

Le Café des Aidants, un dispositif local de soutien pour les aidants

*Il existe désormais un
Café des Aidants de BRIGNOLES*

En partenariat avec l'Association Française des Aidants

www.aidants.fr



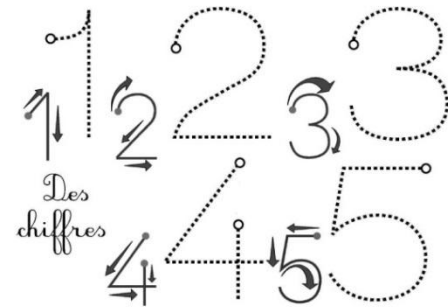
Définition de l'aidant d'après la COFACE :

« la personne non professionnelle qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes, notamment : nursing, soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, coordination, vigilance permanente, soutien psychologique, communication, activités domestiques, ... »



Les aidants qui sont-ils ?

- 8,3 millions d'aidants
- Age moyen : 58 ans
- 74% sont des femmes
- 82% sont des membres de la famille
- 18% sont des amis des voisins



Un besoin des aidants : continuer à mener sa vie « ordinaire »

Travailler

Voir sa famille, ses amis

Penser à soi



Disposer de temps libre

Des réponses circonstanciées à apporter

**Des solutions
de répit**

L'information

La formation

Le soutien



La démarche pour porter un Café des Aidants

- **Adhésion à l'Association Française des AIDANTS**
 - Le partage d'une vision sur la question des aidants
 - Un appui de l'Association Française des AIDANTS
(Une aide à l'ingénierie de projet, formations, mise à disposition d'outils)
- Appartenir au réseau national des Cafés des Aidants
- Agir localement pour accompagner les aidants
- Travailler en complémentarité avec les acteurs locaux
- Construire de nouveaux partenariats

Qu'est ce qu'un Café des Aidants ?

- Un label associatif
- Un espace d'information, de rencontres et d'échanges
- Dans un lieu convivial, ouvert sur la cité

Les grands principes méthodologiques des Cafés des Aidants

- Pour tous les aidants non professionnels, quelque soit l'âge et la pathologie de la personne accompagnée.
- Co-animée par un psychologue et un travailleur social.
- Un thème précis est fixé pour chaque réunion dans le cadre d'un « programme ».
- Une fois par mois
- D'une durée moyenne d'1h30

Qui sont les habituels porteurs de projets et partenaires ?

- Les associations agissant dans les champs du handicap, de la vieillesse ou de la santé
- Les Conseils généraux
- Les MDPH
- Les CCAS
- Les services d'aide et de soins à domicile
- Les établissements d'accueil
- Les CLIC
- Les réseaux de santé
- Les caisses de retraite

Les objectifs du Café des Aidants

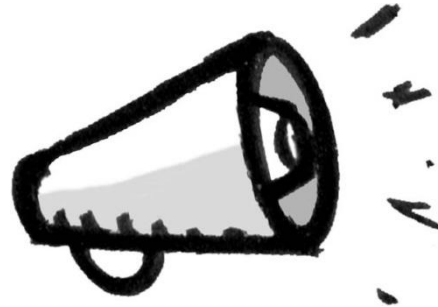
- Prendre du temps pour soi et passer un moment convivial
- Se sentir moins seul et échanger avec des personnes qui vivent des situations similaires au quotidien
- Recueillir des informations sur les dispositifs existants
- Prendre conscience de la nature de son engagement auprès de son proche
- Construire des projets pour soi et avec son proche

Le programme du Café des Aidants

Café Jeannette, Place Carami, Brignoles

de 9 h 30 à 11 h

- **Vendredi 29 Janvier** Moi aussi, j'aimerais que l'on me demande « Comment ça va ? ».
- **Vendredi 26 Février** Comment la relation d'aide change les sentiments ?
- **Vendredi 25 Mars** Comment comprendre l'agressivité de l'Aidé ?
- **Vendredi 22 Avril** Comment m'appuyer sur des professionnels tout en gardant ma place ?
- **Vendredi 27 Mai** Nos amis nous ont dit que nous les avons oubliés mais ils nous manquent...
- **Vendredi 24 Juin** Comment prendre soin de moi ?
- **Vendredi 23 Septembre** Aider, y-a-t-il du positif ?
- **Vendredi 28 Octobre** Où puis-je trouver les informations médico-sociales ?



*A vous maintenant de relayer
l'ouverture du
Café des Aidants
de **BRIGNOLES***

Contact local

MAISON DES INITIATIVES SOCIALES

Rue des Déportés – Brignoles

04 94 69 42 24

contact@mis-brignoles.com