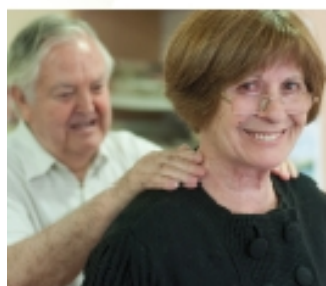


"Le temps des aidants"

Plateforme d'accompagnement et de répit
Association France Alzheimer des Bouches du Rhône

L'Association France Alzheimer des Bouches du Rhône et son accueil de jour thérapeutique autonome est à l'initiative de la création d'une Plateforme d'Accompagnement et de Répit intitulée "Le Temps des Aidants" démarrée le 01 décembre 2011.



Objectifs

Les activités proposées, qu'elles soient éducatives, sociales ou culturelles, sont à visée thérapeutique avec pour objectifs :

- d'offrir aux aidants un lieu d'écoute, de soutien et d'accompagnement dans leurs difficultés et leurs questionnements, d'informations sur la maladie et ses modalités de prise en charge,
- de permettre à l'aidant un cheminement progressif vers l'acceptation de formules de répit, la personne malade étant prise en soins par ailleurs,
- de favoriser le maintien d'une vie sociale et relationnelle du couple aidant / personne malade, et de concourir à leur bien être psychologique et émotionnel en luttant contre l'isolement.

Quelques chiffres pour l'année 2012

196 personnes accueillies au moins une fois, avec une évolution qui reste globalement croissante sur le dernier trimestre dont :

- 78 aidants seuls ;
- 59 couples aidants/personnes malades
- 37 personnes malades participant avec leurs aidants aux actions de la plateforme de répit et bénéficient d'une prise en charge par l'accueil de jour

Trois axes sont développés

1. Mission d'écoute et de soutien :

- Activités de revalorisation de la personne : soins du visage et des mains, relaxation et Qi Gong, sophrologie.
- Activités créatrices : le "Journal des aidants" et "l'Album photos des Aidants"
- Activités Manuelles : peinture sur bois, peinture détente et mandalas.

2. Solutions de répit à domicile :

- Les entretiens individuels : assurés par la psychologue à domicile mais aussi dans le lieu de la plateforme
- Les interventions à domicile : le binôme AMP et psychologue

3. Maintien de la vie sociale :

- Sorties extérieures : restaurant, cinéma et débat, randonnées et pique-nique, marché, visite de musées et d'expositions...
- Le Café Mémoire
- Jeux : pétanque, scrabble, dominos, jeux de carte, loto....

Et la formation des aidants familiaux proposée dans le cadre de la plateforme.

Évaluation auprès des participants

Un questionnaire de satisfaction a été distribué en 2012 aux aidants de la plateforme d'accompagnement et de répit afin de situer au mieux leurs besoins, leurs attentes et leurs envies.

L'ensemble des participants se dit satisfait voir très satisfait.

Ce que recherche avant tout la plupart des participants c'est de pouvoir échanger et partager leurs expériences avec d'autres aidants. C'est en effet un moyen de sortir d'un certain isolement et surtout de se sentir compris.

Pour ces raisons, les moments conviviaux (buffet, goûter...) et les sorties extérieures sont les activités privilégiées qui mobilisent le plus de monde.

Le fait de proposer en parallèle d'une activité pour l'aidant, une activité pour l'aidé favorise la participation des familles. D'une part l'aidant n'a pas à trouver une personne qui puisse le remplacer auprès de son proche malade et d'autre part il éprouve moins de stress et de culpabilité. Dans ce cadre-là l'atelier de sophrologie remporte un franc succès. C'est un espace de détente dédié où chacun prend le temps de se ressourcer.

Le café mémoire est un rendez-vous mensuel très attendu qui permet aux participants (aidants/personnes malades) à la fois de s'informer et d'échanger, à la fois de se divertir.

L'atelier d'informatique est un des rares ateliers qui réussisse à réunir les aidants le matin. Mis en place à leur demande il leur permet de réaliser un nouvel apprentissage mis à profit dans la communication avec leurs petits-enfants.

Points positifs

- Une dynamique de groupe bien installée dans la convivialité
- Des relations inter-groupes bénéfiques avec des aidants impliqués.
- Une bonne coordination au niveau des équipes qui permet d'offrir un service de qualité optimum.

Points de difficultés

- Principalement liés au manque de disponibilité des aidants familiaux qui déplorent le manque de temps pour pouvoir participer au "Temps des Aidants".
- Importance également de ritualiser certaines activités, les participants ayant besoin de repères dans un quotidien déjà bien chargé.