

Septembre –Décembre 2023



Une étude intéressante pour amorcer la rentrée !

Les proches aidants de personnes vivant à domicile : une population hétérogène

Une étude récente de la Drees* a révélé des groupes hétérogènes vis à vis de la charge ressentie par les aidants en fonction du lien avec l'aidé, du besoin d'aide et de l'implication de ce dernier.

Trois grandes catégories de proches aidants selon la charge d'aide qu'ils assument :

- ***Pour ¼ des aidants les plus impactés (conjoints, parents, enfants) :*** La personne aidée a de nombreuses limitations et le proche aidant est l'aidant principal.
- ***Pour ¼ des aidants moyennement impactés : conjoints et parents de personnes ayant peu de limitations mais seuls pour les aider :*** Les personnes aidées sont principalement âgées de 20 à moins de 60 ans.
- ***50 % des aidants les moins impactés apportant une aide moins importante : des enfants, des frères et sœurs (aidant unique majoritairement) ou des aidants plus éloignés du cercle familial de la personne aidée***

[Les proches aidants : typologie d'une population hétérogène | Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques \(solidarites-sante.gouv.fr\)](#)

*DRESS : Direction de la recherche, des études de l'évaluation et des statistiques.

A votre tour, faites le test !

QUIZZ : Quels impacts dans la vie quotidienne des aidants ?

- ◆ *Avez-vous le sentiment de ne pas avoir assez de temps pour vous?*
- ◆ *Avez-vous l'impression qu'aider vous amène à faire des sacrifices dans votre vie?*
- ◆ *Avez-vous le sentiment d'être seule à répondre aux besoins de la personne aidée?*
- ◆ *Avez-vous l'impression que l' aide prodiguée affecte votre santé?*
- ◆ *Avez-vous le sentiment de ne pas avoir assez de temps pour les autres membres de votre famille?*
- ◆ *Avez-vous l'impression que l'aide prodiguée crée une charge financière pour vous ?*
- ◆ *Votre activité d'aide a-t-elle fait que vos relations avec votre conjoint, vos enfants ou les autres membres de votre famille sont devenues parfois tendues?*
- ◆ *Votre activité d'aide aux côtés de la personne aidée a -t- elle fait que vos relations avec elle sont devenues tendues?*
- ◆ *La personne aidée vous témoigne -t- elle de la reconnaissance pour l' aide que vous lui apportez?*



« Le mensonge est une affaire de famille »

Etre envoyé en maison de retraite sans son consentement. C'est que vit Alexis, 65 ans, aveugle, dans le film "Le mensonge est une affaire de famille". Ce film, à voir sur Handicap.live, interroge le rôle de l'aidant dans toute sa complexité.

Par Clotilde Costil / Handicap.fr

Lien: <https://www.handicap.live/video/le-mensonge-est-une-affaire-de-famille-421/>

AGENDA DU TERRITOIRE

VILLE DE WASSELONNE

LA BABELSTUB, GROUPE DE DISCUSSION POUR LES PROCHES AIDANTS

À Wasselonne – Salle prévôtale, Cour du château

- **Vendredi 8 septembre, de 14h à 16h30** : Être aidant est-ce une histoire de famille ?
- **Vendredi 13 octobre, de 14h à 16h30** : Comment continuer à communiquer lorsque la dépendance s'installe ?
- **Vendredi 10 novembre, de 14h à 16h30** : Aider oui, mais sans s'oublier
- **Vendredi 8 décembre, de 14h à 16h30** : Promenade des aidants

Information et inscription auprès de Rachel Granger, coordinatrice seniors à la Mairie de Wasselonne, au 03 88 59 12 12 ou par mail : seniors@wasselonne.net

ART-THÉRAPIE

Séances d'art-thérapie pour les aidants, avec Mme Anne-Laure Schitter, art-thérapeute

Les vendredis 22 Septembre, 20 Octobre, 17 Novembre et 15 Décembre, de 14h30 à 16h

À Wasselonne - Salle P. Huy, Bâtiment prévôtal, Cour du Château

Information et inscription auprès de Rachel Granger, coordinatrice seniors, Mairie de Wasselonne, au 03 88 59 12 12 ou par mail : seniors@wasselonne.net

LE DIAMANTIC

Le Diamantic est un appartement témoin mobile, équipé de mobiliers et d'aides techniques pour le maintien à domicile et mieux vivre son logement. Des professionnels de la CEA seront également présents pour vous orienter vers les aides disponibles pour soulager votre quotidien d'aidant.

