

LE CERCLE DES AIDANTS

OBJECTIFS

Développer des groupes d'aide aux aidants en intégrant des programmes de sensibilisation sur des thématiques différentes. Soutenir et informer les aidants et leurs familles confrontés à la perte d'autonomie d'un proche. Proposer des rencontres à plusieurs aidants familiaux de personnes handicapées (jeunes ou adultes) et de personnes âgées.

PRATIQUE

Recenser des partenaires et les rencontrer. Mettre en place un comité de suivi. Trouver un lieu d'intervention. Choisir des intervenants. Proposer une programmation. Communiquer auprès des partenaires.

Coût: Intervention du psycho-praticien



ACCOMPAGNER LES AIDANTS

Depuis 2013, la Ville du Havre a lancé l'initiative « Le cercle des aidants ». Cette action est une réponse à l'axe n°2 du programme d'action « Bien Vieillir » qui a pour objectif de « renforcer la coordination des acteurs pour une meilleure prise en charge des personnes âgées isolées ». Comme indiqué dans le projet social de la Ville du Havre, « le développement de l'appui aux aidants est indispensable pour que la communauté des aidants puisse se retrouver pour partager des expériences, s'entraider et rompre l'isolement autour de thématiques en lien avec leurs préoccupations ». En cela, la création du Cercle des aidants accompagné d'un programme de sensibilisation sur des thématiques techniques différentes (maintien à domicile, solutions des répit, admissions en EHPAD.....) pouvait être une réponse. Il a également été constaté un manque de visibilité des actions d'aide aux aidants développées sur la ville du Havre par différents acteurs (caisses de retraite, associations de malades....). De plus, la plupart de ces actions étaient centrées sur les aidants ayant en charge les malades Alzheimer. Ce fut

donc un souhait de la Ville ainsi que du Département de renforcer l'axe du soutien aux aidants familiaux en créant ce dispositif. Les publics concernés sont les aidants naturels (conjoint, enfants, amis, voisins...). Ce sont toutes les personnes qui régulièrement sont aidantes -soit à 100% ou à temps partiel mais de façon régulière- d'une personne en perte d'autonomie ou en situation de handicap.

LES ETAPES DE MISE EN OEUVRE

La première phase du projet a été de recenser les partenaires susceptibles d'être associés à cette action (Caisse de Retraite, CLIC, CG Utas 5 (département), Groupe Hospitalier du Havre, Comité des Fêtes...) et de contacter l'Association Française des Cafés des Aidants pour un soutien. La deuxième phase a été la rencontre individuelle des différents partenaires, avec l'étude des actions qu'ils proposent autour de ce thème et les financements possibles. La troisième phase a été la mise en place du comité de suivi, composé d'un chargé de Mission CCAS, du CLIC, les Services à la Personne, le Département de Seine-Maritime UTAS 5. Le rôle de ce comité est de

définir les modalités de fonctionnement du cercle des Aidants (inscriptions, rythme, contenu...), d'évaluer l'action, de recadrer le projet, de proposer des thématiques, de définir des critères d'évaluation et enfin de créer un questionnaire avec pour objectif de recenser les attentes et ressentis des aidants. La quatrième phase du projet a été de déterminer le lieu d'intervention. La cinquième phase a été de choisir les intervenants pour animé le Cercle des Aidants, les recenser, établir un budget prévisionnel et demander des subventions si besoin. Enfin, la sixième phase a été de proposer une programmation et de définir un planning prévisionnel afin de le faire valider aux élus et à la direction du projet. Enfin il a fallu communiquer sur le projet finalisé auprès des partenaires (Comités des Fêtes, clubs des Aînés, CODAH, association de loisirs seniors, pharmaciens, médecins, ordre des médecins, des pharmaciens....) et certains services de la Ville du Havre mais aussi auprès du grand public (Affiches, flyers, presse locale, journal municipal LH Océanes, Portail Agent, site de la Ville du Havre...).

LES SEANCES

Le Cercle des Aidants est un temps et un espace d'information, de rencontre et d'échanges, qui se déroulent tous les 3èmes mardi du mois au Musée Malraux durant deux heures. Il est animé par un psycho praticien coordinateur en gérontologie et un médecin. Les aidants familiaux accompagnant un proche malade, dépendant ou handicapé, peuvent échanger conseils et expériences. Le cercle des aidants n'a pas de visée thérapeutique, mais doit permettre aux aidants de s'exprimer et en cela, les intervenants veillent à encourager et faciliter la parole.

