A14
Le GIR et l'APA

Comprendre ce que mesure l'évaluation officielle, préparer la visite à domicile, et savoir ce que l'allocation peut payer.

Cette fiche n'a aucune valeur administrative. Elle fait partie de la boîte à outils Les Décisions de l'aidant. Elle ne remplace ni un avis médical, ni l'évaluation des professionnels de votre territoire.

Les montants et plafonds cités sont ceux du 1er janvier 2026. Ils augmentent chaque année.

N'essayez pas de calculer le GIR vous-même : c'est le travail d'une équipe habilitée. Cette fiche sert à préparer l'évaluation, pas à la remplacer.

Les règles changent d'un département à l'autre : demandez toujours une réponse écrite à votre conseil départemental.

Cette fiche décrit le système français. Outre-mer et à l'étranger, les règles changent. Parfois, une mesure porte le même nom sans avoir les mêmes règles. L'outil A19, « Outre-mer et hors de France », dit par où commencer.

L'ESSENTIEL EN DEUX PHRASES

Le GIR ne mesure pas une maladie. Il dit de combien d'aide la personne a besoin au quotidien. L'APA paie ensuite un plan d'aide. Elle n'est pas réservée aux petits revenus, et elle n'est pas reprise sur l'héritage.

PARTIE 1 : COMPRENDRE LE GIR

Le GIR (groupe iso-ressources) résume l'évaluation de l'autonomie. Il dit quelle aide est nécessaire : surveillance, stimulation, aide partielle, aide complète, présence continue. Les GIR 1 à 4 ouvrent droit à l'APA. Les GIR 5 et 6, non, mais d'autres aides existent.

GIR	Profil général	Ce que cela recouvre
GIR 1	Dépendance très importante	Présence continue. Fonctions mentales très altérées, ou personne confinée au lit ou au fauteuil.
GIR 2	Dépendance lourde	Aide pour la plupart des activités essentielles, ou personne mobile nécessitant une surveillance importante.
GIR 3	Aide quotidienne soutenue	Autonomie mentale souvent préservée, aide plusieurs fois par jour pour les soins corporels et les transferts.
GIR 4	Aide régulière ciblée	Aide pour se lever, se laver, s'habiller, les repas ou les sorties. Certains actes restent réalisés seul.
GIR 5	Autonomie encore majoritaire	Aide ponctuelle pour la toilette, les repas, le ménage.
GIR 6	Autonomie fonctionnelle	Actes essentiels réalisés seul. Difficultés possibles sur les tâches domestiques.

Ce sont des repères, pas des critères de classement. Une même personne change selon le moment de la journée.

CE QU'OBSERVE LA GRILLE AGGIR

Dix variables, dites « discriminantes », décident du classement. Sept autres, dites « illustratives », servent à construire le plan d'aide. Elles ne changent pas le GIR, mais elles pèsent sur ce qui sera payé.

Les dix discriminantes	Ce que vous avez à documenter
Cohérence	Tient-il un raisonnement suivi, comprend-il les consignes ?
Orientation	Se repère-t-il dans le temps et dans l'espace ?
Toilette	Réalise-t-il seul la toilette du haut et du bas du corps ?
Habillage	Choisit-il, enfile-t-il et ajuste-t-il ses vêtements ?
Alimentation	Se sert-il, mange-t-il et boit-il sans aide ?
Élimination	Assure-t-il l'hygiène liée aux urines et aux selles ?
Transferts	Passe-t-il du lit au fauteuil, se lève-t-il, se recouche-t-il ?
Déplacements intérieurs	Circule-t-il dans le logement, avec ou sans aide technique ?
Déplacements extérieurs	Sort-il au-delà du lieu de vie, seul ou accompagné ?
Communication à distance	Utilise-t-il le téléphone, une alarme, une téléassistance ?

Les sept illustratives	Pourquoi cela compte dans le dossier
Gestion	Administratif, banque, documents.
Cuisine	Besoin de préparation, de surveillance, ou de repas livrés.
Ménage	Entretien du logement et risques domestiques.
Transports	Obstacles aux rendez-vous et à la vie sociale.
Achats	Accès aux courses, capacité à choisir et à porter.
Suivi du traitement	Compréhension, préparation, prise sécurisée.
Activités de temps libre	Habitudes, lien social, plaisir.

LE PIÈGE : « ELLE PEUT » NE VEUT PAS DIRE « ELLE FAIT SANS AIDE »

Une évaluation fiable ne retient pas le meilleur jour. Elle décrit ce que la personne fait d'habitude, chez elle, en tenant compte de la stimulation, de la sécurité, et du nombre de fois où il faut répéter. Cette description, c'est à vous de la donner.

