

Dépendance : mieux vivre la relation aidants-aidés

Parce que l'aide aux aidants est devenue un véritable enjeu face à la dépendance, le CMM de Suresnes, qui a ouvert depuis 2009 une Maison des Aidants, organise, jeudi 26 janvier, une conférence ouverte à tous pour informer le public sur les aides et les actions proposées.

Ils sont issus de la famille ou de l'entourage proche. Ce sont un conjoint, un enfant, un ami ou un voisin qui assument souvent au quotidien un rôle difficile auquel, dans la plupart des cas, ils n'ont pas été préparés. En France, 4 millions d'Aidants familiaux assistent pour partie ou à titre principal, une personne dépendante. Une tâche exigeante, vite éprouvante tant la confrontation avec la maladie ou le handicap s'avèrent déstabilisante et pose à l'aidant des questions multiples auxquelles il ne peut répondre. Aider les aidants est donc devenu une nécessité.

C'est la mission que remplit, à Suresnes, depuis juin 2009, la Maison des Aidants, au sein du Centre Médical Municipal Raymond Burgos, en proposant à tous ceux qui en éprouvent le besoin des formations et des ateliers qui apportent une écoute et un soutien.

Afin de mieux sensibiliser le public, le Centre Médical Municipal Raymond Burgos organise, jeudi 26 janvier 2012 (en partenariat avec le Comité Régional de Coordination de l'Action Sociale AGIRC-ARRCO Ile de France-75/92 et l'aide du groupe Malakoff Médéric Retraite), une conférence débat autour de ce thème. De 14h à 17h, des spécialistes de la dépendance informeront et échangeront autour de la relation Aidants/Aidés, et présenteront les lieux d'aide et d'accueil, ainsi que les actions proposées.

« Relation Aidants / Aidés : apprendre à vivre autrement »

14h00 : accueil du public

14h35 : ouverture de la conférence-débat

Modérateur : Jennifer KRIEF, psychologue clinicienne

1ère table ronde "Apprendre à vivre autrement"

- "Le choc de l'annonce de la maladie", Dr BIZARD, gériatre à l'hôpital Foch
- "La vie au quotidien et les conséquences sur l'aidant", Pauline BELLET, psychologue clinicienne
- "La bientraitance vis-à-vis de soi-même et de son proche malade", Mme TOUNSI, Association SOLRES

2e table ronde "Les aides et les lieux d'accueil"

- "Le rôle d'une structure de coordination, l'aide à domicile et les modalités de financement, les accueils de jour, l'accueil temporaire" Bénédicte VIGNOL et Marie-France BLANC, coordination gérontologique de la ville de Suresnes, Edith SENNELART, CLIC de Rueil-Malmaison
 - "Le handicap", M. HUDE, bénévole à l'UNAFAM (Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et/ou Handicapés Psychiques)
 - "Présentation de la Maison des aidants de Suresnes" Béatrice CLAUDEPIERRE, CMM Burgos
 - "Le café des familles de Nanterre", Marie DESFORGES, psychologue clinicienne
- Des stands : Association France Parkinson, Sclérose en plaques, Alzheimer, service Handicap, Coordination gérontologique et Soins à domicile de la ville dispenseront de l'information.

Jeudi 26 janvier 2012 Salle des Fêtes, 2 rue Carnot Suresnes. Accès libre

Contact presse : Arnaud LEVY 01 41 18 15 52 / 06 28 81 11 96 alevy@ville-suresnes.fr

A la Maison des Aidants : écoute, conseils et convivialité pour reprendre pied

Des permanences d'information, des formations sur les maladies neuro-dégénératives, mais aussi des séances de shiatsu, d'art thérapie et de soutien psychologique permettent dans des ateliers individuels ou collectifs de mieux aider ses proches.



© CaroleMartin

Au sein du Centre Médical Municipal Raymond Burgos, à Suresnes, des professionnels accueillent, écoutent et soutiennent ceux qui s'occupent de personnes atteintes d'un handicap mental ou physique, d'une maladie chronique invalidante ou neuro-dégénérative aggravée par l'âge (Alzheimer, Parkinson, sclérose en plaques, etc.).

Ouverte en juin 2009, la Maison des Aidants est d'abord un espace convivial et apaisant. Très souvent ceux qui y arrivent sont à bout de force et de solutions. Extrêmement exigeant pour ceux qui l'assument, l'accompagnement d'un proche dépendant génère en effet un stress important, qui peut se traduire par des troubles du sommeil, un sentiment de culpabilité, et un isolement social susceptible de mener vers un état dépressif.

Les Aidants familiaux, mais aussi professionnels, désireux de souffler un peu, de s'informer ou de se former, trouvent donc à la Maison des Aidants un espace et des ateliers, qui leur proposent des réponses adaptées aux difficultés posées par les atteintes du handicap ou de la maladie. Gratuites et accessibles à tous, sur inscription, ces activités visent à préserver la santé des aidants, à les soutenir et les accompagner dans leur rôle. Aider les Aidants est donc aussi un moyen d'aider les personnes malades.

Des ateliers individuels et collectifs proposent ainsi des consultations de soutien psychologique ou des séances de shiatsu, de gestion du stress ou d'art thérapie qui permettent aux aidants de se ressourcer. Des cycles de formation permettent de mieux appréhender les maladies neuro-dégénératives, le fonctionnement et les atteintes de la mémoire et leurs répercussions dans le quotidien.

Des formations aux bonnes pratiques apportent par ailleurs des réponses aux nombreuses questions générales ou concrètes, mais souvent restées sans réponse, que se posent les aidants. Comment, au travers d'une formation à la « bienveillance », réagir à la dépendance d'un proche, comprendre ses comportements ? Comment prévenir des chutes et gérer les pertes d'équilibre ? Comment bien le nourrir, via une éducation à la nutrition qui aide à concevoir, équilibrer présenter un repas, pour éviter la dénutrition par l'affaiblissement du malade ou son surpoids.

Enfin, des permanences d'information aident à concilier vie personnelle et professionnelle avec le rôle d'aidant en fournissant renseignements et conseils sur la prise en charge.