

INSTANT POUR SOI

UNE PLATEFORME À DESTINATION DES AIDANTS

Une Plateforme d'Accompagnement et de Répits aux Aidants Familiaux (PARAF) est déployée sur le territoire du Grand Reims. Elle est portée par le CHU de Reims. Depuis 2021, elle a étendu son offre de répit en proposant une nouvelle alternative à destination des aidants familiaux qui est tournée vers le mieux être (prendre soin de soi). Ce dispositif a été nommé "Instant pour soi". L'idée de cette nouvelle offre de répit est de proposer un éventail de méthodes non médicamenteuses permettant à l'aidant de mieux vivre son rôle en s'appuyant sur ses propres ressources. Ce dispositif vient compléter l'offre de la PARAF déjà existante à destination des aidants (café des aidants et bistrot mémoire notamment).

RÉPONDRE AUX BESOINS DES AIDÉS/AIDANTS

La PARAF adossée au Pôle EHPAD-USLD bénéficie d'une offre d'hébergement de répit avec un accueil de jour et de nuit. Elle a été créée en 2012, et se structure autour d'une offre complète et adaptée aux besoins des binômes aidants-aidés. En effet, l'accompagnement psychologique de l'aidant sur site ou à domicile lui permet d'obtenir un premier contact avec des professionnels formés sur la situation, d'échanger autour de sa situation individuelle mais également de rompre avec l'isolement que peut engendrer le rôle d'aidant à domicile. L'accompagnement par une conseillère en Économie Sociale et Familiale et d'un médecin gériatre référent permet également aux aidants d'obtenir des informations sur les aides et les solutions existantes, dont il peut bénéficier.



Reims.fr

CHU de Reims

A Reims (51)

Ville Membre depuis 2020

OBJECTIFS :

- Offrir une nouvelle alternative de répit axée sur le mieux-être (sophrologie, yoga senior, art thérapie, gymnastique douce, hypnose, réflexologie, aromathérapie, méditation etc.) avec proposition de dix interventions sur l'année, créer du lien.
- Déstigmatiser les maladies neuro évolutives en ouvrant les portes des EHPAD aux aidants et en ouvrant les projets portés par le pôle EHPAD- USLD du CHU de Reims sur la ville.

PRATIQUE :

- Proposer une offre de services répondant aux besoins des aidants/aidés.
- Proposer un accompagnement aux aidants.
- Mettre en place des groupes de paroles et d'échanges.

DES ÉTAPES CLAIREMENT DÉFINIES

L'objectif du projet est d'éviter le non-recours aux aides qui leur sont disponibles et de leur indiquer les solutions qui s'offrent à eux en fonction de leur situation. Les groupes de paroles et d'échanges avec d'autres aidants au travers du Bistrot Mémoire et du Café des Aidants permettent également aux aidants de rompre l'isolement et d'échanger autour de différentes thématiques dans un lieu neutre et convivial, et accompagné par un psychologue et un travailleur social. Durant l'année 2020, la crise sanitaire a permis à l'équipe de la PARAF de réfléchir à une nouvelle alternative de répit qui viendrait compléter les offres déjà existantes telles que les suivis psychologiques individuels et les deux groupes de paroles. Dans ce cadre et pour structurer le projet, l'équipe a également réalisé une enquête auprès des aidants afin de recueillir leurs avis sur leurs besoins. Le projet s'est structuré autour des étapes suivantes : il s'agissait d'abord d'une réflexion autour de la faisabilité et des enjeux du projet par l'équipe médicale, paramédicale et socio-administrative. Ensuite, le projet a été structuré et présenté au cheffe de pôle et à la direction du CHU pour validation de la démarche. Un programme prévisionnel d'interventions avec sollicitation d'intervenants et formalisation d'un budget prévisionnel annuel de l'action a aussi été mis en place. Finalement un support de communication a été créé et un flyer a été envoyé aux différents partenaires (travailleurs sociaux, pharmaciens de ville, médecins de ville, etc.). Des supports pour suivre l'activité ont également été créés. L'action a démarré en septembre 2021 et depuis, l'activité a eu lieu séance par séance pour l'évaluation de l'impact de l'action. Une enquête de satisfaction a été lancée pour évaluer la satisfaction des bénéficiaires.

UN PROJET COLLABORATIF

L'action a été développée en partenariat avec l'Office des seniors du Grand Reims ORRPA (2021 et premier semestre 2022) avec lequel une convention de prêts de locaux pour la réalisation des activités a été formalisée afin

d'accueillir les aidants dans un lieu neutre, en dehors des structures d'hébergement du Pôle. L'Agence Régionale de Santé Grand Est et le Département soutiennent l'action de la PARAF.

UN DISPOSITIF PÉRENNE ET ACCESSIBLE

Le coût de l'action du dispositif "Instant pour soi" pour 2021 s'établit à 3 000€ financés à 100% par l'assurance maladie dans le cadre des financements alloués pour l'action de la Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants Familiaux.

Cette action constitue ainsi un dispositif structuré et pérenne au service des aidants sur le territoire du Grand Reims (aidants âgés et aidés atteints de maladies neuro-évolutives). Il est à préciser que cette action est accessible à tous sur inscription et gratuite pour les aidants qui en font la demande. Il s'agit ainsi d'un service ouvert à tous les aidants sans discrimination financière et en fonction de leur besoin d'accompagnement.

RECONDUCTION ANNUELLE

Le bilan d'évaluation de l'action 2021 fait apparaître les éléments suivants : depuis le mois de septembre 2021, un atelier par mois a pu être proposé (Méditation, Yoga, Art-Thérapie et Hypnose). Ces différents ateliers ont eu pour effet pour chacun des participants, de créer du lien social, de découvrir des outils qu'il est possible de réutiliser dans leur quotidien (en s'appuyant sur leurs propres ressources/capacités) et de prendre un temps pour eux dans leur quotidien d'aidant. Au vu des bénéfices, l'"Instant pour soi" sera reconduit chaque année.

APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme le CHU de Reims, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : contact@rfvaa.com

