

## PROCHES AIDANTS, SENIORS, HANDICAP – ACCOMPAGNEMENT ET SOUTIEN DES PROCHES AIDANTS

Associations pour les proches aidants, pôles d'autonomie territoriaux, plateformes d'accompagnement et de répit... De nombreux dispositifs existent pour soutenir et accompagner à leur tour les proches aidants.

Les aidants sont présents quotidiennement pour accompagner un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap. Un soutien matériel et administratif souvent chronophage ainsi qu'une aide morale qui peuvent conduire à l'épuisement. Pour les accompagner, le Département de Seine-et-Marne propose des structures qui les soutiennent.

### Les plateformes d'accompagnement et de répit

#### Des services diversifiés

Initialement créées pour aider les proches accompagnant au quotidien une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer, elles ont étendu leur soutien à l'ensemble des proches accompagnant une personne âgée en perte d'autonomie, quelle que soit sa maladie.

Les plateformes d'accompagnement et de répit apportent un soutien chaleureux et précieux aux proches aidants s'occupant d'un proche en perte d'autonomie ou atteint de maladies.

D'une manière générale, elles apportent :

- de **l'information** pour aider les proches à faire face à la prise en charge d'une personne souffrant d'une maladie entraînant une perte d'autonomie. L'objectif est de mieux comprendre l'impact physique, psychologique, individuel ou familial ;
- un **soutien** aux proches aidants qui peut être **individuel** (soutien psychologique, conseils...) ou **en groupe** pour partager les expériences, se soutenir, rompre l'isolement, renforcer voire renouer des liens entre familles confrontées à la même situation, par exemple via des groupes de paroles ;
- des **solutions de répit** pour donner du temps libre au proche, lui permettant de s'adonner à ses occupations, de prendre soin de sa santé et de se reposer (droit au répit, loisirs...).

Ces plateformes permettent souvent de prévenir les risques d'épuisement et de diminuer l'anxiété et le stress des proches aidants.

Les plateformes d'accompagnement et de répit de Seine-et-Marne peuvent organiser :

- des sessions de formation à destination des proches aidants,
- des temps de répit sous la forme d'interventions d'aide à domicile,
- la recherche d'une structure médico-sociale : un accueil de jour, un hébergement temporaire, etc.,
- des sorties culturelles ou conviviales,
- des groupes d'échanges entre aidants.

**À noter** : l'accès aux conseils et à l'information dispensés par les professionnels de la plateforme est gratuit.

## Les plateformes de répit en Seine-et-Marne

### Le répit Avonais

Informations pratiques :

- 44, avenue de Valvins, Immeuble Odéon 44, 77210 Avon
- contact par téléphone au 01 60 57 01 60
- [plateforme-jardins-avon@ehpad-sedna.fr](mailto:plateforme-jardins-avon@ehpad-sedna.fr)

### L'établissement public gérontologique (EPG) de Tournan

Informations pratiques :

- 99, rue de Paris, 77220 Tournan en Brie
- contact par téléphone au 01 64 42 18 08 ou 01 64 42 18 14
- [plateforme@epgtournan.fr](mailto:plateforme@epgtournan.fr)

### Le Nid des aidant

Informations pratiques :

- spécialisée dans les maladies dégénératives
- 20 bis, boulevard du 8 mai 1945, 77260 La Ferté-sous-Jouarre
- contact par téléphone au 06 46 32 91 92 ou par mail à [cette adresse](#)
- plus d'informations sur le site [leniddesaidants.fr \(https://seine-et-marne.leniddesaidants.fr/\)](https://seine-et-marne.leniddesaidants.fr/)

## Les associations pour les proches aidants

Indépendamment des associations spécialisées par pathologie, il existe des associations ou fédérations destinées aux proches aidants.

Ces associations participent à la diffusion des informations utiles. Elles proposent des formations pour les proches aidants (notamment sur la compréhension de la maladie ou du handicap et sur la façon de communiquer avec son proche). Elles permettent la rencontre entre proches aidants pour partager leur quotidien et apporter d

u soutien.

Ces associations représentent également les proches aidants auprès des pouvoirs publics et défendent leurs intérêts collectifs.

## Les associations seine-et-marnaises

**L'association française des AIDANTS** de personnes malades, dépendantes ou handicapées a pour objectifs d'accompagner tous les proches aidants sans distinction, de promouvoir une vision du rôle et de la place de l'aidant dans sa double mission et de contribuer à faire émerger la dimension sociétale de la thématique des aidants. Elle propose des actions d'animation par des professionnels formés par ses soins pour trouver des réponses et des clés aux questions, du soutien par les cafés des aidants, des formations et des ateliers santé.

**L'association Collectif je t'aide** organise chaque 6 octobre la mobilisation « Journée nationale des aidants ». Elle donne accès à un « [kit des aidants](https://associationjetaide.org/2021/08/10/kit-des-aidant-e-s-v2/) », conçu pour faciliter le quotidien des aidants.

