



Réunion publique du Conseil de Quartier Faubourg Montmartre

Mercredi 7 octobre 2015 à 19h

Gymnase Trévisse, 14 rue de Trévisse

Etaient présents : André Cattan, Thierry Durand, Daniel Isidor, Jacqueline Lelièvre, Sarah Tsouri, Guillaume Turpin, Sylvie Leydet (élue référente du quartier).

Invités : Docteur Dejardin, gériatre et Madame Alberti, Lions Alzheimer.

Le mot de bienvenue est adressé par Sylvie Ledyet, Conseillère d'arrondissement, déléguée à l'habitat et à l'accession à la propriété et présidente du Conseil de Quartier Faubourg Montmartre.

1) L'enjeu de santé et du bien-être des aidants

Voir la présentation du Dr Dejardin, gériatre, en annexe.

2) Présentation de l'association Lions Alzheimer

Par Madame Geneviève Alberti, déléguée de Lions Alzheimer.

Créée par les clubs Lions, l'association fête cette année ses vingt ans.

OBJECTIFS

- Favoriser la création des centres d'accueil de jour (C.A.J.)
- Assurer le maintien à domicile du malade, le plus longtemps possible
- Soulager l'entourage du malade, en grande majorité des conjointes habitant avec le malade, âgées de 50 à 70 ans ou des enfants

ACTIONS

- **Création de Centres d'Accueil de Jour (C.A.J.)**

200 C.A.J. ont été en partie financés et assurent la tenue de 400 à 450 000 journées par an.

Les C.A.J. accueillent des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer pour soulager la famille, resocialiser le malade et retarder le placement en institution.

Parmi les activités proposées :

- Jardins sensoriels à but thérapeutique
- Cuisines thérapeutiques

Des aides à l'équipement des structures ont été accordées, par exemple, pour l'achat de véhicules.

- **Programme « ENTRAIDE »**

Ce programme forme les aidants dans les C.A.J.

Il permet de :

- mieux comprendre la maladie ;
- gérer son stress ;
- appréhender les troubles de la mémoire ;
- maintenir les activités de la vie quotidienne ;
- gérer les troubles psychologiques et comportementaux ;
- rechercher du soutien et se préserver.

Il a été réalisé par l'Institut de la Mémoire et de la maladie d'Alzheimer implanté à l'hôpital de la Salpêtrière.

Ce programme gratuit est dispensé dans les C.A.J. le souhaitant.

- **Séjour de répit « SE.RE.LA. »**

Ce séjour a pour but de permettre aux malades et aux aidants de partir en vacances, en évitant les ruptures.

Sur le lieu de vacances sont associées une structure médico-sociale et une structure de tourisme social et familial.

L'aidant et l'aidé vont pouvoir :

- être en vacances ;
- pratiquer des activités ne pouvant être faites au cours de l'année ;
- avoir du temps pour l'aidant ;
- avoir une continuité de la prise en charge médicale dans un lieu sécurisé avec le soutien d'une équipe qualifiée.

Le séjour du couple aidant-malade est pris en charge par l'association.

Ce programme est mis en œuvre pour la première fois cette année du 11 au 18 septembre à Fondettes, près de Tours.

- **Cafés « Lions Alzheimer »**

Ces lieux conviviaux dans un café sont plus particulièrement destinés aux aidants. Ces derniers, stressés et épuisés par le malade s'isolent, culpabilisent et dépriment. Dans les cafés, tout en prenant une boisson et des pâtisseries, ils sont pris en charge, aidés, réconfortés et informés par des professionnels bénévoles : médecins, orthophonistes, psychologues, notaires. Ils peuvent parler de leur malade et partager avec les autres aidants en toute convivialité et simplicité.

Les réunions sont organisées tous les mois environ en présence de 8 à 12 aidants et 2 à 3 Lions pour l'accueil et l'organisation.

FINANCEMENT

- Manifestations
- Dons
- Gratuité pour les aidants

3) Echanges avec la salle

Guillaume Turpin : quel est le degré d'intervention que l'aidant doit apporter à l'aidé ?

