

DU RÉPIT POUR LES AIDANTS



Photo : Yves Petit

Aux Rendez-vous des Aidants, chacun vient rencontrer des personnes qui sont dans la même réalité, à la séance de son choix et sans engagement, comme ici, lors d'une réunion proposée par Eliad à Besançon en octobre.

Mettre des mots sur les maux pour apaiser le quotidien. L'association Eliad, soutenue par le Département, propose des rencontres mensuelles et gratuites, à Besançon et à Pontarlier, pour ceux qui accompagnent un parent âgé, un proche malade ou handicapé.

« Les Rendez-vous des Aidants » proposés par Eliad sont des rencontres conviviales et confidentielles, animées chaque mois par une psychologue. Patricia Girerd encadre ces parenthèses mensuelles d'une heure trente, comme autant de bouffées d'oxygène dans le quotidien des aidants. « On trouve dans ces réunions un soutien et une écoute, explique-t-elle, mais aussi une grande richesse avec le partage d'expériences ». Chacun vient y déposer son fardeau, et rencontrer des personnes qui sont dans la même réalité, à la séance de son choix (une

thématique mensuelle), sans engagement. Et les témoignages fusent, ce mardi-là, dans le quartier de Velotte, à Besançon. D'Anne-Marie à Paulette en passant par Marcel, Annie, Patricia ou Daniel, tous racontent un vécu douloureux et l'importance de ces moments de paroles. « J'ai réalisé, à 70 ans, que c'était la première fois qu'on m'aidait et j'en avais besoin. J'abandonne tout pour la séance du mardi » ; « malgré les années, ça reste douloureux, mais en parler en groupe, ça libère », « c'est ma première séance et je n'ai pas arrêté de pleurer,

mais tout le monde a été d'une immense bienveillance en me disant que c'était normal ».

18 ACTIONS SOUTENUES

Soucieux d'accompagner les personnes qui apportent leur aide quotidienne à un parent proche, le Département du Doubs soutient en 2019 18 actions en faveur des aidants pour un montant de 105 380 €, portées par quatre structures d'aide à domicile (ELIAD, APASAD, SOLI CITE et ADMR) sur tout le territoire départemental. Car, si le maintien à domicile est

rendu possible par l'intervention de professionnels, il l'est aussi par la présence temporaire ou permanente des proches aidants. Selon les données 2017, 11 millions de personnes assisteraient un proche dans tous les actes de la vie quotidienne. Mais le risque d'épuisement physique et psychologique est grand. Il est donc essentiel d'accompagner et de conseiller les aidants pour qu'ils se préservent et prennent soin d'eux.

www.eliad-fc.fr
apasoin.abourgoin@orange.fr
www.soli-cites.fr
www.25.admr.org