



Capitalisation
des expériences
en promotion
de la santé

Fiche de capitalisation

Aidants, votre santé Parlons-en !

Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine



Résumé

L'action « *Aidants, votre santé parlons-en !* » a pour objectif de proposer aux proches aidants un moment de répit pour parler de leur santé, pour se retrouver et rencontrer d'autres personnes vivant la même situation, et expérimenter de nouvelles activités favorables à leur bien-être. Cette action déclinée sur les territoires de neuf départements de la Nouvelle-Aquitaine s'appuie sur une collaboration avec les acteurs locaux et l'intégration des ressources de proximité. Avec cette approche territoriale, l'action permet de mieux répondre aux besoins spécifiques des publics et de favoriser le développement de nouvelles dynamiques.

Carte d'identité de l'intervention

Intervention	Aidants, votre santé Parlons-on !	
Porteur	Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine	
Thématique	Lien social / Isolement	
Population cible	Personnes âgées, proches aidants, professionnels et futurs professionnels de l'accompagnement	
Dates du projet	2013	
Milieu d'intervention	Rural ; Espace / lieu culturel	
Région	Nouvelle-Aquitaine	
Niveau géographique	Communal	
Principaux partenaires	CFPPA, Carsat, Plateforme de répit	
Objectifs	<p>Objectif général : permettre aux personnes qui accompagnent un proche touché par la maladie, le handicap ou dépendant du fait de l'âge de mettre en place des pratiques favorables à leur santé en utilisant des ressources locales.</p> <p>Objectifs opérationnels : mettre en place un temps sensibilisant le grand public à la santé des aidants ; organiser un cycle de 3 ateliers santé (santé physique, santé psychique, santé sociale) pour renforcer les capacités des aidants à prendre en compte leur santé.</p>	
Stratégies mobilisées	Animation de séances collectives ; Information ; Partenariats	
Contributeur.trice	<p>Fabienne VENTENAT Coordinatrice du pôle Promotion Santé & Responsable Promotion Santé Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine fabienne.ventenat@n.aquitaine.mutualite.fr https://nouvelle-aquitaine.mutualite.fr/</p>	
Accompagnateur.trice	<p>Julie BOULIER Responsable des antennes 23 et 87 & chargée de projets Promotion Santé Nouvelle-Aquitaine j.boulier@promotion-sante-na.org https://irepsna.org/</p>	
Méthodologie	<p>Fiche réalisée sur la base :</p> <p>D'un entretien de capitalisation conduit en 2023 ;</p> <p>Lecture du document interne Cahier des charges « Aidants, votre santé parlons-en » de mars 2021 de l'Association Française des Aidants et de la Fédération Nationale de la Mutualité Française.</p>	



Capitalisation
des expériences
en promotion
de la santé

Présentation de l'intervention

Présentation de la structure

La Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine est une Union Régionale (UR) de la Fédération Nationale de la Mutualité Française (FNMF) regroupant des mutuelles de santé en France. Elle est le principal acteur de la complémentaire santé solidaire et intervient dans de nombreux domaines liés à la santé et à la protection sociale.

La Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine couvre la région administrative de la Nouvelle-Aquitaine, qui comprend les départements de la Charente, de la Charente-Maritime, de la Corrèze, de la Creuse, de la Dordogne, de la Gironde, des Landes, de Lot-et-Garonne, des Pyrénées-Atlantiques, des Deux-Sèvres, de la Vienne et de la Haute-Vienne. Sa mission est de promouvoir l'accès aux soins de qualité pour tous dans les territoires, aux côtés des 300 Services de Soins et d'Accompagnement Mutualistes (SSAM). Elle œuvre également pour la prévention, l'éducation pour la santé et la promotion de la santé avec, chaque année, la mise en place de plus de 450 actions pour aider le grand public, les adhérents des mutuelles et les usagers des établissements mutualistes de Nouvelle-Aquitaine à prendre soin de leur santé.¹

Contexte

- Problématique de départ

Selon une étude à partir du dispositif des enquêtes Autonomie publiée par la Direction de la recherche des études de l'évaluation et des statistiques (DREES), en France, en 2021, il y aurait environ 9,3 millions d'aidants naturels en France « soit 8,8 millions d'adultes et 0,5 million de mineurs âgés de 5 ans ou plus sont proches aidants, soit respectivement une personne sur six et un mineur sur vingt ». La plupart d'entre eux sont des membres de la famille, souvent des conjoints ou des enfants, qui s'occupent d'une personne âgée dépendante ou d'un proche atteint d'une maladie chronique ou d'un handicap. Le pourcentage de proches aidants culmine aux alentours de 60 ans. L'aide régulière apportée peut prendre la forme d'un soutien moral qui est l'aide la plus fréquemment déclarée (6,4 millions de personnes âgées de 5 ans ou plus), dans les activités de la vie quotidienne (5,7 millions de personnes) ou d'une aide financière (1,3 million d'adultes).²

