A25
La sortie d'hospitalisation

Tenir les quarante-huit heures où l'hôpital veut une réponse, sans prendre une décision qu'on mettra des années à défaire.

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.

Cette fiche ne discute aucune décision médicale. Elle porte sur ce qui se décide autour de la sortie : le lieu, l'organisation, le calendrier.

Vous avez le droit de demander du temps. Une sortie ne se refuse pas, mais sa date se discute.

L'ESSENTIEL EN UNE PHRASE

Rien de ce qui se décide en quarante-huit heures ne doit être définitif.

1. POURQUOI C'EST LE MOMENT LE PLUS DANGEREUX

Une hospitalisation change tout d'un coup. Ce qui tenait avant ne tient plus. L'hôpital a besoin du lit. Et on vous demande une réponse en quelques jours, parfois en quelques heures.

C'est souvent là que se décide une entrée en établissement. Et c'est le pire moment pour la décider : vous êtes épuisé, mal informé, et vous décidez sous la pression de quelqu'un dont le travail est de libérer une place.

Ce qui joue contre vous	Ce que ça produit
Le temps. On vous annonce une sortie pour après-demain.	Vous prenez la première solution disponible, pas la meilleure.
L'information. L'équipe connaît les dispositifs, vous non.	Vous acceptez une orientation sans savoir ce qu'elle ferme comme portes.
La fatigue. Vous n'avez pas dormi depuis l'admission.	Vous ne posez pas les questions que vous poseriez à tête reposée.
Et la peur. Que le retour à la maison se passe mal.	Vous en faites trop, ou vous vous engagez à tout tenir vous-même.

Une chose à savoir avant tout le reste

Personne ne peut vous obliger à prendre votre parent chez vous, ni à signer une entrée en établissement. Si vous ne pouvez pas, dites-le clairement, et tôt. C'est une information dont l'équipe a besoin pour chercher autre chose. Pas un refus qu'on vous reprochera.

2. LES PREMIÈRES QUARANTE-HUIT HEURES

Cinq actions, dans cet ordre. Aucune ne vous engage. Elles servent à vous donner le temps et l'information qui vous manquent.

1	Demandez à parler au service social de l'hôpital. Il existe presque partout, il connaît les dispositifs, et préparer les sorties, c'est son métier. Beaucoup de familles ne savent pas qu'on peut le contacter directement.
2	Demandez la date de sortie prévue, par écrit si possible. Et demandez ce qui se passe si elle n'est pas tenable : quelles solutions existent, et dans quel délai.
3	Demandez ce qui a changé. Pas le diagnostic : ce que votre parent ne peut plus faire seul aujourd'hui, et qu'il faisait il y a un mois. C'est la seule information dont vous avez besoin pour décider du lieu.
4	Dites ce que vous pouvez tenir, et ce que vous ne pouvez pas. Avec des chiffres : combien de jours, combien d'heures, à quelle distance. L'outil A17, « La bascule en faits », vous les a déjà fait écrire.
5	Ne signez rien le premier jour. Aucune orientation, aucune admission, aucun engagement de prise en charge à domicile.

LES QUESTIONS À POSER

Notez les réponses, avec le nom de celui qui vous les a données. Dans trois jours, vous ne vous en souviendrez plus.

La question	La réponse, et qui l'a donnée
Quelle est la date de sortie envisagée ?	
Qu'est-ce qu'il ne peut plus faire seul aujourd'hui ?	
Est-ce provisoire, ou définitif ? Sur quoi vous vous basez ?	
Quels soins devront être poursuivis, et par qui ?	
Quelles solutions temporaires existent si la maison n'est pas prête ?	
Qui prépare la sortie, et comment je le joins ?	
Quels documents me seront remis, et quand ?	

3. TROIS SORTIES, PAS DEUX

On vous présentera souvent deux choix : la maison ou l'établissement. Il y a presque toujours une troisième voie. Et c'est elle qui vous laisse le temps de décider.

La voie	Ce que c'est	Ce qu'elle préserve
Le retour à domicile	Avec ou sans renfort. À ne décider qu'après avoir vérifié ce qui a changé, et ce que le logement permet encore.	Tout, si c'est tenable. Sinon, la question reviendra dans trois semaines, en pire.
Un séjour temporaire	Convalescence, soins de suite, hébergement temporaire, accueil de jour renforcé. Selon les territoires, plusieurs formules existent.	Le temps. C'est la seule voie qui ne ferme aucune porte. Et c'est celle qu'on oublie de vous proposer.
L'entrée durable en établissement	Une décision lourde, longue à défaire, qui se prend mieux en trois mois qu'en trois jours.	Rien, si elle est prise dans l'urgence. Ça peut être la bonne décision. Pas la bonne semaine.

Demandez clairement la troisième voie.

