

Podcast | Journée nationale des aidants

L'Agirc-Arrco donne la parole aux aidants

Paris, le 16 septembre 2021 - À l'occasion de la Journée nationale des aidants (6 oct.), l'Agirc-Arrco dévoile « [Tout au long du chemin](#) », un podcast en sept épisodes, qui retrace le parcours émotionnel de cinq proches aidants. Chaque situation est décryptée par une psychologue spécialisée, afin de contribuer à mieux comprendre et partager cette expérience.



>>Le podcast est accessible depuis le site agirc-arrco.fr et les principales plateformes d'écoute en ligne.

Le podcast « Tout au long du chemin » raconte l'histoire des 11 millions de Français, qui accompagnent un proche sur le chemin de la perte d'autonomie liée à l'âge, de la maladie ou du handicap. « *L'activité d'aidant est prenante et peut se vivre difficilement, tant physiquement qu'émotionnellement. En dehors des solutions proposées par le régime Agirc-Arrco pour faciliter le quotidien d'un proche-aidant, nous avons souhaité traiter de la question de son accompagnement psychologique, apporter des réponses aux situations que certains rencontrent, aux questions qu'ils se posent. Ce podcast se veut un repère tant pour l'aidant que son entourage* » commente **Frédérique Decherf, Directrice de l'Action sociale de l'Agirc-Arrco.**

Le parcours émotionnel des proches-aidants décrypté par une psychologue spécialisée

Cinq proches aidants - Flavia, Pauline, Zaïna, André et Catherine - retracent le chemin parcouru, au côté de leur parent, leur conjoint ou leur enfant : depuis le choc du diagnostic, l'arrivée des premiers symptômes, l'évolution de la maladie ou du handicap, jusqu'à l'acceptation de la situation, les émotions se bousculent : déni, colère, peur, tristesse, et au bout du chemin, parfois, la quête de sens.

« *C'est très douloureux de voir comme une personne qui était si bien il y a quelque temps peut perdre ses moyens. C'est extrêmement difficile à vivre* », témoigne **André, dont la femme, Maria, est atteinte de la maladie d'Alzheimer.** Pour **Pauline, mère de Lia, née grande prématurée et atteinte d'une leucomalacie périventriculaire,** son parcours d'aidant est néanmoins riche d'enseignements et de sens : « *Certes, notre vie a complètement changé, on prend des chemins différents, mais mon rôle d'aidante, c'est le plus beau rôle de ma vie* ».

Dans chacun des sept épisodes, les témoignages des proches aidants sont décryptés par **Émilie Gabillet, psychologue spécialisée dans l'accompagnement des aidants :** « *Face aux traumatismes subis tout du long de son parcours, il est essentiel pour le proche aidant de pouvoir poser*

des mots sur ce qu'il vit et ressent. Il a besoin de se sentir reconnu dans la douleur qu'il traverse et accompagné dans l'épreuve à laquelle il doit faire face », explique-t-elle.

Des services d'information et d'accompagnement proposés par l'Action sociale Agirc-Arrco

Engagés depuis plusieurs années dans l'accompagnement des aidants, le régime Agirc-Arrco et les groupes de protection sociale **proposent des solutions pour alléger leur quotidien** : le service digital [Ma Boussole Aidants](#), impulsé par Klesia, qui recense plus de 70 000 services et solutions géolocalisés ; [une vidéo](#) et [un guide pour les salariés aidants](#) ; [des bilans de prévention](#) médicaux et psychosociologiques pour prendre soin de soi avec un professionnel de santé ; des [accompagnements spécifiques pour les plus de 75 ans](#) ;

Contacts presse

Virginie BELLOIR - Agirc-Arrco - dc.presse@agirc-arrco.fr - 06 99 66 84 94

Léa Cauchi - CorioLink - lea.cauchi@coriolink.com - 06 24 96 84 31

Céline Surget - Coriolink - celine.surget@coriolink.com - 07 48 72 82 37

À propos de l'Agirc-Arrco et de son action sociale

L'Agirc-Arrco, le régime de retraite complémentaire obligatoire des salariés du secteur privé, est piloté par les partenaires sociaux. Il repose sur les principes de répartition et de solidarité entre les générations. 23 millions de salariés cotisent à l'Agirc-Arrco pour constituer leurs droits futurs, ainsi que 1,6 million d'entreprises. 13 millions de retraités perçoivent chaque mois une allocation de retraite complémentaire Agirc-Arrco, pour un montant total annuel de versements s'élevant à 83 milliards d'euros.

Selon le principe fondamental de solidarité entre les générations, constitutif au régime, l'Agirc-Arrco développe depuis l'origine une action sociale, en direction des personnes fragilisées, qu'il s'agisse de retraités, d'actifs, de demandeurs d'emploi ou de personnes en perte d'autonomie. L'action sociale Agirc-Arrco mène des actions complémentaires aux acteurs privés et publics dans 4 champs d'intervention prioritaires : le bien vieillir, le soutien et l'accompagnement des proches aidants, la perte d'autonomie des personnes âgées et le retour à l'emploi des actifs les plus fragiles. Chaque année, près de 2 millions de personnes sont accompagnées par l'action sociale Agirc-Arrco, pour un budget global d'environ 330 millions d'euros.

> [Pour en savoir plus sur l'action sociale Agirc-Arrco envers les aidants familiaux](#)

> [Consulter notre plaquette action sociale Agirc-Arrco](#)