

## Plateforme Seltzer des Aidants

### Actualité

## Édito



Depuis 2012, la Plateforme d'accompagnement et de répit des Aidants n'a cessé d'évoluer pour diversifier son offre et répondre aux besoins du territoire. Aujourd'hui, il nous a semblé important de modifier son nom afin d'apporter de la clarté à nos missions. Nous la nommerons donc désormais *Plateforme Seltzer d'Accompagnement des Aidants*.

Une plateforme, c'est une petite équipe mais c'est surtout un travail en partenariat et une organisation qui permet d'aller au plus près des proches aidants en difficulté. D'où l'importance de ce partenariat privilégié avec les services d'aide à domicile labellisés *Relais des Aidants* que nous vous présentons ici.

Voici également la présentation d'une nouvelle action autour de la santé des aidants : Les Ateliers Santé en partenariat avec l'Association Française des Aidants.

*Martine LAGOUVARDOS*  
Chef de service Plateforme Seltzer des Aidants et Accueil de Jour Alzheimer

## *La Plateforme Seltzer des Aidants à Lyon pour la Journée Francophone de répit*

Les 5 et 6 décembre 2016, les coordinatrices et la chef de service de la Plateforme Seltzer des Aidants ont pu participer aux Journées Francophones de Répit, à Lyon, où professionnels et grand public ont croisé leurs regards et leurs expériences autour des possibles répits à domicile et en institution.

Ces deux journées rythmées entre conférences, ateliers et reportages ont également permis de se questionner sur l'aspect sociétal de cette problématique, sur l'importance de la solidarité ainsi que sur la valorisation des places de chacun au sein de la société.

Nos partenariats et notre volonté de travailler dans le même sens avec les autres professionnels, ne peuvent être que le bon chemin pour une évolution du bien-être et la prise en compte des difficultés de la population des Hautes Alpes.

*Inès DEVESTEL*  
Coordinatrice Plateforme Seltzer des Aidants Sud Hautes Alpes



# Dossier

## Le Relais des Aidants

Les spécificités du département (faible densité de population, superficie étendue, territoire montagneux) nous amènent à proposer un modèle organisationnel particulier, si l'on souhaite rendre l'offre d'accompagnement accessible à tous les aidants et limiter l'iniquité d'accès. D'où le développement de *Relais des Aidants*.

Il s'agit des services partenaires identifiés par territoire et servant de point d'accueil de première ligne.

A ce jour, 24 services sont signataires de la convention des *Relais des Aidants*.



Hautes Alpes

L'aidant y trouve un interlocuteur privilégié pour l'informer, l'orienter et l'écouter. Les salariés de la Plateforme viennent en appui pour les situations complexes.

L'aidant y trouve également la documentation pour l'ensemble des actions proposées par la Plateforme Seltzer des Aidants.

La mise en œuvre des *Relais des Aidants* se fait en collaboration avec le réseau SAP 05 (réseau des services à domicile des Hautes Alpes).

Chaque structure « Relais » est formée à la problématique spécifique des aidants de personnes âgées ou en situation de handicap avec l'Association Française des Aidants. Cette formation, intitulée : « Prendre en compte les aidants dans l'accompagnement des personnes en perte d'autonomie », est animée par par Matthieu ELGARD, formateur de l'Association Française des Aidants.

Laëtitia BUCCI

Coordinatrice Plateforme Seltzer des Aidants Nord Hautes Alpes



### Quelques données

- En 2015 : 2 sessions de 2 jours de formation pour les professionnels ont eu lieu avec 24 professionnels inscrits.
- En 2016 : 1 session de 2 jours avec 14 professionnels inscrits.
- En 2017 : une nouvelle session a été proposée en début d'année avec 10 professionnels formés.
- Prochaine session : 26 et 27 septembre 2017**

### Prendre en compte les aidants dans l'accompagnement des personnes malades et en situation de handicap



Pour répondre aux besoins des aidants du département, la Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants propose un nouveau modèle d'organisation. La création d'un « Relais des aidants » sur chaque territoire permettra de développer l'offre sur l'ensemble des Hautes-Alpes et donc d'avoir un interlocuteur de proximité. Cette formation favorise des pratiques professionnelles communes pour la prise en compte de l'aidant dans l'accompagnement des personnes en perte d'autonomie. Les professionnels pourront ainsi accueillir, écouter, informer et orienter les proches aidants vers les structures adaptées.