Docteur Dejardin : Il faut être vigilant quant à l'aide apportée. Pour les tâches matérielles, il n'y a pas de problème particulier mais lorsque l'aidant essaie de faire de la stimulation cognitive, il risque de mettre l'aidant en difficulté. Par exemple s'il achète des jeux auquel le malade n'est plus capable de jouer. Il est important de trouver immédiatement une aide extérieure et se cantonner à des tâches peu compliquées.

André Cattan : qu'est-ce qu'un JADE ?

Docteur Dejardin : JADE signifie Jeune AiDant Ensemble. Il s'agit d'une initiative qui vient en aide aux jeunes adultes qui s'occupent quotidiennement de proches en difficulté. Il y a une vraie recherche à mener pour aider ces jeunes.

André Cattan : quid des personnes atteintes de sclérose en plaque ?

Docteur Dejardin : Il existe un livre blanc de la sclérose en plaque. Le taux de licenciement des personnes atteintes est très élevé. Beaucoup ne déclarent pas leur maladie au travail. Il y a un travail d'information à faire dans les entreprises.

Il existe des associations qui proposent une aide ménagère ou de garde d'enfants.

André Cattan : Les séjours pour aidants et aidés sont bénéfiques. Ils sont adaptés pour que les uns puissent profiter de loisirs pendant que les autres peuvent être soignés. La balnéothérapie fonctionne bien pour certaines maladies. Mais généralement les médecins sont mal informés de ces possibilités.

Jacqueline Lelièvre : Comment faire pour convaincre la personne malade de changer quelques habitudes, comme par exemple l'agencement de son lieu de vie. Les personnes âgées deviennent

parfois très exigeantes et n'acceptent aucun changement, ni même qu'une autre personne s'occupe d'elles.

Geneviève Alberti : Dans les relations parents-enfants, il vaut mieux en effet faire appel à une personne extérieure.

Daniel Isidor : Peut-on retarder la maladie d'Alzheimer ?

Docteur Dejardin : Il existe des médicaments pour retarder de deux ou trois ans l'avancée de la maladie. Des études sont en cours sur des vaccins permettant de développer des anticorps qui bloqueraient l'évolution de la maladie. Dans le futur, il sera possible de détecter la maladie non encore déclarée, permettant un traitement précoce et préventif pour empêcher la maladie de s'avérer. En attendant, il est important de sortir, se divertir, rire...

Sylvie Leydet : La maladie d'Alzheimer peut se développer très jeune, avant 50 ans. Existe-t-il des structures particulières pour ces personnes ?

Docteur Dejardin : Il n'existe malheureusement pas de structure spécifique pour les 40-50 ans.

L'information est mal diffusée. Il faudrait un numéro d'appel unique.

Geneviève Alberti : Il y a très peu d'accueil de jour à Paris car le foncier est trop cher.

Un habitant nous informe qu'il tient avec sa femme un centre de jour offrant des soins corporels et de beauté ainsi qu'un accompagnement des personnes âgées en fin de vie en leur rendant visite une fois par semaine. Ce centre se situe rue du Pont-aux-choux dans le 3^e arrondissement.

Annexe : Présentation par le Docteur Dejardin de « l'enjeu de santé et du bien-être des aidants ».



malakoff médéric

L'ENJEU DE SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE DES AIDANTS



Docteur Philippe Dejardin

Directeur adjoint Action sociale Malakoff Médéric
En charge du pôle prévention

1.

QUELQUES CHIFFRES

LES AIDANTS FAMILIAUX

UNE RÉALITÉ SOCIÉTALE

**8,3 MILLIONS DE
FRANÇAIS SONT
AIDANTS**

**POUR 24 %, PLUS DE 20H PAR
SEMAINE**

**164 MILLIARD
D'EUROS**

**30 % DES AIDANTS
VONT DÉCÉDER
AVANT LEUR
PROCHE**

LES AIDANTS FAMILIAUX

UNE RÉALITÉ ÉCONOMIQUE

**47 % DES AIDANTS
FAMILIAUX ONT UNE
ACTIVITÉ
PROFESSIONNELLE**

**16 % DES SALAIRES
ACCOMPAGNENT UN
PROCHE
DÉPENDANT**

**24 % DES ARRÊTS
DE TRAVAIL DE
COURTE DURÉE NON
PRÉVUS**

**UN TAUX
D'ABSENCES NON
PRÉVUES
SUPÉRIEUR DE 40 %**

Et les jeunes...

