

# DOSSIER DE PRESSE

2026



Un service proposé par



L'essentiel & plus encore

**Avoir recours au service Bulle d'air® pour prendre le temps de vivre, de souffler pour mieux s'occuper d'un proche.**



## SOMMAIRE

- Contexte : l'aide en France
- Le service Bulle d'air®, un fonctionnement simple
- Le métier de relayeur
- L'échelle de l'aidant
- Bulle d'air® en images

Contact presse : Françoise Lessieux 07 60 07 73 04  
<mailto:lessieux.francoise@ccmsa.msa.fr>

# CONTEXTE

## Les aidants, des héros au quotidien.

Aujourd'hui, la France compte 11 millions de personnes qui aident, à titre non professionnel, une personne de leur entourage, dépendante en perte d'autonomie ou en situation de handicap, dans les activités de la vie quotidienne.

90% d'entre elles sont des membres de la famille et 4 millions consacrent entre 4 et 5 heures de leur journée à dispenser des soins d'hygiène et de confort, accompagner à la vie sociale, effectuer des démarches de gestion financière et administrative, soutenir moralement ou psychologiquement, voire accompagner la fin de vie.

Cette aide apportée au quotidien par l'aidant, une majorité de femmes (58%) en moyenne âgées de 65 ans actifs pour 51% et retraités pour 33%, exige un engagement conséquent qui peut générer stress, fatigue, tensions psychologiques, problèmes d'organisation, poids de la responsabilité et engendrer un isolement et/ou une rupture sociale



### ✓ Le profil des aidants :



### TOP 3 DES AIDES APPORTEES



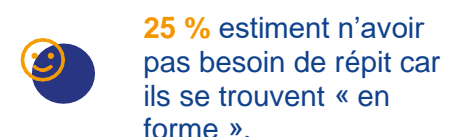
- 1 Le soutien moral
- 1 **ex aequo** Les activités domestiques
- 3 La surveillance en téléphonant ou en allant voir l'aidé

### TOP 3 DES AIDES DIFFICULTES POUR LES AIDANTS



- 1 Le manque de temps
- 2 Les démarches administratives
- 3 La surveillance en téléphonant ou en allant voir l'aidé

### ✓ Pourquoi certains aidants ne prennent-ils pas de répit ?



# LE SERVICE BULLE D'AIR®

Spécialiste du soutien aux aidants, inscrit dans l'économie sociale et solidaire, Bulle d'air® propose des interventions flexibles et sur mesure. Parce que prendre soin des autres, c'est aussi retrouver du temps pour soi.

Bulle d'air® propose une solution concrète et profondément humaine : permettre aux aidants de s'absenter en toute confiance, en assurant une présence continue au domicile de la personne aidée.

## Un accompagnement humain, pensé dans la durée

Le principe de Bulle d'air® repose sur une approche respectueuse et personnalisée. Lorsqu'un aidant a besoin de s'absenter, un relayeur Bulle d'air® prend le relais, chez la personne aidée, pendant quelques heures, une journée, plusieurs jours et parfois même plusieurs nuits. Cette continuité de présence permet à la personne accompagnée de rester dans son environnement habituel, sans rupture, en toute sécurité.

Le relayeur est formé, accompagné et soutenu par une équipe de coordination. Il intervient dans un cadre structuré, avec une vraie préparation en amont, pour bien connaître les habitudes, les besoins, le quotidien de la personne aidée.

## Un service qui ne se substitue pas aux soins ni à l'aide à domicile

Bulle d'air® n'est ni un service de soins, ni un service d'aide à domicile. Nous n'intervenons pas pour remplacer une infirmière, un auxiliaire de vie ou un professionnel du soin.

Notre rôle est complémentaire : nous apportons une présence, un soutien, un lien humain. Le relayeur veille, accompagne, rassure, stimule. Il est là pour écouter, partager un repas, une promenade, un moment de calme.

Ce sont ces petits gestes du quotidien, faits avec attention et bienveillance, qui permettent à l'aidant de partir l'esprit tranquille.