Le lundi 11 Septembre 2023 de 8h30 à 12h

À Wasselonne - **Place du Marché** sur le parking de la fontaine

VILLE DE HOCHFELDEN

LA BABELSTUB, GROUPE DE DISCUSSION POUR LES PROCHES AIDANTS

À Hochfelden – Foyer, 4 rue de l'Abbé Weissrock

A partir du mois de septembre, un groupe de discussion pour les proches aidants voit le jour à Hochfelden. Animé par Catherine Grabherr, psychologue, les rencontres auront lieu une fois par mois, à partir d'un thème introduisant les échanges. Information et inscription à la Mairie de Hochfelden, au 03 88 89 07 89, ou par mail accueil@hochfelden.fr

AGENDA DU TERRITOIRE

VILLE DE SAVERNE

LA BABELSTUB, GROUPE DE DISCUSSION POUR LES PROCHES AIDANTS

À Saverne – Bibliothèque Municipale, 12 rue des églises

- **Mardi 5 septembre**, de 14h à 16h : Être aidant est-ce une histoire de famille ?
- **Mardi 3 octobre**, de 14h à 16h : Comment continuer à communiquer lorsque la dépendance s'installe ?
- **Mardi 7 novembre**, de 14h à 16h : Aider oui, mais sans s'oublier
- **Mardi 5 décembre**, de 14h à 16h : Promenade des aidants

Information et inscription auprès de Florian Anstotz, coordinateur seniors, au CCAS, au 06 84 77 78 57 ou par mail à l'adresse f.anstotz@mairie-saverne.fr

LE DIAMANTIC

Le Diamantic est un appartement témoin mobile, équipé de mobiliers et d'aides techniques pour le maintien à domicile et mieux vivre son logement. Des professionnels de la CEA seront également présents pour vous orienter vers les aides disponibles pour soulager votre quotidien d'aidant.

Le **Judi 28 Septembre 2023**, de 8h30 à 12h

À Saverne - Place du Marché - du côté de l'auberge de jeunesse

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE HANAU LA PETITE PIERRE

LA BABELSTUB, GROUPE DE DISCUSSION POUR LES PROCHES AIDANTS

À Wingen sur Moder – Mairie, 2 rue du rocher

- **Vendredi 1er septembre**, de 14h à 16h : Être aidant, est-ce une histoire de famille ?
- **Vendredi 29 septembre**, de 14h à 16h : Aidant jusqu'au bout... Et après comment retrouver des repères ?
- **Vendredi 20 octobre**, de 14h à 16h : Comment continuer à communiquer lorsque la dépendance s'installe ?
- **Vendredi 24 novembre**, de 14h à 16h : Aider oui, mais sans s'oublier
- **Vendredi 15 décembre**, de 14h à 16h : Promenade des aidants

Information et inscription auprès de Ludivine Frering, coordinatrice seniors, au 06 07 82 47 26 ou par mail à l'adresse l.frering@hanau-lapetitepierre.alsace

AGENDA DU TERRITOIRE

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE L'ALSACE BOSSUE

LA BABELSTUB, GROUPE DE DISCUSSION POUR LES PROCHES AIDANTS

À Sarre-Union – Maison France Services, 14 rue Vincent d'Indy

- **Lundi 25 septembre**, de 14h à 16h30 : Mon rôle de proche aidant : choisir ou subir ?
- **Lundi 30 octobre**, de 14h à 16h30 : J'apprends à mieux gérer mon stress au quotidien
- **Lundi 27 novembre**, de 14h à 16h30 : Gérer les conflits par la communication non-violente
- **Lundi 18 décembre**, de 14h à 16h30 : Temps de convivialité et de partage

Information et inscription auprès de Caroline Bieber, coordinatrice séniors au Centre Socio Culturel de Sarre-Union, au 07 63 24 33 23 ou par mail à l'adresse cbieber.lecentresarreunion@gmail.com

ATELIER CUISINE AUTOUR DU MANGER-MAIN

À Sarre-Union – Centre Socio-Culturel, 26b route de Phalsbourg

Jeudi 21 septembre à 13h30

Une diététicienne de l'association Les Insatiables, viendra vous parler de l'alimentation de la personne que vous accompagnez et de l'intérêt du manger-main pour votre proche. Elle réalisera plusieurs recettes faciles à refaire, que nous pourrons ensuite déguster ensemble.

Gratuit-Information et inscription auprès de Caroline Bieber, coordinatrice séniors, au 07 63 24 33 23.

APRÈS-MIDI D'ÉCHANGES ET DE DÉTENTE POUR LES AIDANTS

À Sarre-Union - Centre Socio-Culturel, 26b route de Phalsbourg

Vendredi 22 septembre à partir de 13h :

- **13h30 à 15h** : Projection et échanges autour du film « Paroles d'aidants »
Echanges animés par Ilona Staerle, du CIDFF (Centre d'Information des Droits des Femmes et des Familles), Christine Singer de la plateforme d'accompagnement et de répit Le Trèfle et Laetitia Glasser, secrétaire autonomie à la CeA (Collectivité européenne d'Alsace)
- **15h15 à 16h15** : Yoga du rire avec Isabelle Kubler
- **13h à 17h** : Rencontres

Toute l'après-midi, échangez avec des professionnels pour vous aider à trouver des solutions et rencontrez d'autres aidants.

