Newsletter n°6 de Centr'aider®

Janvier 2021

BONNE ANNÉE 2021

Toute l'équipe de la Maison des Aînés et des Aidants
Paris Centre - Autonomie Paris Saint-Jacques
vous présente ses meilleurs vœux
pour cette nouvelle année.

---

11 millions de proches aidants

Qui est "proche aidant" ?
Toute personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, à une personne en perte d'autonomie du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap.

CENTR'AIDER

A la une ce trimestre

La maladie de Parkinson

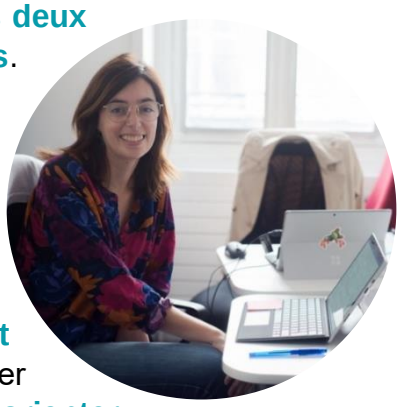
La maladie de Parkinson touche plus de 200 000 personnes en France*. Pour les aidants qui accompagnent un proche atteint de cette maladie, il existe des dispositifs et des conseils adaptés aux problématiques propres à cette pathologie afin de les aider à mieux vivre le quotidien. Pour en savoir plus, nous avons notamment pu échanger avec des professionnels au contact de personnes atteintes de la maladie de Parkinson ainsi que de leurs proches aidants.

Entre autres, nous avons pu échanger avec **Sandrine Labruyère, correspondante territoriale au sein de France Parkinson :**

*« Le conseil majeur que l'on peut donner, c'est de **ne pas rester seul face à la maladie et les questions, les inquiétudes qu'elle génère.***

*Des activités à destination des aidants sont également mises en place : **sophrologie, marche, socio esthétique… Des groupes de parole et une ligne d'écoute existent** sur tout le territoire. Aussi, chaque aidant peut bénéficier de **4 séances individuelles avec un(e) psychologue**. »* Lire l'interview complète

Par ailleurs, **Marion Gastesoleil et Sandra Moireau sont les deux psychologues de notre Maison des Aînés et des Aidants**. Elles accompagnent aussi bien les aînés que leurs aidants. Comme pour les maladies apparentées à celle de Parkinson, nos psychologues notent chez les aidants, **une peur de l'évolution de la maladie**. **Beaucoup d'inquiétude autour des troubles moteurs, des risques de chute, de la dépression ou d'une potentielle entrée en EHPAD.** Les psychologues sont justement présentes pour **écouter et accueillir les préoccupations des aidants.** En plus d'apporter des **conseils et des éclairages** sur la maladie, elles peuvent **orienter les aidants** vers les aides appropriées.



« *J'oriente les proches aidants vers les* ***Plateformes d'Accompagnement et de Répit, Le Lien Psy ou les psychologues libéraux ainsi que vers les Cafés des aidants et groupes de parole de Paris.*** *Également, je leur parle des soutiens spécifiques France Parkinson :* ***A2PA (Aides aux Aidants Parkinson), Entr'aidants Parkinson****. Enfin, il existe aussi des* ***programmes E.T.P*** *(Education Thérapeutique du Patient) afin de mieux connaître la maladie ou des dispositifs de* ***répit à domicile comme Passerelle Assist'aidant®*** *»*

**Circulaire SG/DGOS/R4/DGS/MC3/DGCS/3A/CNSA no 2015-281 du 7 septembre 2015 relative à la mise en œuvre du plan maladies neuro-dégénératives 2014-2019*

Dans la prochaine newsletter retrouvez des informations et interviews à propos des groupes de parole

Focus sur

Passerelle Assist'aidant®

Notre Maison des Aînés et des Aidants met en œuvre le dispositif Passerelle Assist'aidant® à Paris. Porté par une association, ce dispositif, existant à Paris et en Indre-et-Loire, est à destination des aidants. Un suivi et un accompagnement d'un an sont proposés à travers l'intervention de professionnels, au domicile de l'aidant. Deux collaboratrices de notre équipe sont dédiées au projet : Maud Ecorcheville et Marion Gastesoleil.

Martine Aulagnier, Fondatrice et Présidente de l'association avec qui nous travaillons en étroite collaboration, vous présente le dispositif :

« Passerelle Assist'aidant® *c'est aller au domicile de l'aidant,* *évaluer ses besoins, établir un plan d'aide personnalisé et le faire suivre par une équipe pluridisciplinaire pendant une année pour le diriger ensuite vers des solutions auxquelles il ne pensait pas.*

Nous permettons à l'aidant de rester acteur de sa propre vie et de se projeter plus positivement dans l'avenir.

Chaque année nous accompagnons environ 80 proches aidants qui bénéficient d'un soutien moral et psychologique permanent, et de visites à domicile régulières par l'équipe pluridisciplinaire de socio professionnels. »

PASSERELLE ASSIST'AIDANT
Le répit à domicile • Association

Lire l'interview complète

Découvrez Passerelle Assist'aidant® en 2 minutes en images

Bon à savoir

Thématique aidants 2021 - Collectif je t'Aide

Pour la quatrième année consécutive, le **Collectif Je t'Aide a donné la parole aux aidants, en les appelant à voter pour le thème de la mobilisation 2021.**

Trois thèmes étaient proposés, par questionnaire :

- La (ré)conciliation vie professionnelle et aidance
- La rupture sociale/ l'isolement chez les aidants
- Le labyrinthe administratif

Le thème ayant reçu le plus de votes, et donc retenu comme thème de l'année 2021, est celui de « La rupture sociale/ l'isolement chez les aidants ».

