

PROCHES AIDANTS : UNE INVISIBLE ET INDISPENSABLE SOLIDARITE NON RECONNUE

Mémo N°3

L'étude publiée par la Drees (Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques) en décembre 2025 met en lumière une réalité sociale majeure, trop souvent reléguée au second plan des politiques publiques, le rôle central joué par les proches aidants dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap, de maladie ou de perte d'autonomie. Derrière les chiffres, ce sont des millions de vies contraintes, de parcours professionnels fragilisés et d'inégalités sociales accrues qui apparaissent.

Avec 7,1 millions de proches aidants, soit 11 % de la population âgée de 5 ans ou plus, l'aide informelle n'est plus marginale : elle constitue aujourd'hui un pilier structurel du système de prise en charge de la dépendance. **Trois aidants sur dix accompagnent seuls leur proche, sans soutien d'autres aidants ni de professionnels, assumant parfois une charge équivalente à un emploi à temps plein.**

Pour la CGT, ce constat est le résultat direct de l'insuffisance chronique des services publics et des aides professionnelles, notamment dans le secteur de l'aide à domicile, marqué par une pénurie de personnels, des conditions de travail dégradées et des rémunérations beaucoup trop faibles.

L'étude souligne que six aidants sur dix sont en emploi, en recherche d'emploi ou étudiants, et que près de la moitié des aidants actifs ont également des enfants à charge. Cette situation révèle une double, voire triple charge : travailler, éléver ses enfants et accompagner un proche dépendant.

Il s'agit d'une organisation sociale qui repose sur la disponibilité contrainte des individus, sans véritable droit au répit, sans compensation financière suffisante, et sans sécurisation des parcours professionnels. Les conséquences sont connues : réduction du temps de travail, renoncement à l'emploi ou à une évolution de carrière, carrières hachées, perte de revenus et droits à retraite amoindris.

Comme le montre l'étude, 58 % des aidants sont des femmes, avec une surreprésentation dans les tranches d'âge actives et parmi les parents aidants. Elles assurent plus fréquemment les soins personnels et les volumes horaires les plus lourds.

Cette situation confirme que l'aide informelle repose encore largement sur une division sexuée du travail, renforçant les inégalités femmes-hommes en matière d'emploi, de revenus et de santé. L'absence de politiques ambitieuses en faveur des aidants constitue un frein majeur à l'égalité professionnelle.

L'étude met également en lumière une réalité préoccupante : 642 000 jeunes âgés de 5 à 24 ans sont proches aidants, dont certains dès le plus jeune âge. Si la majorité poursuit une scolarité ou des études, une part non négligeable déclare un impact négatif sur leur parcours scolaire : absentéisme, difficultés à suivre les cours, retards dans les apprentissages.

Mémo Handicap

Cette situation augmente le risque de reproduction des inégalités sociales dès l'enfance et la jeunesse, lorsque l'aide à un proche devient une contrainte durable, faute de relais institutionnels suffisants.

Malgré l'existence de la stratégie nationale « Agir pour les aidants », renouvelée en 2023, on constate que les droits ouverts restent largement insuffisants au regard de l'ampleur des besoins. Les dispositifs de répit sont inégalement accessibles, les congés existants sont peu indemnisés et souvent insuffisants, et les démarches restent complexes.

L'étude de la Drees montre que la reconnaissance institutionnelle progresse, mais que la réalité quotidienne des aidants demeure marquée par l'isolement, l'épuisement et l'insécurité sociale.

À partir de ces constats, la CGT revendique :

- ✓ Un droit effectif au répit, financé et accessible sur l'ensemble du territoire
- ✓ Une meilleure indemnisation des congés pour proches aidants, sans condition restrictive
- ✓ La sécurisation des parcours professionnels (droits à la retraite, maintien dans l'emploi, aménagements du temps de travail) ;
- ✓ Un investissement massif dans les services publics de l'autonomie, afin de ne plus faire reposer l'accompagnement sur la seule solidarité familiale.

L'étude de la Drees confirme que le système actuel tient grâce à l'engagement invisible de millions de proches aidants, au prix de sacrifices personnels, professionnels et financiers. Tant que l'aide informelle restera une variable d'ajustement des politiques publiques, les aidants continueront de payer le prix fort de la dépendance et du handicap.

Pour la CGT, il est urgent de passer d'une logique de reconnaissance symbolique à une véritable politique publique de soutien aux aidants, fondée sur des droits nouveaux, collectifs et opposables.

Retrouvez l'ensemble des propositions et analyses CGT sur le site :
<https://analyses-propositions.cgt.fr/>

L'intégralité des Mémo Sécu est disponible à l'adresse suivante :
<https://analyses-propositions.cgt.fr/les-memos-secu>

Montreuil, janvier 2026