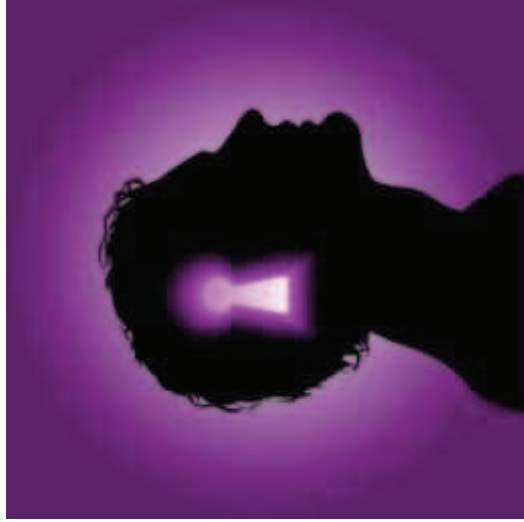
2.

AIDER, UN PROCESSUS NATUREL

- **Je n'aide pas, j'accompagne**
- **On ne s'en rend pas compte**
- **Le processus est insidieux**
- **Chaque jour un peu plus**
- **Jusqu'à ce que la souffrance apparaisse...**

- **Le lien aidant- aidé s'invente au jour le jour**
- **On trouve des astuces, on invente des recettes qui, parfois le lendemain devront être repensées...**
- **Le rapport change : la fille devient la mère, les personnes se retrouvent dans des relations différentes, parfois plus riches qu'elles n'étaient auparavant**

LA DIFFICULTÉ DES PATHOLOGIES NON PALPABLES



LE SENS DE L'AIDE

- Résumer l'accompagnement de l'aidant à son épuisement est réducteur
- On parle d'aidant, mais il s'agit le plus souvent d'une femme...

J'ACCOMPAGNE

- Par affection
- Pour faire plaisir : « que souhaite l'autre »
- Sentiment de réciprocité : « je donne et je reçois »
- Pour 70%, aider un proche fait aussi que la personne « se sent bien »

3.

LA SANTÉ DES AIDANTS UN CAPITAL FRAGILE

UN ENGAGEMENT QUI IMPACTE LA SANTÉ

QUELQUES CHIFFRES

62 % des aidants familiaux prennent plus soin de la santé de la personne aidée que de leur propre santé

1 aidant sur 2 se dit épuisé moralement et physiquement

(Etude Ifop pour Malakoff Médéric – Mars 2014)

UN ENGAGEMENT QUI IMPACTE LA SANTÉ

QUELQUES CHIFFRES

20 % d'entre eux connaissent des problèmes médicaux

26 % avouent consommer des médicaments

(source : France Alzheimer)

L'ÉPUISEMENT

Des symptômes....

Fatigue physique

Troubles psychologiques

Insomnies

...et des négligences, faute de temps

Report ou oubli des consultations

Espacement des suivis

Erreurs médicamenteuses

4.

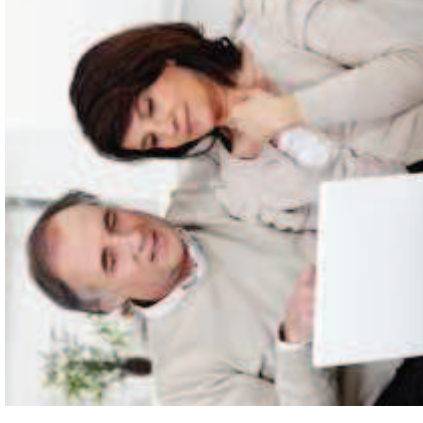
QUELLES SOLUTIONS ?