Gratuit - Sur inscription au CIDFF au 03 88 32 03 22 ou par mail à l'adresse istaerle@cidff67.fr

AGENDA DU TERRITOIRE

MAINTIEN À DOMICILE OU ENTRÉE EN EHPAD : QUELLES AIDES MOBILISER ?

À Sarre-Union - Centre Socio-Culturel, 26b route de Phalsbourg

Samedi 14 octobre, à 10h

Animée par Laetitia Glasser, secrétaire autonomie à la CeA, cette réunion d'information porte sur les dispositifs permettant le maintien à domicile des séniors ou leur entrée en établissement.

Gratuit - Information auprès de Caroline Bieber, coordinatrice séniors, au 07 63 24 33 23.

NE LES LAISSONS PAS TOMBER ! CONSEILS PRATIQUES POUR ACCOMPAGNER VOTRE AIDÉ À DOMICILE

À Sarre-Union - Centre Socio-Culturel, 26b route de Phalsbourg

Les vendredis 10, 17 et 24 novembre, de 14h à 16h

Animée par Mélanie Munsch, ergothérapeute, cette formation à destination des aidants porte sur la prévention des chutes à domicile, les astuces et aides techniques qui peuvent faciliter le quotidien, ainsi que les possibilités d'aménagement du logement.

Gratuit - Information et inscription auprès de Caroline Bieber, coordinatrice séniors, au 07 63 24 33 23.

MARLENHEIM

ART-THÉRAPIE

Séances d'art-thérapie pour les aidants, animées par une art-thérapeute.

Les mercredis 6 et 20 Septembre, 4 et 8 Octobre, 15 et 29 Novembre et 13 Décembre, de 14h15 à 16h15.

À Marlenheim – Accueil de jour, 2 rue de l'hôpital

Information et inscription auprès de l'Accueil de jour, au 03 88 59 32 38.

FORMATION DES AIDANTS FAMILIAUX

5 séances de formation des aidants familiaux seront proposées à l'Accueil de Jour de Marlenheim à partir du mois de Novembre.

Information et inscription à l'Accueil de jour de Marlenheim au 03 88 59 32 38 ou à l'EHPAD du Stift au 03 88 04 10 10.

AGENDA DU TERRITOIRE

SUR L'ENSEMBLE DU TERRITOIRE OUEST

RENDEZ-VOUS DES AIDANTS : TROIS PUBLICS POUR NEUF RENDEZ-VOUS

- **Pour les proches aidants de personnes âgées** : Rendez-vous avec la compagnie de théâtre Houppz, pour une mise en scène du quotidien des proches aidants, suivie d'un échange avec le public.
 - **Le 8 Septembre à 14h**, à **Bouxwiller**, à l'Accueil de Jour.
 - **Le 15 Septembre à 14h**, à **Diemeringen**, à l'Accueil de Jour « Vivre Ensemble ».
 - **Le 16 Octobre à 14h**, à **Monswiller**, à l'accueil en journée « Les Myosotis ».
 - **Le 20 Octobre à 14h**, à **Saverne**, à l'EHPAD Korian.
 - **Le 28 Novembre à 14h**, à **Marlenheim**, à l'EHPAD du Stift.

- **Pour les proches aidants de personnes en situation de handicap** –mais ouvert à tous publics! :
 - **Le 14 septembre à 14h**, à **Saverne**, au Centre social et Culturel « L'ilot du Moulin ».
En partenariat avec le CREJH et la Cie de théâtre Houppz.

- **Pour les proches aidants encore en activité professionnelle** (salariés de la CeA et de l'entreprise Hager) :
 - **Le 27 Novembre à 14h**,
 - **Et le 28 Novembre à 9h**, à **Wasselonne**, à l'Espace Saint- Laurent.
En partenariat avec le CIDFF et la Cie de théâtre Houppz.

- **Pour les aidants « qui s'ignorent »** : présentation du DIAMANTIC, structure mobile présentant les adaptations possibles du logement à la perte d'autonomie. Présence d'un ergothérapeute et d'un agent de la CeA, en partenariat avec le CEP-CICAT.
 - **Le 11 Septembre, de 8h30 à 13h**, à **Wasselonne**, sur la Place du Marché.
 - **Le 28 Septembre, de 8h30 à 13h**, à **Saverne**, sur la Place du Marché (côté Auberge de Jeunesse) :

INFO+

COLLECTIVITE EUROPEENNE D'ALSACE
HÔTEL D'ALSACE
Place du Quartier Blanc
67964 STRASBOURG CEDEX 9
Tél : 03 88 76 67 67 / Fax : 03 88 76 67 67

www.alsace.eu