

COMMUNIQUE DE PRESSE

Journée nationale des aidants

1 aidant sur 2 ne sait pas où s'adresser pour être accompagné

Paris, le 15 septembre 2025 – Selon une récente étude de l'Agirc-Arrco, la plupart des aidants exprime des difficultés à repérer les dispositifs qui pourraient leur offrir un véritable soulagement au quotidien. A l'occasion de la « Journée nationale des aidants », l'Agirc-Arrco rappelle le rôle essentiel des caisses de retraite complémentaire dans l'accompagnement mais aussi l'orientation des 11 millions de Français qui épaulent régulièrement un proche malade, âgé ou en situation de handicap. Autour de cette journée nationale, des espaces d'information sont proposés par l'Agirc-Arrco dans une centaine de villes.

« Les aidants peuvent porter une charge immense, à la fois physique, émotionnelle et administrative, mais manquent encore d'informations et de relais pour se faire aider. L'Agirc-Arrco fait de leur accompagnement et de l'amélioration de leur qualité de vie une priorité. Notre objectif est de leur montrer qu'ils ne sont pas seuls et de leur apporter des solutions adaptées à leurs besoins spécifiques », explique **Frédérique Decherf, directrice de l'Action sociale Agirc-Arrco.**

Aidant : un quotidien exigeant et source d'épuisement

Le rôle d'aidant repose sur un engagement souvent total. **Un tiers des personnes interrogées consacre plus de 20 heures par semaine à leur proche**, parfois en parallèle d'une activité professionnelle. Une majorité d'entre eux expriment le besoin de plus de temps pour souffler et se consacrer à leur vie personnelle (90 %). Cette implication a des répercussions lourdes sur leur vie et leur bien-être. 80 % déclarent faire moins d'activités et ne plus voir autant leur famille et leurs amis (66 %). Une partie indique également constater des conséquences sur leur santé (74 %).

Un paradoxe : alors que les solutions de soutien aux aidants se multiplient, elles sont peu utilisées

76% des aidants interrogés n'ont bénéficié d'aucune solution de soutien dédié aux aidants. La méconnaissance des dispositifs existants en est une des raisons : **un aidant sur deux exprime des difficultés fortes pour savoir à qui s'adresser.** 62% expriment une difficulté forte ou très forte à identifier leurs droits et ceux de leur proche.

Les principaux besoins exprimés par les aidants



L'étude met en lumière les multiples complexités qui pavent aujourd'hui le parcours des proches aidants. Si les besoins exprimés – information, soutien, répit, reconnaissance – sont bien identifiés, elle souligne l'écart persistant entre le foisonnement des dispositifs existants et leur appropriation limitée par les aidants. C'est pourquoi, l'Agirc-Arrco, dans le cadre de sa politique d'action sociale fait de l'information et de l'orientation des aidants une priorité de son dispositif d'accompagnement.

L'Agirc-Arrco, un acteur essentiel dans l'accompagnement des aidants

Parmi les services proposés aux aidants, l'Agirc-Arrco propose deux principaux dispositifs d'accompagnement et d'orientation, accessibles **toute l'année** :

- **Un site internet Maboussoleaidants.fr**, qui recense et géolocalise les solutions de soutien de proximité dédiés aux aidants (droits, démarches, aides à domicile, répit, santé, etc.).
- **Un service téléphonique «[Écoute, conseil et orientation](#)»** accessible dans chaque caisse de retraite complémentaire Agirc-Arrco (numéro non surtaxé). Au téléphone, un conseiller étudie la situation personnelle du proche-aidant, l'informe sur ses droits et l'oriente vers les solutions de soutien existantes, ainsi que vers les services proposés par sa caisse de retraite complémentaire Agirc-Arrco. L'Agirc-Arrco propose notamment à l'ensemble de ses assurés en situation d'aidance un rendez-vous avec un médecin et un psychologue dans ses centres de prévention, ceci pour prévenir le risque d'épuisement.