DES SOLUTIONS CONCRÈTES

- Sensibiliser ce public fragilisé
- **Inform**er
- **Partager**
- **Ecouter accompagner et orienter**
- **Déculpabiliser et prendre soin de soi**

S'INFORMER SUR LES AIDES, DROITS ET DÉMARCHES

- **CCAS, CLIC, services sociaux des caisses de retraite**
- **Les services d'aide à domicile**
- **Allocation Personnalisée d'autonomie, aides des caisses de retraite**
- **Protections juridiques**
- **...**



ADAPTER, SÉCURISER LE DOMICILE

- **Evaluer (ergothérapeute)**
- **Trouver des financements**
- **Nouvelles technologies**



STRUCTURES D'ACCUEIL

SAVOIR ANTICIPER

- Les structures de répit
- Accueil de jour
- Hébergement temporaire
- Séjours de vacances

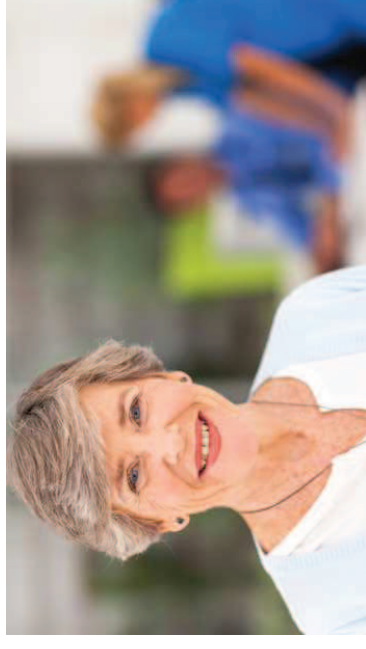
Ne pas oublier que ce répit doit être le moment, aussi de faire le point sur le plan d'aide et son aménagement

- Infos et conseils sur les établissements



POUR L'AIDANT

- **Poursuite du suivi médical**
- **Soutien psychologique**
- **Formations spécifiques pour comprendre la maladie et l'accompagner**
- **Groupes de paroles**
- **Associations**
- **Oser le temps libre, en se faisant aider**



ET NE PAS OUBLIER

- **L'IMPORTANCE D'UN DIAGNOSTIC PRÉCOCE, LORSQU'IL S'AGIT DE TROUBLES COGNITIFS**
- **LES AIDÈS NON MÉDICALES ONT PROUVÉ LEUR EFFICACITÉ**
 - Permettant aux proches de mieux accompagner
 - Et retardant l'apparition des troubles du comportement

POUR EN SAVOIR PLUS

MALAKOFFMÉDÉRIC.COM BOUTIQUE EN LIGNE ACCÈS CLIENT ENTREPRISES ACCÈS CLIENT PARTICULIERS

 **malakoff médéric**

PARTICULIERS | ENTREPRISES | LE GROUPE

PRÉSENTS POUR VOTRE AVENIR

SANTÉ | PRÉVOYANCE | RETRAITE | QUESTIONS / RÉPONSES

Rechercher OK

CONTACTEZ-NOUS

J'accède à mon espace client **TOUTm**

Accueil > Particuliers > Santé > Nos services > Le site des aidants

Offres particuliers

Nos services

Devis conseil express
Réseau Kalivia Audio
Réseau Kalivia Optique
Centres de Santé
Service Client
Découvrir TOUTM
Carte tiers payant
Ligne Santé Info Droits
Action sociale
ComparHospit
ComparEhpad
Centres POINT VISION
Le site des aidants

Nos outils et applications

Le site des aidants Nouveau

Vous aidez un proche en situation de dépendance ? Retrouvez notre site d'informations et de conseils personnalisés pour vous aider à faire face à la perte d'autonomie d'un parent.



- Des fiches d'informations pratiques,
- Un service de géolocalisation pour trouver des solutions de proximité
- Un espace participatif pour échanger des « idées d'aidants »
- Une maison virtuelle pour adapter au mieux le domicile de votre proche.

Un site pour prendre soin des aidants familiaux

Pour apporter des réponses concrètes et personnalisées aux besoins des aidants familiaux, Malakoff Médéric lance un site d'information et de conseil gratuits : lesitedesaidants.fr. Consultable sur ordinateur, tablette et mobile, ce site

CONCLUSION

Prendre soin de soi...
c'est prendre soin de
l'autre !

