

Trait d'union

La PFR92 : un accompagnement global des proches aidants

Dans les Hauts-de-Seine, la PFR 92 de la Fondation Odilon Lannelongue met en place des solutions variées, dont les Cafés des aidants®, qui offrent un espace d'échange et de soutien aux proches aidants. Elle se distingue notamment par son approche globale et ses dispositifs répondant aux besoins concrets des aidants. L'objectif est clair : briser l'isolement et offrir un répit essentiel aux aidants.

Des dispositifs d'écoute complémentaires...



La PFR est porteuse d'un Café des aidants®, dispositif crucial pour partager expériences et informations. Il s'adresse ici aux aidants quelle que soit la pathologie du proche aidé. Le café des aidants en présentiel est complété par des groupes de partage et d'échange téléphonique : « Connect'Aidants » proposé avec l'association « Avec nos proches ». Ce dispositif permet aux aidants ne pouvant se déplacer de bénéficier d'un soutien à distance. Ce service, organisé entre 12h et 14h, s'adresse notamment aux salariés-aidants qui disposent de peu de temps pour se rendre en présentiel au Café des aidants®.

*Ce sont deux outils réellement complémentaires : « **On ne dit pas la même chose en vrai et par téléphone** », souligne Laure Vezin, psychologue.*

...et des activités variées pour préserver le bien-être

Au-delà de ces solutions pratiques, la PFR 92 enrichit son offre avec des activités telles que la réflexologie, des sorties culturelles... Christine Villard, sophrologue et relaxologue anime les ateliers bien-être avec une approche empathique et personnalisée. Ayant elle-même été aidante, elle comprend les défis physiques et émotionnels auxquels ils sont confrontés. « **Les aidants ont besoin d'être écoutés, d'avoir une coupure.** » Ses séances de réflexologie plantaire sont particulièrement appréciées, procurant un soulagement immédiat et un moment de détente précieux dont bénéficie Francine qui a accompagné son mari souffrant de la maladie d'Alzheimer.



Francine : un parcours inspirant

L'annonce de la maladie de son mari a marqué le début d'un cheminement difficile pour Francine. Elle a dû adapter son quotidien et mettre entre parenthèses ses aspirations personnelles pour le soutenir. Consciente de l'importance de préserver un équilibre, Francine

a trouvé du répit lorsque son mari était pris en charge à l'accueil de jour. « **Pendant ce temps, je faisais de la couture ou de la mosaïque. Il fallait que je rencontre du monde, il ne fallait pas que je reste seule, ça c'est sûr.** » Elle a également partagé des activités avec son mari comme le ping-pong proposé par France Alzheimer, permettant de maintenir un lien de complicité avec lui. Après six ans de prise en charge à domicile, Francine a envisagé une admission en EHPAD. Une décision difficile, marquée par des sentiments de culpabilité et de tristesse, mais aussi par un soulagement face à l'épuisement accumulé. Pendant cette période, Francine a trouvé un précieux soutien au Café des aidants®. « **C'est une nouvelle famille, bienveillante. On échange, on partage nos numéros, on peut s'appeler. Nos problèmes se rejoignent, malgré la différence de situation.** » Le Café lui a permis de briser l'isolement et d'être entendue par des personnes vivant des expériences similaires.

Un modèle à pérenniser

La Plateforme de Répit 92 s'impose comme un modèle d'accompagnement global, capable d'apporter des solutions adaptées à chaque situation. Pourtant, comme le souligne Laure Vezin, le chemin est encore long pour sensibiliser un plus large public et renforcer les moyens de ces initiatives.

À travers les témoignages de Christine, Francine et Laure, se dessine une réalité poignante mais aussi pleine d'espoir : celle d'un engagement collectif auprès des proches aidants.