Accompagner au quotidien un proche peut être source de difficultés tant morales que physiques pour l'aidant : une charge physique et émotionnelle, un impact sur sa vie quotidienne, un isolement social, un manque de soutien, un épuisement et du stress. Effectivement, être un aidant implique souvent de fournir des soins physiques et émotionnels à une personne dépendante ou malade. Cette charge peut être épuisante et affecter la santé et le bien-être de l'aidant. L'engagement en tant qu'aidant peut avoir un impact significatif sur la vie quotidienne de la personne concernée, les responsabilités et les contraintes de temps peuvent rendre difficile la participation à des activités sociales, rencontrer des amis ou maintenir des relations sociales. Les aidants peuvent ressentir une perte de liberté, d'indépendance et un isolement social. La combinaison des responsabilités de l'aidant, du stress émotionnel et de la charge de travail peut conduire à l'épuisement physique et émotionnel. Et les aidants peuvent se sentir seuls et peu soutenus dans leur rôle. Différentes aides sont disponibles pour les aidants naturels en France telles que des associations et services d'accompagnement, de répit et de soutien psychologique, des allocations financières comme l'allocation personnalisée d'autonomie (APA), la prestation de compensation du handicap (PCH) et l'allocation

¹ Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine. (2022, 23 mai). Rôle et missions de la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine. Site Union Régionale Nouvelle Aquitaine. <https://nouvelle-aquitaine.mutualite.fr/role-et-missions/qui-sommes-nous/nos-missions/>

² BLAVET T. Études et Résultats, N°1255 - Février 2023 - 9,3 millions de personnes déclarent apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie en 2021. Article : Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques, 2023, 6 p. En ligne : <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2023-02/ER1255MAJ1002.pdf>

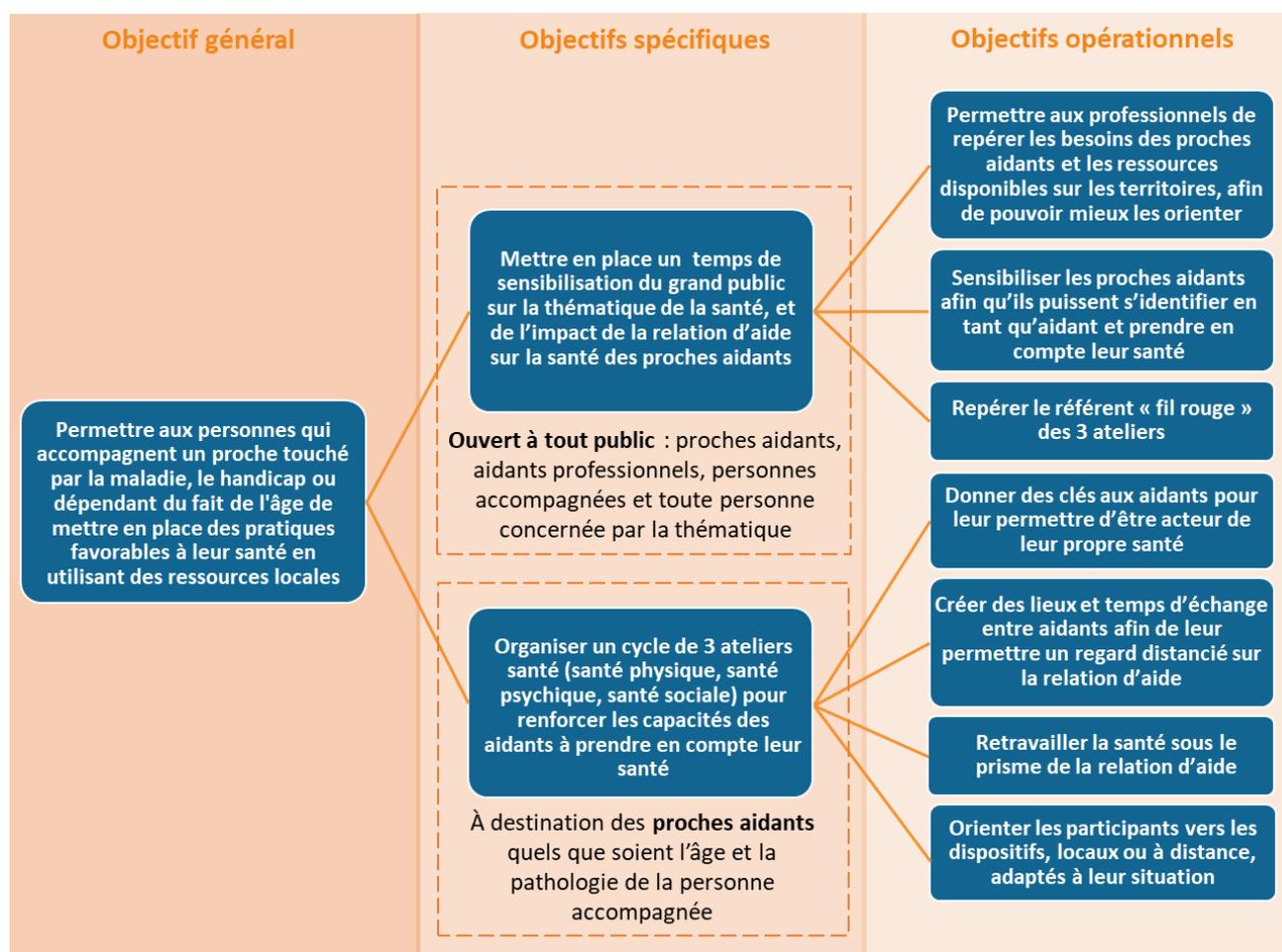
journalière de présence parentale (AJPP), cependant ils peuvent rencontrer des difficultés à trouver des informations, des ressources adéquates et des solutions pour faire face aux défis quotidiens.