Ce qui fait perdre des points	Ce qui décrit la réalité
« Elle s'habille seule. »	« Elle commence seule, mais il faut préparer les vêtements et reprendre les boutons. Les jours de fatigue, une aide complète est nécessaire. »
« Il marche. »	« Il marche dix mètres avec son déambulateur, mais ne se lève pas seul la nuit et tombe lorsqu'il est désorienté. »
« Elle mange normalement. »	« Elle porte les aliments à la bouche, mais oublie de manger sans stimulation et doit être surveillée pour les fausses routes. »
« Il ne demande rien. »	« Il ne formule pas sa demande. L'aide est déclenchée par une observation ou par une alarme. »

Parlez des mauvais jours comme de jours habituels, s'ils sont fréquents.

Parlez des variations (douleur, fatigue, troubles de la mémoire, fin de journée), sans dramatiser ni minimiser. Pourquoi ? Parce qu'un évaluateur qui n'entend parler que d'une bonne journée classera une bonne journée.

PRÉPARER L'ÉVALUATION : LA MÉTHODE DES FAITS

Pendant une semaine, notez les moments qui montrent le besoin d'aide. Une description courte et concrète vaut mieux qu'un avis général.

1	Quand ? Matin, soir, nuit, après un repas, lors d'une sortie.
2	Pour quoi faire ? Toilette, habillage, transfert, repas, orientation, traitement.
3	Quel type d'aide ? Présence, rappel, encouragement, démonstration, aide physique, surveillance de sécurité.
4	Combien de temps, combien de fois ? Durée approximative, fréquence, jours difficiles.
5	Que se passe-t-il sans aide ? Oubli, chute, errance, déshydratation, refus, mise en danger.
6	Quelles aides existent déjà ? Proche, infirmier, auxiliaire de vie, matériel, téléassistance, accueil de jour.

RELEVÉ DE SEPT JOURS

Jour	Situation observée, avec l'heure	Type d'aide apportée	Ce qui serait arrivé sans aide
Lundi			
Mardi			
Mercredi			
Jeudi			
Vendredi			
Samedi			
Dimanche			

PARTIE 2 : L'APA

Question	Réponse pratique
C'est quoi ?	Une allocation qui aide à payer ce qu'il faut pour compenser la perte d'autonomie.
Pour qui ?	Une personne de 60 ans ou plus, à domicile ou en établissement, évaluée en GIR 1 à 4, résidant de façon stable en France.
Qui la demande ?	La personne, son représentant légal, ou un proche aidant avec son accord.
À quoi sert-elle ?	Aide humaine, accueil de jour ou temporaire, portage de repas, téléassistance, aides techniques, répit.
Faut-il être pauvre ?	Non. Les revenus jouent sur la participation et le reste à charge. Ils n'ouvrent ni ne ferment le droit.
Est-elle automatique ?	Non. Il faut une demande, une évaluation à domicile, une décision et un plan d'aide.

LES PLAFONDS DU PLAN D'AIDE À DOMICILE

GIR	Plafond mensuel du plan d'aide, au 1er janvier 2026
GIR 1	2 080,33 €
GIR 2	1 682,30 €
GIR 3	1 215,99 €
GIR 4	811,52 €

La participation laissée à la personne

Elle est nulle en dessous de 933,89 € de revenus par mois, augmente ensuite, et peut atteindre 90 % au-delà de 3 439,31 € par mois. Un revenu élevé ne supprime donc pas le droit. Il réduit la part payée par l'APA.

CE QUE L'APA PEUT FINANCER

Poste	Exemples concrets et points de vigilance
Aide humaine	Toilette, habillage, repas, lever et coucher, accompagnement, sécurisation.
Aides techniques	Matériel facilitant les transferts, la mobilité, la sécurité.
Repas et vie quotidienne	Portage de repas, et aides contre l'isolement, la dénutrition et l'épuisement.
Téléassistance	Alerte en cas de chute. Vérifier l'installation, l'entretien, le coût, et si le centre répond vraiment.
Répit et accueil	Accueil de jour, hébergement temporaire, relais à domicile. Voir l'outil A13, « Le droit au répit de l'aidant », pour la majoration prévue.
Adaptation du logement	Certaines dépenses passent par le plan d'aide, d'autres par MaPrimeAdapt'. Ne lancez aucuns travaux sans accord écrit : voir l'outil A12, « Adapter le logement ».

L'APA N'EST PAS REPRISE SUR L'HÉRITAGE

C'est la peur numéro un des familles, et elle n'a pas lieu d'être. L'APA n'est pas récupérée sur la succession, ni sur les legs ou les donations, dans les conditions du droit français. Ce n'est pas une avance qu'on réclamerait aux héritiers au décès.

Ça ne veut pas dire que tout est intouchable : un trop-perçu, une fausse déclaration ou une dépense hors du plan peuvent devoir être remboursés. En cas de doute, demandez une réponse écrite au conseil départemental.

La phrase à dire à la famille

« L'APA aide à payer l'autonomie maintenant. Elle n'est pas reprise sur l'héritage comme une dette. »

Elle sert surtout face au frère ou à la sœur qui freine la demande parce qu'il a peur pour le patrimoine.