## Prendre soin de l'aidant, c'est aussi prendre soin de la relation

Chez Bulle d'air®, nous croyons que le répit est un soin en soi. Quand l'aidant peut se reposer, se ressourcer, retrouver un peu d'équilibre, c'est toute la relation avec la personne aidée qui en bénéficie. Le relais n'est pas un éloignement : c'est un acte de confiance, une bouffée d'oxygène qui permet de mieux repartir.

## Une solution souple, humaine, au service de la vie à domicile

Bulle d'air s'adresse à tous les aidants, quels que soient l'âge de la personne aidée, sa situation, ou le type de pathologie. Chaque intervention est construite sur mesure, dans le respect de chacun.

Nous croyons que le domicile peut rester un lieu de vie, de lien, de dignité à condition de ne pas y être seul. C'est tout le sens de notre action : soutenir sans remplacer, accompagner sans brusquer, aider sans juger.

# UN FONCTIONNEMENT SIMPLE

1. Un appel ou un mail suffit pour prendre contact avec Bulle d'air®. L'équipe recueille les renseignements des besoins de l'aidé et établit gratuitement un pré-devis indicatif.
2. Une évaluation à domicile : Une personne de l'équipe Bulle d'air® se rend au domicile du proche aidé en présence de l'aidant pour évaluer de façon personnalisée et approfondie les besoins et réajuste le devis si nécessaire.
3. La sélection du (de la) relayeur : Bulle d'air® présélectionne un candidat relayeur correspondant aux besoins de l'aidé. L'aidant reste le décisionnaire de son embauche. Le relayeur rencontre l'aidant et son proche afin d'établir un lien en amont de l'intervention.
4. L'intervention : le jour J, le relayeur vient au domicile et effectue le remplacement de l'aidant.
5. Le suivi personnalisé : à l'issue du répit, l'association effectue un bilan de l'intervention.

Le **relayeur Bulle d'air®** est une personne formée et accompagnée pour assurer une mission essentielle : **prendre le relais auprès d'une personne en situation de dépendance**, le temps que son aidant puisse s'accorder une pause, un moment pour lui.

Pendant ce temps de répit, le relayeur est présent au domicile. Il veille, accompagne, écoute, tout en respectant les habitudes de vie de la personne aidée. Son intervention est préparée avec soin par l'équipe Bulle d'air®, pour garantir une prise en charge adaptée, sécurisante et respectueuse.

Ce qui rend ce rôle si précieux, c'est aussi la richesse des parcours de celles et ceux qui le remplissent. Ouvert à tous, le métier de relayeur accueille des personnes aux profils variés, qu'elles soient en activité, en reconversion, en début ou en fin de parcours professionnel. Ce qui compte avant tout, c'est la qualité de présence, l'écoute, l'envie sincère d'accompagner et de créer du lien.

Grâce à l'engagement des relayeurs, Bulle d'air® permet chaque jour à des aidants de **souffler un peu**, en toute confiance.



## Témoignage de Bénédicte, relayeuse Bulle d'air® Morbihan

« Être relayeuse, c'est bien plus qu'un métier. C'est un engagement du cœur. »

Après 28 années passées comme éducatrice spécialisée auprès d'enfants polyhandicapés, Bénédicte a ressenti le besoin de se réinventer. Elle s'est alors tournée vers le bien-être, se formant avec passion pour accompagner autrement. Mais la crise sanitaire de la Covid-19 est venue ralentir ses projets. Contrainte de trouver un emploi qu'elle avait imaginé alimentaire, c'est par l'intermédiaire de Pôle Emploi qu'elle découvre Bulle d'air®, tout juste implantée à Vannes en mars 2021.