- Contexte local

Les aidants naturels, également connus sous le nom d'aidants familiaux, sont des personnes non professionnelles qui apportent une aide à un proche malade ou en situation de dépendance ou de handicap. Cette aide peut prendre différentes formes, notamment les soins personnels, l'aide à la mobilité, l'aide aux tâches ménagères, l'accompagnement aux rendez-vous médicaux, etc.

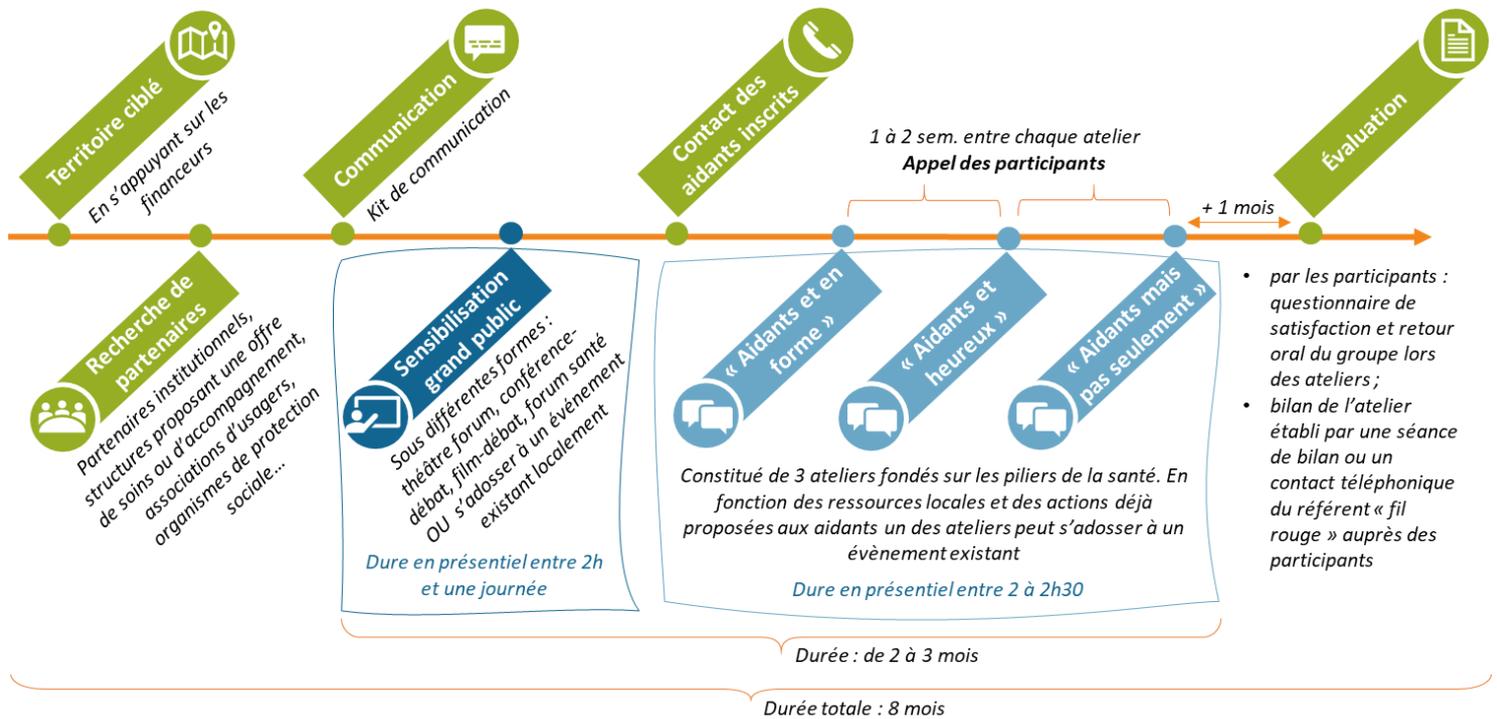
En 2013, l'Association Française des Aidants (AFA) s'est rapprochée de la FNMF, afin d'élaborer conjointement avec un groupe de travail, la mise en place d'une action au niveau local. De cette collaboration est née l'action intitulée « *Aidants, votre santé Parlons-on !* » et a été déclinée à la demande de la FNMF dans chaque UR en s'appuyant sur un cahier des charges. L'AFA, une organisation française à but non lucratif, œuvre pour la reconnaissance et le soutien des aidants familiaux en France. Fondée en 2003, elle vise à améliorer la qualité de vie des aidants et à promouvoir leur rôle dans la société. L'association propose une gamme de services et d'actions pour soutenir les aidants : des formations, des groupes de parole, des espaces de ressources en ligne, des guides pratiques, des événements de sensibilisation et des campagnes de plaidoyer. L'AFA dispose d'une plateforme web (www.aidants.fr) qui offre des informations, des conseils et des ressources aux aidants. L'AFA collabore avec d'autres acteurs du secteur de la santé, du social et de la recherche pour renforcer son action en faveur des aidants. Depuis, la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine a souhaité poursuivre la mise en place de l'action « *Aidants, votre santé Parlons-on !* ». Elle est ainsi déclinée aujourd'hui dans neuf départements sur douze : Charente, Charente-Maritime, Corrèze, Creuse, Dordogne, Gironde, Deux-Sèvres, Vienne et Haute-Vienne.

