



ÊTRE AIDANT À LA POSTE

RECONNAÎTRE, ACCOMPAGNER, CONCILIER



ÊTES-VOUS AIDANT SANS LE SAVOIR ?

Être aidant, c'est accompagner régulièrement un proche en situation de handicap, de perte d'autonomie ou confronté à une maladie, tout en poursuivant sa vie professionnelle.

En France, 8 à 11 millions de personnes sont des aidants (57 % de femmes et 43% d'hommes), dont une majorité exerce une activité professionnelle.

Cette situation peut entraîner des conséquences importantes : fatigue, charge mentale, difficultés d'organisation et déséquilibre entre vie professionnelle et vie personnelle.

Être aidant ne doit pas conduire à choisir entre son emploi et son proche.

QUI PEUT ÊTRE CONCERNÉ PAR LE STATUT D'AIDANT ?

Vous pouvez être reconnu comme aidant lorsque vous accompagnez régulièrement un proche qui :

- A besoin d'aide au quotidien en raison de son âge ou d'une perte d'autonomie ;
- Est en situation de handicap, avec une reconnaissance de la MDPH ;
- Est en perte d'autonomie ou en situation de handicap sans reconnaissance MDPH, lorsque la situation est justifiée médicalement ;
- Est un enfant en situation de handicap ou de perte d'autonomie.

VOUS ÊTES AIDANT ?

NE RESTEZ PAS SEUL FACE AUX DÉMARCHES.

QUELS DROITS ET QUELLES POSSIBILITÉS ?

FACILITÉS HORAIRES

Des adaptations des horaires ou des jours de travail peuvent être étudiées avec le manager, avec l'appui de la RRH.

TEMPS PARTIEL

L'accès au temps partiel est facilité pour les postiers et postières aidants. Ses modalités sont définies avec le manager.

TÉLÉTRAVAIL

Pour les postiers éligibles, **le télétravail peut être mobilisé**. Des possibilités de télétravail occasionnel existent également en cas de situation individuelle inhabituelle ou d'urgence.

MOBILITÉ

L'Espace Mobilité et Recrutement Groupe peut accompagner les recherches de mobilité géographique et/ou fonctionnelle. Pour un postier aidant retenu, la mobilité peut être réalisée dans un délai de 3 mois, y compris lorsque l'arrivée sur le poste est récente.

DES AUTORISATIONS SPÉCIALES D'ABSENCE

Le statut d'aidant ouvre notamment droit à :

- **3 jours d'ASA ou 6 demi-journées**, avec 1 jour supplémentaire par personne aidée, dans la limite de 5 jours d'ASA par an.
- **4 demi-journées d'ASA** pour parent d'un enfant handicapé
- **D'autres dispositifs** peuvent également être mobilisés selon la situation

ACTIVITÉS SOCIALES ET CULTURELLES

Le statut d'aidant à La Poste permet également de bénéficier d'une **bonification d'une demi-part supplémentaire** dans le cadre des activités sociales et culturelles.

COMMENT FAIRE RECONNAÎTRE SON STATUT D'AIDANT ?

Un dispositif spécifique permet aux postières et postiers aidants de faire reconnaître leur situation et de bénéficier de mesures d'accompagnement.



Vous bénéficierez :

- D'un premier niveau d'information sur le statut d'aidant ;
- De la possibilité de prendre un rendez-vous d'évaluation à distance ;
- D'un accompagnement dans les démarches de reconnaissance.

Scan me



UN LIVRET "ÊTRE AIDANT" À VOTRE DISPOSITION

Stéphanie Fougères

stephanie.fougères@laposte.fr

06 34 29 57 11



CFE-CGC GROUPE LA POSTE - 90 RUE LAFAYETTE - 75009 PARIS
cgclaposte@gmail.com

**CFE
CGC**
Groupe La Poste