« Est-ce qu'une solution temporaire est possible, le temps qu'on organise le retour ? » Cette question change souvent la conversation. Pourquoi ? Parce qu'elle montre que vous ne refusez pas la sortie. Vous demandez du temps pour la préparer.

Et si la réponse est non, demandez pourquoi, et notez-le.

4. AVANT QUE LE RETOUR SOIT POSSIBLE

Si le retour à la maison est retenu, sept choses sont à vérifier avant la date de sortie. Chacune peut faire échouer le retour. Et chacune se règle en quelques jours, si on s'y prend à temps.

☐	Qui sera présent le jour du retour, et les trois jours suivants.
☐	Les traitements : qui les prépare, qui vérifie qu'ils sont pris.
☐	Les soins à poursuivre : infirmier, kiné, pansements. Rendez-vous pris avant la sortie, pas après.
☐	Les repas des dix premiers jours.
☐	L'accès au logement : marches, lit à l'étage, salle de bain. Ce qui bloquait avant bloquera encore.
☐	Le matériel nécessaire, commandé et livré avant le retour.
☐	Le premier rendez-vous de suivi, avec une date.

Une seule case non cochée suffit à provoquer une nouvelle hospitalisation dans le mois. C'est la raison la plus fréquente des retours en urgence. Et c'est presque toujours une question d'organisation, pas de médecine.

CE QUI CHANGE, ET CE QU'IL FAUT REPRENDRE

Une hospitalisation change la situation en profondeur. Trois outils sont à reprendre dans les quinze jours, pas dans six mois.

À reprendre	Pourquoi
L'outil A01 : les quatre piliers	Les scores d'avant ne valent plus. L'autonomie et le logement ont presque toujours bougé, et parfois l'entourage aussi.
L'outil A20 : jusqu'à quand compenser	Une hospitalisation est un fait nouveau pour cette fiche : elle rouvre la question, même si vous l'aviez tranchée il y a trois mois.
L'outil A04 : le classeur du domicile	Nouveaux traitements, nouveaux intervenants, nouveaux contacts. Ce qui est dedans est périmé le jour de la sortie.

5. CE QUI NE SE DÉCIDE PAS CETTE SEMAINE

Sous la pression, vous allez être poussé vers ces décisions. Aucune ne doit être prise pendant l'hospitalisation, ni dans les jours qui suivent.

La décision	Pourquoi elle attend
L'entrée durable en établissement	C'est la plus lourde, et celle qu'on regrette le plus quand elle a été prise sous le coup de l'émotion. Un séjour temporaire permet de la préparer sans se précipiter.
La vente ou la mise en location du logement	On ne revient pas en arrière, et ça n'a rien à voir avec la sécurité des trois prochaines semaines.
La résiliation d'un bail	Un préavis se donne en sachant ce qu'on fait.
Votre démission, ou l'arrêt de votre activité	Un arrêt de travail règle la quinzaine. Une démission engage toute la suite.
Une procuration signée dans un couloir	Un acte juridique se choisit et se prépare. Voir l'outil A23, « Accéder aux comptes, et protéger ».
La répartition définitive entre frères et sœurs	Ce qui se dit dans une salle d'attente ne tient pas. Voir l'outil A07, « Trame de réunion familiale ».

Cette semaine, on décide de la sécurité des trois prochaines. Rien de plus.

Tout le reste attend d'être posé à froid, avec les bonnes informations et les bonnes personnes autour de la table. Ce n'est pas repousser le problème. C'est la seule façon de prendre une décision que vous n'aurez pas à défaire.

6. VOTRE DÉCISION

Date de sortie annoncée	
Qui prépare la sortie, et son numéro	
Ce que je peux tenir, en jours et en heures	
Ce que je ne peux pas tenir	

☐	Retour à la maison. Les sept points de la partie 4 sont réglés avant la date de sortie.
☐	Je demande une solution temporaire, le temps d'organiser le retour. Je le dis au service social aujourd'hui.
☐	Le retour à la maison n'est pas tenable, et je le dis clairement. Je demande quelles solutions existent, et dans quel délai.

Ce que je refuse de décider cette semaine

À enchaîner avec

L'outil A01, « Les quatre piliers », à reprendre dans les quinze jours : les quatre piliers ont bougé. L'outil A04, « Le classeur du domicile », pour le remettre à jour. L'outil A21, « Le reste à charge », si la sortie crée de nouvelles dépenses. Et l'outil A19, « Outre-mer et hors de France », si vous ne vivez pas en France, pour savoir qui joue le rôle du service social de l'hôpital chez vous.

A25 · La sortie d'hospitalisation

Version 1.3, octobre 2026. La dernière version est toujours sur la page de téléchargement. Le code A25, 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 ne cite aucun dispositif et ne contient aucun montant : elle ne se périme pas. Les formules de séjour temporaire et leurs conditions dépendent de chaque territoire.