Objectifs



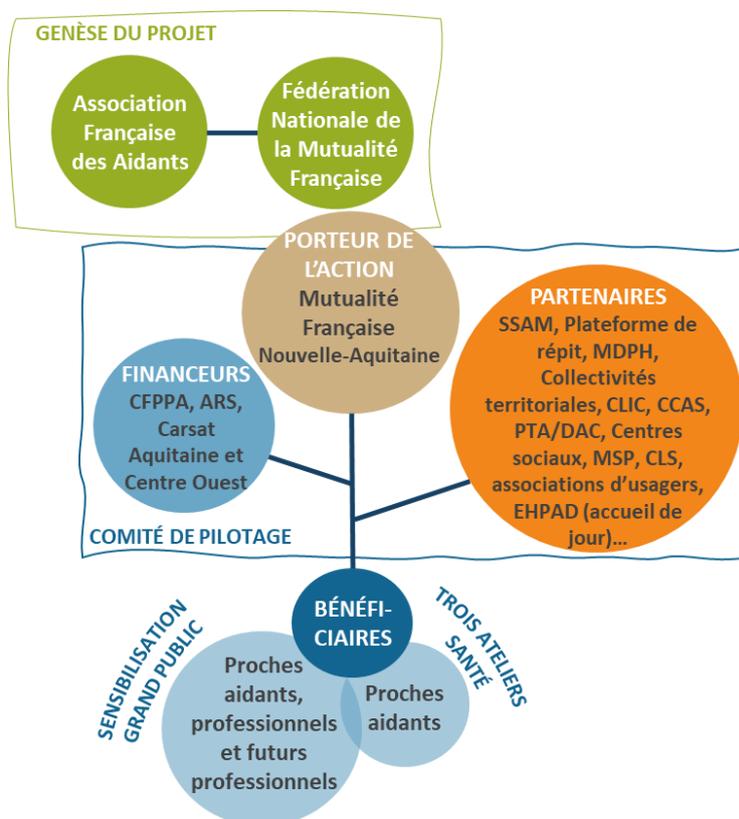
Les aidants naturels ont besoin de prendre soin d'eux-mêmes et trouver du soutien. L'action « *Aidants, votre santé parlons-en !* » a donc pour objectif de proposer aux proches aidants, que l'aidé vive à domicile ou en établissement, un moment de répit pour parler de leur santé, pour se retrouver et rencontrer dans une ambiance conviviale d'autres personnes vivant la même situation, et expérimenter de nouvelles activités favorables à leur bien-être.

Calendrier



L'action est divisée en deux temps ; un premier temps est dédié à la sensibilisation du grand public sur la thématique de la santé et de l'impact de la relation d'aide sur la santé des proches aidants. Ce premier temps s'adresse aux personnes âgées, proches aidants, professionnels et futurs professionnels de l'accompagnement. Un deuxième temps constitué de trois ateliers fondés sur les piliers de la santé en direction des proches aidants aborde l'ensemble des dimensions de la santé : la dimension physique (atelier 1), la dimension psychologique (atelier 2) et la dimension sociale (atelier 3).

Principaux acteurs et partenaires



Liste des sigles et acronymes (par ordre alphabétique) : ARS : Agence Régionale de Santé ; Carsat : Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé Au Travail ; CCAS : Centre Communal d'Action Sociale ; CFPPA : Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie ; CLIC : Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique ; CLS : Contrat Local de Santé ; DAC : Dispositif d'Appui à la Coordination ; EHPAD : Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes ; MDPH : Maison Départementale pour les Personnes Handicapées ; MSP : Maison de Santé Pluriprofessionnelle ; PTA : Plateforme d'Appui à la Coordination ; SSAM : Services de Soins et d'Accompagnement Mutualistes.

La question de capitalisation

Comment la construction de partenariats autour de l'action « *Aidants, votre santé Parlons-en !* » peut venir renforcer les ressources locales à destination des aidants ?

Principaux éléments saillants

Point de départ / Émergence du projet

Il est courant que les aidants ne s'identifient pas immédiatement ou ne se reconnaissent pas pleinement dans leur rôle d'aidant. Pensant qu'il s'agit uniquement de professionnels ou de membres de la famille à plein temps, certains proches peuvent avoir une vision étroite de ce qu'est un aidant. De nombreux aidants sont des conjoints, des enfants, des amis ou des voisins qui apportent une aide régulière à un proche, ils voient simplement leur contribution comme une partie normale de leur relation familiale ou amicale et ne réalisent pas qu'ils remplissent réellement le rôle d'aidant. Ils ont souvent tendance à minimiser leur propre rôle ou à ne pas le considérer comme étant aussi important que celui des professionnels. Les proches peuvent donc avoir des conceptions préconçues de ce qu'est un aidant, ce qui peut ne pas correspondre à leur propre vision d'eux-mêmes. Par conséquent, ils peuvent ne pas s'identifier ou ne pas se reconnaître comme aidants.

