mise en place des heures de lien social. Tout comportement irrespectueux durant ces heures dédiées à l'échange et au partage pourrait conduire à leur suspension.

Le rôle de l'Aide A Domicile ou Auxiliaire De Vie

Ces professionnels ont un rôle crucial pour assurer votre bien-être. Lors de ces heures, ils favorisent une atmosphère agréable en engageant la conversation, en encourageant la participation à des activités et en offrant une présence chaleureuse. Ils contribuent à créer un environnement propice à la détente et au partage, tout en veillant à votre confort.

Si vous engagez un professionnel en emploi direct, parlez-lui des heures de lien social et partagez ce guide.

+ Ses actions

Adapter les activités

En fonction de vos envies, de votre santé physique/mentale tout en veillant à votre bien-être.

Exemple : *Opter pour des activités plus calmes lors de journées où vous êtes moins énergique ou inversement.*

Encourager votre autonomie

En participant activement lors des activités.

Exemple : *Planifier ensemble les activités à réaliser, encourager la prise d'initiative dans des projets personnels, etc.*

Favoriser les liens sociaux

Ces temps sont l'occasion de renforcer vos liens sociaux, partager des expériences et tisser des relations contribuant à votre bien-être global.

Exemple : *Organiser des rencontres régulières avec d'autres bénéficiaires, inviter un proche à votre domicile, etc.*

Consultez avec votre intervenant les associations proches de votre domicile :

pour-les-personnes-agees.gouv.fr 

Des questions ? Rendez-vous sur la FAQ du gouvernement.