#### OBJECTIFS

- Construire avec l'aidant et son proche une relation de confiance basée sur une reconnaissance mutuelle de la place et du rôle de chacun
- S'approprier une démarche structurée de repérage et d'observation de la situation d'un aidant dans une approche globale de celle-ci
- Pouvoir identifier avec l'aidant les réponses ajustées à sa situation et l'orienter en fonction

Professionnels du secteur de l'aide à la personne  
Pré-requis : responsable de secteur en poste  
Validation : labellisation du service « Relais des aidants »

#### CONTENU

- Repères généraux sur la thématique des aidants**  
Les proches aidants dans la société  
Le vécu des proches aidants et la relation d'aide
- Du repérage de la situation à l'orientation de l'aidant**  
Les informations générales à recueillir  
Les dimensions à prendre en compte dans le repérage de la situation  
L'identification des réponses à l'appui d'une synthèse  
Le repérage des modalités permettant la construction des réponses  
L'orientation de l'aidant
- Zoom sur la santé des aidants**  
Les facteurs de risque  
Les indicateurs utiles au repérage des altérations de santé chez l'aidant
- ROSA : un support à la pratique professionnelle**  
Les fonctionnalités de l'outil  
L'interface d'utilisation  
Les indicateurs utiles au repérage des altérations de santé chez l'aidant
- Réflexions sur la posture professionnelle dans la prise en compte et l'accompagnement des aidants**  
L'accueil et la prise en compte de la parole de l'aidant  
La parité dans la relation entre usagers, aidants et professionnels

13 février 2017  
8h45 - 12h15 / 13h00 - 17h15

14 février 2017  
8h30 - 12h15 / 13h00 - 15h30

Fondation Edith Seltzer  
Rue Capitaine de Bresson  
05000 GAP

Matthieu ELGARD,  
Consultant-formateur  
Il anime notamment des formations sur l'éthique, le projet personnalisé, le projet d'établissement et sur le management lié à la bien-être et à la prévention de la maltraitance. Il est diplômé de Sciences-Po et en philosophie.

#### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et méthodologiques
- Travail sur les représentations
- Etudes de cas ou mises en situation
- Echanges et débats

Une attestation de fin de formation sera remise à chaque participant à l'issue du stage, sous réserve de l'émargement, pour chaque demi-journée de formation, du stagiaire sur les feuilles de présence.

Inscriptions dans la limite des places disponibles avant le 16 décembre 2016 — Participation libre  
auprès d'Inès DEVESTEL

Tél : 06 75 75 76 68 / Email : plateforme-aidants@fondationseltzer.fr

# Nouveauté

## Programme des Ateliers Santé sur Embrun

*Un temps de sensibilisation grand public*

**Jeudi 4 mai 2017 - 18h**

**Salle des fêtes d'Embrun - Boulevard Pasteur**

En amont des Ateliers Santé, nous vous invitons à un spectacle théâtral et musical « Griottes et Coccinelles » de la troupe « En compagnie des oliviers » qui abordera avec humour et tendresse la thématique des aidants et de leur proche.

Tout le monde y est invité : les proches aidants, les personnes malades, les professionnels, les curieux ! À cette occasion, il sera possible de rencontrer des professionnels : médecins, infirmier(e)s, psychologues, travailleurs sociaux, qui seront présents pour répondre à vos questions autour de la santé des aidants.

### *Les ateliers*

**Atelier 1 : Redécouvrir un bien être physique - Aidant et en forme**

Gym sur chaise

23 mai 2017, de 10h à 12h, Salle la Montagnette  
Marie BERLA, Professionnel du sport

Accompagner un proche peut mettre le corps à rude épreuve. Douleurs, difficultés de sommeil, mal-être physique peuvent s'immiscer dans votre vie. Comment être aidant et rester en bonne santé ? Nous vous proposons un atelier de gym sur chaise, accessible à tous, du sportif au sédentaire, pour entretenir votre capital santé en toute simplicité.

**Atelier 2 : Trouver un équilibre - Aidant et heureux**

Nursing Touch

30 mai 2017, de 10h à 12h, Salle la Montagnette  
Marie LISON, Praticienne en Santé Bien-Être

Et moi dans tout ça ? Dans l'accompagnement de son proche, le souci de l'autre est si important que l'on peut parfois avoir tendance à s'oublier.

Cet atelier sera l'occasion de découvrir le Nursing Touch qui est une technique de toucher permettant de rétablir une forme de communication non verbale entre deux personnes et de soulager les douleurs physiques. Durant l'atelier, des exercices se feront en binôme. C'est aussi le moment de vivre et partager un moment de détente et de bien-être.

## Aidants, votre santé, parlons-en !

**Théâtre forum**

avec la troupe de théâtre « En Compagnie des Oliviers »

### Griottes et Coccinelles

Elles ont 69 et 84 ans, pour tout le monde elles ont « perdu la tête » mais là sur scène elles jardinent, elles chantent, elles papotent, elles parlent de leur vie, de leur vieillesse et de leurs proches. Elles sont drôles, touchantes, ironiques, révoltées.

Écrit par Jean Pierre GEORGE, avec : Sarah LARHER et Albine SUEUR. Vidéo : le temps d'une image

Après la représentation des médecins, infirmières, psychologues, travailleurs sociaux seront présents pour répondre à vos questions autour de la santé des aidants.



**Jeudi 4 mai**  
**18h**  
Salle des fêtes,  
Bd Pasteur  
**Embrun**



**Entrée libre**



Proposé par la Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants en partenariat avec la Conférence des financeurs...