PRÉPARER LA VISITE À DOMICILE

L'évaluateur ne vient contrôler ni le ménage, ni la famille. Il cherche à comprendre ce qui est vraiment difficile, les risques, les horaires, et ce qui permettrait de rester chez soi dans de bonnes conditions.

Avant

1	Rassembler les papiers d'identité, les justificatifs demandés, les coordonnées des intervenants et de la personne à contacter.
2	Tenir le relevé de sept jours de la partie 1 : fréquence, durée, moments difficiles, refus, chutes, oublis, variations.
3	Préparer la liste des traitements, des rendez-vous, des hospitalisations récentes et des aides techniques déjà utilisées.
4	Faire venir l'aidant principal et, si possible, quelqu'un qui connaît les moments difficiles : le soir, la nuit, la toilette.

Pendant

1	Décrire ce qui se passe d'habitude, pas une bonne journée.
2	Faire la différence entre aide physique, stimulation, surveillance et présence pour la sécurité.
3	Donner des exemples datés : « trois chutes ce mois-ci », « rappel nécessaire à chaque repas ».
4	Dire ce que l'aidant fait déjà, et ce qui devient impossible à tenir. C'est ce qui ouvre la majoration pour répit de l'outil A13, « Le droit au répit de l'aidant ».
5	Demander comment seront annoncés la décision, le plan d'aide, la participation, les recours et les révisions.

TROIS MODES D'INTERVENTION À DOMICILE

Le choix engage bien plus qu'un tarif horaire. Il décide qui est l'employeur, et qui gère les remplacements.

Mode	Qui emploie	Ce que ça simplifie	Ce qu'il faut surveiller
Prestataire	Le service d'aide à domicile.	Recrutement, contrat, paie et remplacement gérés par le service.	Horaires et intervenants dépendent du service. Vérifier qualification, continuité, coût, facturation.
Mandataire	La personne aidée devient l'employeur ; le service assiste.	Plus de choix et de continuité, avec un appui administratif.	Les responsabilités d'employeur restent à la famille : contrat, paie, congés, absences, rupture.
Emploi direct	La personne ou son représentant, directement.	Relation directe, organisation entièrement personnalisable.	Toute la responsabilité d'employeur repose sur la famille. Anticiper remplacements et formalités.

Comparez les coûts réels, pas les tarifs horaires. Un tarif bas sans solution de remplacement coûte cher le jour où l'intervenante est absente.

CHECKLIST DE DEMANDE

☐	Identifier le service APA du conseil départemental et demander le formulaire ou la procédure en ligne.
☐	Noter la date de la demande et conserver une copie complète du dossier.
☐	Rassembler les justificatifs administratifs et de ressources demandés.
☐	Préparer traitements, comptes rendus, chutes et aides déjà mobilisées.
☐	Tenir le relevé de sept jours de la partie 1.
☐	Être présent ou représenté lors de la visite d'évaluation.
☐	Demander le détail du plan : heures, prestations, participation et reste à charge.
☐	Vérifier le mode d'intervention retenu : prestataire, mandataire ou emploi direct.
☐	Demander une révision si l'état, les risques ou la charge de l'aidant changent.

SI VOUS N'ÊTES PAS EN FRANCE

Territoire	Où commencer	Ce qu'il faut savoir
Belgique	Mutualité et organisme régional compétent.	Il n'existe pas d'APA belge unique : les dispositifs changent entre Wallonie, Bruxelles et Flandre. Et l'allocation qui porte ce sigle y dépend des revenus.
Suisse	Service cantonal, organisation d'aide et de soins à domicile.	Droits et procédures varient fortement selon le canton.
Québec	CLSC, CISSS ou CIUSSS.	Pas d'équivalent identique. Le plan de services est établi selon les besoins et l'offre publique.

L'outil A19, « Outre-mer et hors de France », détaille ces trois territoires et l'outre-mer. L'outil A20, « Jusqu'à quand vais-je compenser ? », aide à décider si le moment est venu, quel que soit le pays.

À enchaîner avec

L'outil A20, « Jusqu'à quand vais-je compenser ? », pour décider si le moment est venu. L'outil A13, « Le droit au répit de l'aidant », pour la majoration de répit, qui se demande au même moment. L'outil A08, « Tableau de suivi des démarches », pour suivre le dossier. L'outil A21, « Le reste à charge », pour le calculer. Et l'outil A12, « Adapter le logement », si l'adaptation du logement entre dans le plan.

A14 · Le GIR et l'APA

Version 2.2, octobre 2026. La dernière version est toujours sur la page de téléchargement. Le code A14, lui, ne change jamais. Cette fiche accompagne le livre « Devenir aidant familial sans s'effondrer » (Nicolas MARVING). Le livre explique dans quel ordre prendre les décisions, et pourquoi.

Cette fiche réunit les anciens outils A14 et A15, retiré. Le code A15 n'est pas réattribué : sa page renvoie ici. Les plafonds et seuils augmentent chaque année : vérifiez-les sur pour-les-personnes-agees.gouv.fr.