

juin 27, 2025

En France, 9.3 millions de personnes accompagnent au quotidien un proche en perte d'autonomie, malade ou en situation de handicap\*. Qu'ils s'occupent d'un parent âgé, d'un enfant dépendant ou d'un conjoint malade, les aidants jouent un rôle essentiel, mais souvent invisibilisé. À l'approche des congés d'été, une question se pose : peuvent-ils, eux aussi, prendre des vacances ? Pour beaucoup, la réponse est non. Entre surcharge mentale, fatigue, angoisse de l'imprévu et absence de relais, les aidants sont nombreux à renoncer à toute forme de repos.

## Être aidant, un travail intensif à plein temps

La vie des aidants ressemble souvent à un second temps plein : en France, 70 % travaillent et, parmi eux, 20 % consacrent au moins 20 h/semaine à accompagner un proche, en plus de leur emploi et de leurs responsabilités familiales\*\*.

Ce soutien prend des formes multiples : soins, déplacements, tâches administratives, écoute, surveillance. Cette implication intense, souvent invisible, génère une pression constante qui impacte la santé physique et mentale des aidants, et rend toute perspective de repos particulièrement difficile.

## Partir en vacances pour un aidant reste un choix douloureux

Même avec quelques jours de congé, partir reste difficile : près de 40 % des aidants ne partent jamais, et ce taux monte à 60 % lorsqu'ils assistent une personne âgée en grande dépendance.\*\*\*

La crainte qu'un imprévu survienne ou que le proche ne se débrouille seul les retient, renforcée par une culpabilité et un sentiment d'abandon s'ils s'éloignent. Ce conflit permanent entre besoin de repos et devoir d'aide les enferme dans un cycle d'auto-sacrifice où les vacances deviennent un luxe inaccessible.

## Tunstall Vitaris, une solution pour permettent aux aidants de souffler

Tunstall Vitaris, leader reconnu de la téléassistance en France, a bien compris l'enjeu majeur que représente le besoin de répit pour les aidants. Tunstall Vitaris, propose des solutions innovantes permettant aux aidants de se reposer en toute sérénité, en garantissant la sécurité des personnes aidées 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, même en leur absence.

Grâce à une équipe d'anges gardiens disponibles en continu, capable d'intervenir ou d'alerter rapidement en cas de besoin, et à des équipements discrets et performants — tels que capteurs, alarmes et systèmes de surveillance à distance — les proches restent protégés et accompagnés.

Ces dispositifs offrent ainsi aux aidants la possibilité de s'absenter quelques jours ou quelques semaines, avec la certitude que leur proche est en sécurité. Tunstall Vitaris redonne ainsi aux aidants la possibilité de souffler, en toute confiance.

\* BVA 2022 : Baromètre des aidants BVA/Fondation APRIL - Avancées et perspectives - BVA Xsight

\*\* BVA 2022 : Baromètre des aidants BVA/Fondation

\*\*\* Prev&Care (2024)