**L'association La maison des aidants** propose du coaching, des formations, une ligne d'écoute, des conseils, etc. Son service Allo Aidants est accessible au 0967631327, du lundi au vendredi, de 9h à 16h. Elle met aussi à disposition sur son site internet une [boîte à outils](http://www.lamaisondesaidants.com/boite-a-outils-3/) pour les proches aidants.

**L'association Avec nos proches** propose une ligne d'écoute, de partage et d'information. Ce service est accessible au 0184729472, tous les jours, de 8h à 22h. Elle permet d'accéder à des ressources pour s'informer sur son site internet.

**L'association La compagnie des aidants** propose des informations, des formations, des services et des solutions. Sur son site Internet, une rubrique « Guide de l'aidant » ouvre l'accès à des fiches pratiques.

**L'association Aidant attitude** propose un fonds de dotation à but non lucratif qui vise l'information et la prévention pour tout aidant proche ou professionnel.

**Le collectif inter-associatif d'aide aux aidants familiaux** a pour vocation de faire reconnaître par la société le rôle et la place de tous les proches aidants et de défendre leurs intérêts.

**L'association nationale Jeunes aidants ensemble** s'est donnée pour objectif de « rendre visible la situation des jeunes aidants mineurs et jeunes adultes aidants qui accompagnent quotidiennement un proche malade et/ou une situation de handicap ».

- > [L'association française des Aidants \(https://www.aidants.fr/\)](https://www.aidants.fr/)
- > [L'association La compagnie des aidants \(https://lacompaniedesaidants.org/\)](https://lacompaniedesaidants.org/)
- > [L'association Avec nos proches \(https://www.avecnosproches.com/\)](https://www.avecnosproches.com/)
- > [Le portail national d'information pour les personnes âgées et leurs proches \(https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/\)](https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/)
- > [L'association Jeunes aidants \(https://jeunes-aidants.com/\)](https://jeunes-aidants.com/)
- > [Le collectif inter-associatif des aidants familiaux \(https://www.ciaaf.fr/\)](https://www.ciaaf.fr/)
- > [L'association Aidant attitude \(https://aidantattitude.fr/\)](https://aidantattitude.fr/)



**Les formations destinées aux proches aidants peuvent concerner différents domaines : les gestes de premiers secours, les gestes du quotidien, l'accompagnement psychologique, la psychomotricité, les soins corporels, etc.**

## Les structures de proximité

Partout en Seine-et-Marne, il existe différents lieux qui assurent un accueil de proximité. Des professionnels accueillent et écoutent les proches aidants et analysent leurs besoins pour y apporter des réponses et/ou les orienter.

## Les pôles autonomie territoriaux

[Les pôles d'autonomie territoriaux \(PAT\) \(https://www.seine-et-marne.fr/fr/points-autonomie-territoriaux\)](https://www.seine-et-marne.fr/fr/points-autonomie-territoriaux) gérés par le Département de Seine-et-Marne représentent également des lieux d'information, d'accompagnement et d'orientation pour les proches aidants des personnes dépendantes.

Les PAT proposent diverses actions pour soutenir les aidants : ateliers bien-être, conférences, cafés des aidants. Ces lieux sont autant de temps d'échanges et d'espaces d'information pour les aidants. Ils sont généralement animés par un psychologue. À chaque rencontre, mensuelle par exemple, une thématique est proposée pour amorcer des partages autour du vécu de l'aidant. L'objectif étant de proposer un cocon pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial.

## Les services seniors, ainés, personnes handicapées et aidants

Les Services seniors, âgés, personnes handicapées et aidants (SAPHA) accompagnent les personnes âgées, les personnes en situation de handicap, leurs familles et les aidants.

Leur vocation :

- favoriser l'accès aux soins,
- améliorer l'information sur les dispositifs d'aide,
- soutenir les aidants dans leurs actions d'accompagnement,
- favoriser la coordination et le travail en réseau entre professionnels.

Ces services sont proposés dans chaque [Maison départementale des solidarités](#).

## Le Centre communal d'action sociale (CCAS)

Au sein d'une commune, Le centre communal d'action sociale (CCAS) est l'établissement de référence pour l'aide de personnes les plus fragiles. Le CCAS peut aider à effectuer des démarches, orienter et instruire les demandes d'admission à l'aide sociale.

## La Maison départementale des personnes handicapées (MDPH)

Lieu d'accueil, d'information, d'accompagnement et de conseil des personnes handicapées, [la Maison départementale des personnes handicapées](#) s'adresse aussi aux proches. Située à Savigny-le-Temple, la [MDPH 77 \(https://www.mdp77.fr/fr\)](https://www.mdp77.fr/fr) accompagne pour les démarches liées aux diverses situations de handicap.



Créé le: 24/08/2020

- Mis à jour le : 12/08/2020