Les rencontres se déroulent toujours selon le même protocole avec pour commencer un accueil des aidants autour d'un café. On procède à un tour de table puis le psycho praticien présente le thème, suivi d'un débat entre les aidants et intervenants. Pour clore la rencontre, le médecin présente une synthèse des échanges et remet un support de l'intervention aux aidants. Un questionnaire d'évaluation leur est donné puis la séance se termine sur un temps de convivialité et d'échanges individuels.

LES ACTEURS DU PROJET

Les principaux acteurs du dispositif sont les intervenants :

- un psycho praticien qui présente le thème avec une approche psychologique (analyse transactionnelle) sous la forme d'une mini conférence,
- une coordinatrice gérontologique qui apporte des réponses concrètes sur les différents dispositifs (structures de répit, APA , MDPH, hébergement temporaire, adaptation du logement.....)
- un médecin qui apporte son expertise et répond aux interrogations des aidants sur le milieu médical. Il a également pour mission de clore la rencontre en présentant une synthèse des échanges du jour.
- Une chargée de mission , pilote du projet, qui accueille les aidants et intervient en fin de séance pour apporter des informations sur les actions d'aide aux aidants menées par le CCAS (séjour répit, ateliers de gestion du stress...)

BILAN

Cette action commencée en octobre 2013, trouve sa place dans le paysage Havrais grâce aux partenaires qui relaient l'information, aux aidants qui communiquent autour d'eux et à la presse.

Le cadre d'accueil au Musée Malraux est privilégié et apprécié par les aidants car il facilite la prise de recul, « un moment de pause » pour s'occuper de soi, pour se retrouver et prendre un peu de distance avec le quotidien. Le Cercle des aidants a permis à des aidants -tous âges confondus- qui accompagnent des personnes atteintes de pathologies différentes, de se rencontrer, d'échanger, de parler, de confronter leurs expériences. Cela vise également, pour ceux qui exprimaient un mal être de type « on ne pense plus à nous », « on ne se projette plus », de retrouver l'envie de commencer à entreprendre des démarches pour eux, car accompagner un proche au quotidien les avait éloignés d'une vie sociale, de leur cercle amis.

Le cercle des aidants demeure un lieu pour recréer ponctuellement du lien social et de la convivialité où les aidants peuvent parler, s'écouter et, parfois, simplement être présents et rester silencieux. Il permet de se reconstruire, car pour certains, ce lieu

permet de dire et vivre ses émotions lorsque l'accompagnement est devenu pesant. C'est aussi un lieu pour réfléchir et avoir des conseils qui leur permet de mieux comprendre la personne qu'ils accompagnent ou de relativiser leurs difficultés d'accompagnement quand ils entendent celles des autres.

Depuis son lancement en octobre 2013, le cercle des aidants a organisé 30 rencontres, avec en moyenne 14 aidants présents. En tout 423 aidants ont été accueillis dont 154 différents.

LES PERSPECTIVES

Les perspectives du projet sont de cibler les aidants qui accompagnent un proche en situation de handicap. Pour cela, un cercle des aidants en partenariat avec la Mission Handicap de la ville sera organisé une fois tous les deux mois. L'objectif est de pouvoir décentraliser le cercle des aidants sur différentes villes de l'agglomération afin de permettre aux aidants non motorisés de participer.

Ces rendez-vous mensuels ont permis de recueillir

les attentes et besoins des aidants. C'est ainsi qu'à leur demande, le CCAS a mis en place depuis septembre 2014 des ateliers de « réduction du stress » animés par une sophrologue, dont l'un des objectifs est de construire avec ses propres forces quelque chose pour soi-même afin de développer calme intérieur, réduire le stress, mieux gérer les émotions. Un partenariat avec la Direction « Culture, Patrimoine et Animation de la Ville » a également permis d'accueillir les ateliers à l'Hôtel Dubocage de Bléville les mardis de 14h00 à 15h00. Six cycles -soit 31 séances- ont été proposés entre septembre 2014 et décembre 2015 et ont touché 60 aidants, tous issus du Cercle des aidants.



APPEL A CONTRIBUTION

Si, comme Le Havre, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part.
contact@rfvaa.com