Certaines personnes peuvent nier leur rôle d'aidant pour diverses raisons, telle que l'incapacité à accepter la réalité de la situation de dépendance de leur proche. Parfois, les aidants ne sont pas pleinement conscients des responsabilités et des défis liés à leur rôle, en particulier s'ils ont récemment pris en charge les soins d'un proche ou si la situation évolue progressivement. À la fois, il est également crucial de promouvoir une prise de conscience plus large de l'importance et de la diversité des rôles d'aidant dans la société, afin que les aidants se sentent reconnus et soutenus dans leur engagement : de sensibiliser et de faire connaître le rôle des aidants ; de reconnaître leur contribution mais également de leur offrir des informations et le soutien nécessaires pour prendre soin d'eux-mêmes tout en apportant une aide à leur proche. Reconnaître et valoriser leur contribution est essentiel pour leur bien-être et leur accorder le soutien dont ils ont besoin³.

Pour favoriser le maintien en santé des proches aidants, l'AFA a élaboré un projet global en convention avec la Direction Générale la Santé (DGS) et l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES, devenue Santé Publique France). C'est dans ce cadre, qu'en 2013, l'association s'était rapprochée de la FNMF pour la mise en place d'un groupe de travail. L'action « *Aidants, votre santé Parlons-en !* » est une action fédérale déclinée en s'appuyant sur un cahier des charges⁴. À ce jour, chaque UR doit mettre en place des actions spécifiques pour soutenir et accompagner les aidants à la demande de la FNMF, c'est à la volonté de chaque UR de poursuivre l'action « *Aidants, votre santé Parlons-on !* ». La Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine continue depuis à déployer l'action dans neuf départements.



« La région ex-Limousin a été l'une des toutes premières à proposer cette action dès que la FNMF l'a demandé. Cette volonté faisait sens avec la présence de la plateforme d'accompagnement et de répit qui est l'un des Services de Soins et d'Accompagnement Mutualistes et la situation démographique du territoire : le Limousin est la région de France métropolitaine qui compte la part la plus importante de personnes de plus de 65 ans dans sa population. »

F. VENTENAT, Coordinatrice du pôle Promotion Santé & Responsable Promotion Santé

Élaboration du projet par l'AFA et la FNMF

L'action, en référence au cahier des charges, s'organise en deux temps. Un premier temps de sensibilisation à l'attention du grand public est organisé en amont des ateliers santé ou le même jour et pouvant s'adosser à des événements existants localement. Ce temps en direction des personnes âgées, proches aidants, professionnels et futurs professionnels de l'accompagnement permet de présenter de manière générale les ressources de proximité et d'introduire les rencontres qui feront suite à ce premier temps, ainsi que l'animateur « fil rouge ». Le deuxième temps constitué de trois ateliers santé, en direction des proches aidants, peut accueillir un groupe d'une quinzaine de personnes maximum.

Dans son déploiement à l'échelle d'un territoire et dans l'élaboration du contenu des deux temps, l'action s'appuie sur les ressources locales. Le contenu, la stratégie de communication ainsi que le choix des intervenants et les lieux des trois ateliers sont co construits avec les acteurs du territoire. Tout comme les stratégies de mobilisation du public et la diffusion des outils de communication sont également définies avec ces acteurs. Pour cela, la première étape du projet est la constitution d'un comité de pilotage. Le territoire qui accueillera l'action, est ciblé par et entre la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine et ses financeurs.

³ CHAMBARETAUD S., DANET S. Les proches aidants ou des solidarités en action. Dossier : Actualité et dossier en santé publique, 2019, 109, pp. 10-61. En ligne : <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/adsp?clef=171>

⁴ « Aidants, votre santé parlons-en » (ateliers santé) - Cahier des charges. (Mars 2021). Association Française des Aidants et de la Fédération Nationale de la Mutualité Française.

Partenariats

L'action est déclinée sur les neuf départements avec l'appui financier de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA) du département concerné, et des Carsat (Caisses d'assurance retraite et de la santé au travail) Aquitaine et Centre Ouest. La CFPPA est un acteur institutionnel ayant la compétence du maintien de l'autonomie des personnes âgées et des personnes en situation de handicap, et la Carsat est un organisme régional de droit privé chargé de l'exécution d'une mission de service public et relève de la Sécurité sociale.