Lutter contre l'isolement avec le dispositif LIENS

Notre Maison des Aînés et des Aidants est attentive à **l'isolement des aînés et de leurs aidants.** Notre dispositif **LIENS (Lutter contre l'Isolement ENSemble)** s'étend sur les 6 premiers arrondissements de Paris et **a pour mission de lutter contre l'isolement des 60 ans et plus, grâce à des acteurs de proximité spécialisés.** A travers cet accompagnement proposé à nos aînés, leurs proches aidants bénéficient d'un relai et d'une ouverture vers l'extérieur, s'ils sont eux-mêmes isolés : associations/sorties/activités, rencontrer du monde, changer du cadre d'aidants. **Cela apporte donc un soutien, un répit à l'aidant** qui peut prendre du temps pour lui lorsque leur proche est en compagnie d'un bénévole. Savoir que le proche s'ouvre vers l'extérieur, s'anime et accepte d'autres contacts et échanges est rassurant pour l'aidant.

Sandra Moireau, en charge du projet LIENS avec Frédérique Bach, une autre professionnelle de l'équipe, vous le présente en vidéo

En savoir plus

Faits marquants de 2020

L'indemnisation du congé de proche aidant fut une avancée majeure lors de 2020. **Ce congé** permet à un salarié de **suspendre ou de diminuer son activité professionnelle afin d'accompagner un proche en situation de handicap** (avec une incapacité permanente d'au moins 80%) **ou un proche âgé et en perte d'autonomie** (GIR 1, 2 ou 3). **Ce congé peut être indemnisé par l'allocation journalière du proche aidant (AJPA)**, qui permet de compenser une partie de la perte de salaire. Le salarié doit formuler la demande de prestation auprès de la Caisse d'Allocation Familiale.

Quelques chiffres clés de 2020*

48%, c'est le nombre de personnes interrogées qui ont **entendu parler du thème « aidants »** (+7% par rapport à 2019).

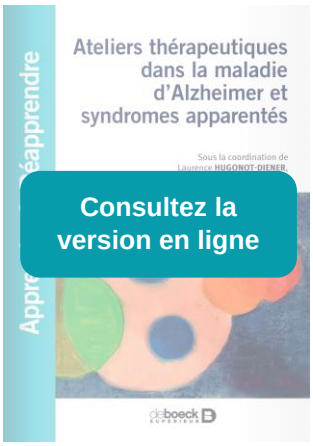
Pour **35%** des aidants interrogés, la principale difficulté est **le manque de temps.**

Pour **56%** des aidants interrogés, une **meilleure coordination** entre tous les acteurs serait très utile.

**Baromètre des aidants institut BVA et Fondation April – 6ème vague juillet 2020*

L'année 2020 fut marquée par la COVID-19. La situation sanitaire a eu un impact dans beaucoup de domaines, y compris sur le **bien-être des aidants.** Après le premier confinement, notre Maison des Aînés et des Aidants a **interrogé les aidants que nous accompagnons afin de tirer ensemble des enseignements quant à cette situation exceptionnelle.**

Lors de l'année 2020, pour **présenter notre Maison des Aînés et des Aidants, nous avons réalisé une courte vidéo.** Pensez à la visionner !



La Maison des Aînés et des Aidants Paris Centre est fière d'avoir participé en 2020 à la conception de l'ouvrage collectif **"Ateliers thérapeutiques dans la maladie d'Alzheimer et syndromes apparentés". Il rassemble de nombreuses propositions non médicamenteuses** (ateliers cognitifs, créatifs, sensoriels, émotionnels, etc.) pouvant être utilisées avec les patients atteints d'une maladie neuro-dégénérative, **afin d'améliorer leurs quotidien et qualité de vie, ainsi que ceux de leur entourage.**

Notre Café des Aidants, qui a habituellement lieu au café « Les Editeurs » à Odéon, **s'est adapté lors des périodes de confinement afin de proposer le rendez-vous en visioconférence.** Ainsi, quelle que soit l'évolution de la situation sanitaire, les aidants peuvent continuer à y participer.

Retrouvez toutes nos newsletters de 2020 et plus encore !

Pour aller plus loin

On vous donne la parole !

Notre site internet est régulièrement mis à jour ! Ce site est aussi le vôtre ! Alors n'hésitez pas à nous rapporter les informations que vous souhaiteriez y retrouver concernant les aidants.

Nous contacter

Guide et cartographie

Ce guide est évolutif, n'hésitez pas à le télécharger régulièrement

Bientôt une nouvelle version

Télécharger le guide

Cette carte est évolutive, n'hésitez pas à la consulter régulièrement

Consulter la cartographie

Ce guide et cette cartographie sont réalisés en collaboration avec les structures référencées.
Pour toutes remarques, questions ou demandes de mise à jour, n'hésitez pas à nous contacter.

CENTR'AIDER

Copyright © 2021 Autonomie Paris Saint-Jacques - Maison des Aînés et des Aidants Paris Centre, tout droit réservé.

Pour toute suggestion ou question, ou toute demande de désinscription, adressez un mail à centraider@m2a.paris