« Ce qui m'a tout de suite plu, c'est la liberté de choisir mes missions et leur durée. Cela m'a rassurée de pouvoir m'engager sur des temps significatifs, sans courir d'un domicile à l'autre. Cet emploi de relayeuse me permettait de continuer à installer mon activité de praticienne en massages bien-être tout en m'assurant un salaire fixe dans un univers qui me correspondait. Être relayeuse, c'est aussi pouvoir accéder à une forme de stabilité. »

Très vite, Bénédicte est sollicitée pour accompagner des familles avec de jeunes adultes en situation de polyhandicap ou en situation de handicap. Aujourd'hui, elle est devenue une figure de confiance pour trois jeunes : deux jeunes filles et un jeune homme. Elle intervient régulièrement — deux week-ends par mois, cinq heures par semaine, et un mercredi sur deux créant ainsi un lien solide et durable avec les familles.

« Ce métier, c'est un vrai apport humain. Je vois à quel point les parents s'oublient, submergés par une charge mentale immense. Ils s'isolent, parfois sans s'en rendre compte. Être là, c'est leur permettre de souffler, de retrouver une vie de couple, une vie sociale. »

Avec douceur et humilité, Bénédicte entre dans l'intimité des foyers. Elle est accueillie avec confiance, car elle incarne une présence rassurante. Elle permet aux parents de s'absenter l'esprit tranquille, pour un dîner en amoureux ou un événement familial.

« Je me sens utile. Être relayeuse, ça a du sens. C'est motivant. »

Et pour les jeunes qu'elle accompagne, c'est une véritable bouffée d'air. Grâce au temps qu'elle leur consacre, elle peut proposer des activités enrichissantes : sorties au cinéma, au théâtre, concerts... toujours en accord avec les familles.

Le mercredi, elle accompagne une jeune adulte, offrant à sa maman un moment de répit pour ses rendez-vous, ses courses, ou simplement un passage chez le coiffeur.

« Parfois, je suis aussi sollicitée dans ma seconde activité : le massage bien-être. Masser une personne polyhandicapée, c'est un moment unique, rendu possible par ma double casquette de relayeuse et de praticienne bien-être. »

Avec un sourire empreint de modestie, Bénédicte conclut : « Être attendue, espérée même, c'est ce qui donne tout son sens à mon engagement. »

## L'ECHELLE DE L'AIDANT

### Et si vous étiez aidant sans le savoir ?

Chaque jour, des millions de personnes accompagnent un proche : un parent âgé, un enfant en situation de handicap, un ami malade, un collègue en difficulté... Ce geste, souvent discret, est pourtant immense. Il ne s'agit pas seulement d'aider. Il s'agit d'être là, de porter, de soutenir, de transformer des vies dans l'ombre.

**Grâce à notre outil d'évaluation, conçu avec les experts de la MSA, découvrez en quelques minutes si vous êtes, comme plus de 11 millions de Français, un aidant.**

### Être aidant, c'est bien plus qu'un rôle. C'est une force.

Vous êtes peut-être ce pilier invisible qui tient bon, qui rassure, qui agit sans compter. Vous êtes une source de courage, de réconfort, d'élan. Et pourtant, **1 aidant sur 3 ne se reconnaît pas comme tel.** Pourquoi ? Parce qu'aider semble naturel. Parce qu'on pense que c'est "normal". Mais se reconnaître, c'est aussi **ouvrir la porte à un accompagnement, à du soutien, à des ressources précieuses.**

Faites le point en prenant 2 minutes pour répondre à 3 questions simples et découvrez votre profil d'aidant

**Vous êtes peut-être aidant. Et si vous l'étiez, vous méritez d'être reconnu, soutenu, valorisé.** Lancez l'évaluation dès maintenant et faites le premier pas vers une meilleure compréhension de votre rôle.

Rendez-vous sur : <https://www.repit-bulledair.fr/suis-je-aidant/>

## Aidant, vous n'êtes pas seul.

Le nombre de personnes prenant soin d'un proche est estimé à 11 millions **et moi ?**

SUIS-JE AIDANT ?

J'ÉVALUE MON IMPLICATION



Découvrez Bulle d'air® en images avec Charlotte, Véronica, Aléxis, Denise, Sylvain ou Catherine !