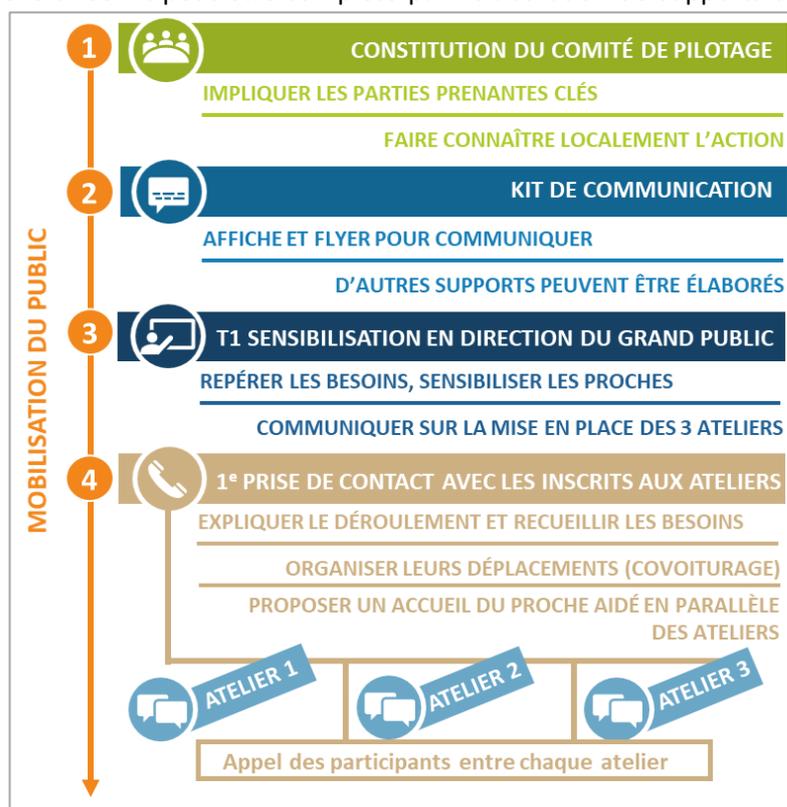
Une fois le secteur défini, la Mutualité Française mobilise l'ensemble des structures et acteurs locaux (cf. Principaux acteurs et partenaires, p.7) : les SSAM, la Plateforme de répit, la MDPH, les Collectivités territoriales, le CLIC, le CCAS, la PTA ou le DAC, les centres sociaux, la MSP et notamment l'Infirmier.ère Asalée (Action de Santé Libérale en Équipe), le coordinateur du CLS, les associations d'usagers, l'EHPAD et son accueil de jour... La collaboration avec les acteurs locaux et les acteurs incontournables du maintien de l'autonomie des personnes âgées est essentielle à un double niveau : d'une part, identifier et inclure les ressources locales, telles que les ressources humaines (les professionnels de santé locaux, des professionnels intervenant sur les thèmes faisant lien avec la promotion du bien-être ou les travailleurs sociaux...), ainsi que les ressources matérielles/techniques (la présence d'événements ou la mise à disposition de salles...). Et d'autre part, cette prise en compte des ressources locales permet d'adapter le contenu et le format de l'action. C'est un élément facilitateur de la mise en œuvre de l'action et de la mobilisation du public cible.

Mobilisation du public

La mobilisation du public s'organise à plusieurs étapes de l'action :

- L'association d'acteurs locaux et la collaboration avec ces derniers permettant d'élaborer une stratégie de communication et de mobilisation adaptée au territoire. Ces acteurs sont intégrés dans le comité de pilotage de l'action. Les réunions avec les partenaires permettent de recenser les dispositifs qui peuvent être mis à disposition et permettant de favoriser la participation du public cible (organisation d'un transport solidaire, l'accueil et la prise en charge des proches aidés durant les ateliers avec la mise à disposition d'une salle et l'organisation d'une animation, la présence d'un accueil de jour sur le territoire...);

- La diffusion du kit de communication élaboré par la FNMF et l'AFA comprenant une affiche sur le temps 1 et des flyers sur le contenu des ateliers. Ce kit peut être complété par l'élaboration de supports de communication complémentaires (courrier en direction des adhérents des mutuelles adhérentes à la FNMF, mailing, bandeau de signature) et spécifiques au territoire (article dans la presse locale) ;
- L'organisation d'un événement grand public ou s'adosser à un événement permettant de communiquer sur les trois ateliers et de recueillir les inscriptions ;
- Le contact téléphonique avec chacune des personnes inscrites lors de l'événement grand public permettant d'expliquer le déroulement du premier atelier et de lever les freins à leur participation.



Stratégies de mise en œuvre

Présence et rôle du/de la coordonnateur.trice

Référent.e de l'action dans chaque département engagé, désigné.e « Fil rouge », son rôle est de maintenir un fil conducteur tout au long de l'action. Élément clé de cette action, il ou elle a plusieurs missions :

- Mettre en œuvre l'action : mobiliser les partenaires locaux, animer le comité de pilotage, rechercher et coordonner les intervenants sur les ateliers, assurer la communication de l'action, réaliser les évaluations de l'action (mener à l'issue de chaque atelier et à distance de 3 mois, relever les verbatims pendant les ateliers), dresser le bilan pour les différents financeurs, ...
- Orienter le public vers les ressources locales adaptées : dans certains départements de la Nouvelle-Aquitaine, il n'existe pas de guide d'information en direction des aidants les informant des ressources locales. Pour ces départements, le « Fil rouge » recense les dispositifs existants (les lieux d'accueil, les activités...). Ce document intitulé « Passeport des aidants » est réalisé par la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine et remis aux participants lors du premier atelier. Il recontacte les participants entre chaque atelier et à distance, une occasion également de les renseigner sur les ressources répondant à leurs besoins.
- Mobiliser et animer : le « Fil rouge » intervient lors de l'événement grand public et des ateliers auprès des participants en co animation avec un.e psychologue de la plateforme ou libéral.e ayant une expérience auprès des aidants. Il est en relation tout au long de l'action avec les aidants : en amont pour les renseigner sur le déroulement des ateliers et entre chaque séance pour s'assurer de leur présence à la suivante. Cet échange téléphonique permet de prendre connaissance des actions que les participants ont pu engager d'une séance à l'autre (refaire les exercices ou rencontrer une association pour s'y inscrire).