« L'étude que nous avons menée nous permet de réinterroger les besoins des aidants et de confirmer leur besoin d'accompagnement et de soutien au quotidien. La Journée nationale des aidants est l'occasion de mettre en lumière les dispositifs d'accompagnement existants et de rappeler que les caisses de retraite complémentaire Agirc-Arrco sont un des acteurs essentiels dans l'accompagnement des aidants et potentiels-aidants », conclut Frédérique Decherf.

Journée nationale des aidants : des événements partout en France

À l'occasion de la Journée nationale des aidants, une centaine d'événements organisés par l'Agirc-Arrco et ses partenaires locaux se tiennent dans près de 90 villes, du 6 au 12 octobre.

Cinés-débats, conférences, forums ou encore spectacles... Une centaine d'événements sont organisés en présentiel et en ligne sur tout le territoire pour offrir aux aidants un espace d'information, d'écoute et d'échange, des ressources concrètes ainsi que des réponses adaptées à chaque situation.

[Lien vers le programme complet](#)

A noter, le 6 octobre :

Paris 13^e : Une journée publique d'informations sur les aidants organisée par la Fédération des plateformes d'accompagnement et de répit en partenariat avec la mairie de Paris, l'Agirc-Arrco, l'Assurance maladie Ile-de-France et le réseau Centr'Aider.

Bourg-en-Bresse (01) : Théâtre-débat : « Aider ou être aidé »

Pour les aidants mais aussi leur proche, ce spectacle abordera toute la vie quotidienne des aidants et des aidés avec réalisme et humour. Il sera suivi par un temps d'échange avec un psychologue.

Vannes (56) : Conférence : « Oser prendre soin de soi en tant qu'aidant »

Animée par deux psychologues du centre de prévention Agirc-Arrco et d'une aidante, la conférence mettra en lumière l'importance de ne pas s'oublier lorsque l'on est aidant.

Méthodologie

Étude* réalisée par l'Agirc-Arrco au 1^e trimestre 2025, à partir de l'agrégat de données issues :

- D'un questionnaire en ligne ayant totalisé 7 811 réponses complètes ;
- Du recueil de 20 témoignages d'aidants volontaires (16 femmes et 4 hommes) ;
- De 5 focus groups réalisés en présence de professionnels de l'accompagnement : médecin, psychologues, assistante sociale, conseillère en économie sociale et familiale, ergothérapeute, chargée d'assistance, éducateur spécialisé et coordinateur de parcours.

* *intégralité des détails méthodologiques disponibles sur demande*

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

L'Agirc-Arrco, le régime de retraite complémentaire des salariés du secteur privé, est piloté par les partenaires sociaux, représentants des entreprises et des salariés. Il repose sur les principes de répartition et de solidarité entre les générations. 59 millions de salariés ont cotisé à l'Agirc-Arrco pour constituer leurs droits futurs, ainsi que 1,8 million d'entreprises. 14 millions de retraités perçoivent chaque mois une allocation de retraite complémentaire Agirc-Arrco, pour un montant total annuel de versements s'élevant aujourd'hui à près de 100 Md€.

L'Agirc-Arrco développe depuis l'origine des services d'accompagnement et de prévention en direction des personnes fragilisées, qu'il s'agisse de retraités, d'actifs ou de personnes en perte d'autonomie. L'action sociale Agirc-Arrco mène des actions, complémentaires aux acteurs privés et publics, sur plusieurs champs : le bien vieillir, le soutien et l'accompagnement des aidants, la perte d'autonomie des personnes âgées. Chaque année, près de 2 millions de personnes sont accompagnées par l'action sociale Agirc-Arrco, pour un budget global de 330 millions d'euros.

Pour plus d'informations : [Accompagnement et prévention - Agirc-Arrco](#)

Contacts presse

Agence CorioLink

Léa Broussard – 07 60 42 57 54 – lea.broussard@coriolink.com