**Atelier 3 : Préserver un lien social - Aidant, mais pas seulement...**

Atelier cuisine

6 juin 2017, de 10h à 12h, Local ADMR  
Cécilia JOUVE, Diététicienne

Dans la vie de chacun, voir sa famille, ses amis, avoir des loisirs, être citoyen, travailler... sont des éléments essentiels. Lorsque l'on est aidant, ces aspects de la vie peuvent faire l'objet de renoncements.

Un atelier cuisine animé par une diététicienne sera l'occasion de préparer des recettes en toute convivialité pour allier santé, plaisir, gourmandise et simplicité.

Nous vous proposerons pour clôturer ces temps d'atelier un moment convivial et de partage autour du repas préparé.

# En cours



## Les Cafés des Aidants®

**Café des Aidants® de Briançon** : les 2<sup>èmes</sup> mardis de chaque mois de 14h à 16h au café *La Vigne*, 7 rue du Champ de Mars.

**Café des Aidants® d'Embrun** : les 3<sup>èmes</sup> vendredis de chaque mois de 14h à 16h au café *Le Boulevard*, Boulevard Pasteur.

**Café des Aidants® de Gap** : les 1<sup>ers</sup> mardis de chaque mois de 14h à 16h au café *Highlander's*, rue Carnot.

**Café des Aidants® de Serres** : les 3<sup>èmes</sup> mardis de chaque mois de 14h à 16h au *Café du commerce*, Place du lac.

**Café des Aidants® de Pont du Fossé** : les 1<sup>ers</sup> jeudis de chaque mois de 15h à 17h au *Pause Détente*, Pont du Fossé à St Jean St Nicolas.



## Les formations des aidants

En partenariat avec l'Association Française des Aidants, la Plateforme propose un programme de formation de 18 heures séquencé en 6 modules de 3 heures chacun. Les deux premiers modules constituent le socle (obligatoire) et sont suivis par les quatre autres modules complémentaires (optionnels). La formation a pour objectif de se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche malade, en situation de handicap ou de dépendance afin de trouver les réponses adaptées à ces situations. L'objectif est aussi de mieux connaître et mobiliser les ressources du territoire. Gratuite, tout aidant intéressé peut s'inscrire.

**Formation des aidants sur Briançon** : Les jeudis 11 et 18 mai, les jeudi 1<sup>er</sup>, 8, 15 et 22 juin 2017 de 13h à 16h à l'espace Epicéa, 5 rue Alphand à Briançon.

**Formation des aidants sur Veynes** : Le mardi 25 avril, les mardis 2, 9, 23 et 30 mai et le mardi 6 juin 2017 de 13h30 à 16h30 à la Salle de la Voûtée de Veynes.

## Accompagnement individuel

Pour rappel, la Plateforme Seltzer des Aidants c'est aussi une permanence téléphonique et un accompagnement individuel. Nous proposons aux proches-aidants des entretiens avec la coordinatrice de la Plateforme dans nos locaux ou à domicile.

## Information publique à Laragne

Après l'information publique qui a eu lieu à l'automne dans le Dévoluay afin de sensibiliser le grand public à la situation des aidants, une après-midi d'information a eu lieu mardi 4 avril 2017 de 14h à 17h à la salle des fêtes de Laragne.



Cette réunion, organisée en partenariat avec le CCAS de Laragne, l'ADMR et l'association « Vivre dans son Pays », a permis de présenter notre offre de Répit à domicile soutenue par le Crédit Agricole Assurance ainsi que les caisses de retraite complémentaire, Kleisia, Malakoff Médéric, Humanis et AG2R la Mondiale.

Ce fut également l'occasion d'échanger avec les professionnels de l'aide et du soin du Laragnais.

Elle écoute, conseille, oriente, soutient... Nous proposons également un soutien psychologique individuel grâce à notre réseau de psychologues et thérapeutes conventionnés sur tout le territoire des Hautes Alpes. Notre action bénéficie de la précieuse collaboration de nos partenaires du territoire.

## Des moments pour soi

Des activités sont proposées sur tout le département : sorties, séances de sophrologie, visite...

Pour plus de renseignements, contacter la Plateforme.

## Répit à domicile

Nous organisons des répits à domicile avec la présence d'auxiliaire de vie à la demi-journée, à la journée ou sur plusieurs jours.

Une participation de 5 € par heure de prestation réalisée est demandée à la famille, plafonnée à 50 € pour 24h.

## Contact

Plateforme Seltzer d'Accompagnement des Aidants  
04 92 25 31 87 / [plateforme-aidants@fondationseltzer.fr](mailto:plateforme-aidants@fondationseltzer.fr)

### Coordinatrices

Laëticia BUCCI (Nord 05) - 06 88 07 49 65  
Inès DEVESTEL (Sud 05) - 06 75 75 76 68

Page Facebook : **Aidants Hautes-Alpes 05** 

Responsable de la publication François BACH, Directeur Général  
Réalisation Service Qualité-Communication Fondation Edith Seltzer

Prochaine lettre en  
juillet 2017