Mise en réseau de différentes cibles d'intervention

L'action vise à favoriser les échanges entre deux cibles d'intervention : une première cible qui implique les acteurs de différentes institutions et les financeurs préoccupés par la santé des aidants. Ils constituent le comité de pilotage dans lequel sont identifiés et partagés les ressources locales à mobiliser pour favoriser la participation des aidants à l'action.

Une seconde cible qui est les aidants du territoire ciblé. Cette mise en relation dans laquelle les intervenants créent des liens entre les aidants afin qu'ils échangent et trouvent ensemble des solutions aux difficultés qu'ils vivent. Cette mise en réseau des aidants permet le partage de ressources et/ou d'émotions, le développement de capacités à résoudre des situations difficiles de leur quotidien.



« Impulser une dynamique avec des partenaires locaux ainsi que de mettre en lien les acteurs de terrain et le public sont une des vocations de l'action. Les partenaires disent qu'il est important de se retrouver et de connaître ce que font les autres. En Limousin, la plateforme de répit existait déjà, mais que ce soit parce que des services démarrent leur activité ou parce qu'ils existent, cette action permet de mettre un coup de projecteur sur l'offre locale. Les ressources sont très différentes d'un secteur géographique à un autre. »

F. VENTENAT, Coordinatrice du pôle Promotion Santé & Responsable Promotion Santé

Modalités d'intervention

D'autres caractéristiques de l'intervention sont aussi exposées, entre autres, la souplesse sur le déroulement et le contenu de l'action qui est un élément crucial afin que l'intervention puisse s'adapter à la diversité des ressources locales et aux besoins variés des publics cibles. De même, son accessibilité pour les publics cibles caractérisée par sa gratuité, sa proximité, les initiatives mises en place pour faciliter leur déplacement et la prise en charge des proches aidés.

Comme l'indique le cahier des charges de l'action « *chaque temps se suffit à lui-même afin de permettre aux participants de [...] trouver des réponses aux difficultés qu'ils rencontrent* » : dès le premier temps (événement), il paraît opportun de présenter de manière générale les ressources et de leur communiquer les adresses web où ils peuvent trouver les coordonnées des structures de proximité. Effectivement, les proches aidants présents sur le premier temps peuvent rencontrer des difficultés à participer sur les ateliers à venir, tout comme dans certains territoires (ex. Saint-Yrieix-la-Perche 87500, Eymoutiers 87120...), les ateliers n'ont pas été mis en place car par exemple, une offre était déjà existante sur le territoire ou les aidants ne se sont pas inscrits.

Compétences mobilisées

Si l'identification et le recours aux dispositifs par les aidants est un objectif majeur de l'action, elle repose en outre sur le développement et le renforcement de leurs compétences mais également de la capacité des intervenants à les orienter, à faciliter leur accès aux droits et aux dispositifs existants sur les territoires. Avec des problématiques communes (l'accès à l'information, les démarches administratives, le rôle d'aidant, le répit), les situations et profils des aidants et aidés demeurent variés ainsi que l'offre de ressources locales d'un territoire à un autre.

Une multitude de compétences est mobilisée par le référent « Fil rouge » et ses intervenants. Des repères en termes de connaissance et d'identification des droits et dispositifs autour des aidants/du bien vieillir sont des préalables à acquérir. Accompagner les proches aidants consiste à les accueillir, à les écouter et à instaurer un climat de confiance pour favoriser les échanges entre eux permettant de faire remonter leurs difficultés et valoriser les « ressources » personnelles (leurs qualités et capacités) et externes (les dispositifs et offres locales). Ce qui implique à la fois une attitude d'aide et de bienveillance ; d'être à l'aise avec le sujet et de savoir mettre de la distance ; mais également une capacité d'animer les échanges sur ce thème.



« Ce n'est pas toujours facile d'animer et gérer les échanges, il y a beaucoup d'émotions exprimées : tristesse, désarroi, colère parfois. La présence d'un psychologue est rassurante et peut-être envisagée, on ne propose cependant pas un groupe de paroles. Il n'y a pas d'outil d'intervention, les ateliers sont basés sur les échanges, et la parole arrive facilement. Si ce n'est pas le cas, il y a la possibilité d'utiliser un support par exemple le photolangage, et les expérimentations pratiques comme l'activité physique, le Shiatsu, la sophrologie... libèrent la parole. »

F. VENTENAT, Coordinatrice du pôle Promotion Santé & Responsable Promotion Santé

Il faut souligner que ces ateliers ne sont pas concentrés uniquement sur la présentation des dispositifs et des activités existants localement pour les aidants et aidés. L'action met l'accent sur une vision élargie des déterminants de la santé et aborde la santé dans son ensemble, de manière transversale, en allant bien au-delà afin que les aidants puissent partager en groupe leurs difficultés et identifier des pistes d'actions concrètes pour y répondre en s'appuyant sur leurs ressources personnelles et extérieures.

De plus, la création de ces nouveaux liens sociaux entre les aidants au cours des ateliers, afin de les amener à partager des manières de résoudre leurs difficultés ou de promouvoir leur propre bien-être, facilite le changement de comportements, d'attitudes ou permet l'acquisition de nouvelles compétences.⁵

Principaux enseignements

Résultats observés

Action concertée et adaptée au niveau local

À travers les trois ateliers, les participants abordent ensemble et avec les intervenants les trois dimensions de la santé « physique, sociale et mentale » et découvrent par la pratique l'offre locale telle que la sophrologie, l'atelier d'écriture, la chorale par exemple. Le but est d'apporter de « nouvelles clés » aux participants. La Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine sollicite par exemple les Maisons de Santé Pluriprofessionnelles pour intervenir lors du premier atelier « Aidant et en forme » pour aborder avec les



L'adaptation de l'action au territoire en intégrant une multitude de parties prenantes (les acteurs et les institutions du territoire) permet d'aller au-delà d'une action agissant sur les habitudes et les comportements des participants.

⁵ BARTHELEMY L., GAUVIN L., PIN S. et al. Interventions de prévention et promotion de la santé pour les aînés : modèle écologique. Institut national de prévention et d'éducation pour la santé. Ouvrage : Institut national de prévention et d'éducation pour la santé, 2013, 112 p. En ligne : <http://www.pourbienvieillir.fr/sites/default/files/1417.pdf>

participants les notions autour de la santé physique notamment avec l'intervention d'un.e infirmier.ère Asalée.

Inscription dans le temps et dans les milieux, des acquis de l'intervention

L'action vise entre autres à agir sur leurs « milieux de vie » c'est-à-dire le développement des environnements favorables à la santé. Il s'agit ici du développement des interactions de proximité entre les participants vivant sur le même bassin de vie et avec les structures de proximité. C'est précisément cette proximité et le renforcement des interactions qui vont permettre d'engager des dynamiques dans la durée et bien au-delà de l'action. C'est le cas d'un centre social qui à l'occasion d'un atelier avait initié une activité d'écriture. Cette activité ayant eu une influence très importante pour les participants a été mise en place et perdue sur le territoire à l'issue du projet.

La posture de la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine est de déployer l'action là où il y a très peu de ressources permettant ainsi de développer de nouvelles activités dans le milieu de vie des aidants.



Freins et leviers

Offre sur le territoire

Au cours de cette action, pour pouvoir orienter au mieux les participants accueillis et assurer également un soutien face aux situations souvent complexes et lourdes à gérer qu'ils rencontrent, cela demande de bien repérer et construire son réseau de partenaires. Ce repérage peut être compliqué d'un territoire à un autre. La présence de partenaires n'est pas identique. La présence d'une Plateforme de répit, d'un CCAS, d'un CLIC ou d'un DAC favorise la mise en place de l'action. Lorsque ces ressources n'existent pas localement cela constitue un obstacle.

Mobilisation des aidants

Le public « aidant » n'est pas un public facile à mobiliser, de nombreuses personnes qui jouent le rôle d'aidant ne se reconnaissent pas en tant qu'aidant. Ils ne sont pas tous conscients de la portée de leur rôle en tant qu'aidant et ils peuvent penser qu'ils font simplement ce qui doit être fait pour aider un proche en difficulté, sans identifier leur rôle comme de l'assistance. Leur bien-être et leur santé mentale sont tout aussi importants que ceux de la personne à laquelle ils apportent leur aide, et il est essentiel de les soutenir dans leur rôle d'aidant, même s'ils ne se reconnaissent pas comme tels. Le kit de communication utilise le terme « aidant » pour présenter les ateliers, d'où l'importance d'organiser un événement « temps fort » pour sensibiliser les personnes sur le rôle d'aidant pour que celles qui sont concernées puissent prendre conscience d'une part et d'autre part, de les informer sur les ressources disponibles pour les aidants, et de leur offrir un soutien, même si elles ne se considèrent pas comme tels.

Modalités d'action (exemple)

Ce schéma décrit les actions développées dans le cadre de ce programme afin de mettre en exergue leurs contributions aux cinq axes de la promotion de la santé définis par [la charte d'Ottawa](#)



Légende :

- Actions développées en direction des professionnels
- Actions développées en direction des aidants



Pour aller plus loin

- BLAVET T. Études et Résultats, N°1255 - Février 2023 - 9,3 millions de personnes déclarent apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie en 2021. Article : Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques, 2023, 6 p. En ligne : <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2023-02/ER1255MAJ1002.pdf>
- CHAMBARETAUD S., DANET S. Les proches aidants ou des solidarités en action. Dossier : Actualité et dossier en santé publique, 2019, 109, pp. 10-61. En ligne : <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/adsp?clef=171>
- BARTHELEMY L., GAUVIN L., PIN S. et al. Interventions de prévention et promotion de la santé pour les aînés : modèle écologique. Institut national de prévention et d'éducation pour la santé. Ouvrage : Institut national de prévention et d'éducation pour la santé, 2013, 112 p. En ligne : <http://www.pourbienvieillir.fr/sites/default/files/1417.pdf>



Capitalisation
des expériences
en promotion
de la santé

Retrouvez plus d'informations sur la capitalisation des expériences en promotion de la santé sur le portail CAPS : www.capitalisationsante.fr