

les grands enjeux actuels ...

Soutenir et informer les aidants à toutes les étapes

Penser des réponses variées, qui prennent en compte l'aidé, pour s'adapter à tous les aidants

Permettre aux proches aidants d'anticiper au mieux les changements

Développer la pair-aidance



Mon époux a l'impression que c'est facile pour moi, que c'est normal

Pour le moment avec les aides à domicile de la semaine, ça nous convient, mon père travaille la semaine, moi je viens voir ma mère le dimanche et quelquefois dans la semaine quand je ne travaille pas

il est vrai que parfois nous aurions besoin d'une personne pour garder notre fille, comme en ce moment où il faut que je passe des examens. c'est mon mari qui la garde en attendant en dehors de l'hôpital - car elle ne peut rester seule - et moi il faut que je sois accompagnée. souvent je la confiais à des amis, mais en ce moment avec la covid ce n'est pas possible, car nous sommes tous âgés



des solutions existent pour les aidants et les professionnels : renseignez-vous !

BON A SAVOIR

Vous n'avez pas répondu au questionnaire et vous souhaitez y répondre ?
Vous pouvez le faire en ligne en vous rendant sur : enquetes.gard.fr
Si vous souhaitez remplir le questionnaire au format papier, contactez-nous !



plus de 11 millions d'aidants en France ...

Portraits des proches aidants sur Grand Nîmes

Ensemble en faveur des proches aidants !

LES CHIFFRES CLÉS

Mercredi 6 Octobre 2021



Ma maman 96 ans vit toute seule car les maisons de retraite sont trop chères. Et je jongle entre ma petite maman et mes petits petits-enfants..dur dur.. une aide ménagère tous les soirs 1 heure le week-end et les jours fériés serait la bienvenue... les courses le gros ménage, repassage, les repas, les visites chez les médecins, les visites pour son appareil auditif, ses lunettes. c'est cela mon quotidien depuis des années ..quand on a une maman on s'en occupe au détriment de beaucoup de choses ..du couple des enfants des petits petits-enfants, des amis, des activités, des loisirs et des vacances.. Voilà.

Témoignage d'un proche aidant



Restons en contact !



CODES 30
15 rue Sainte Anne
30900 Nîmes
04.66.21.10.11
contact@codes30.org

Espace Ressources Proches Aidants
58 avenue Georges Pompidou
30900 Nîmes
04.66.21.10.11
aidants@codes30.org

Résultats du questionnaire "Les besoins des aidants" :
Questionnaire diffusé de Décembre 2020 à Août 2021 sur le territoire de la MAIA Grand Nîmes en collaboration avec les acteurs locaux .
161 personnes ont répondu à l'enquête.

L'étude vise à mieux connaître les besoins des aidants pour pouvoir proposer des réponses adaptées et concertées.



Le soutien aux aidants, une démarche du Conseil Départemental du Gard et des MAIA avec l'implication des acteurs locaux



Dépliant élaboré dans le cadre du Projet territorial Grand Nîmes d'accompagnement des proches aidants de personnes âgées ou en situation de handicap

Traitement des réponses au questionnaire, mise en forme et rédaction par le Comité Départemental d'Éducation pour la Santé du Gard (CODES 30)

le profil des aidants



161 proches aidants répartis sur 39 communes du Gard

59 ans

la moyenne d'âge de l'aidant

les aidants

22 % ont entre 20 ans et 52 ans

77 % ont plus de 53 ans



Presque la moitié des aidants aide un parent ou un grand-parent (49%)



- 48 % sont retraités
- 43 % travaillent
- 9 % sont sans activité professionnelle

les proches aidés

Des enfants, des conjoints, des parents, des grands-parents ...

... tous confrontés à une perte d'autonomie

84 % ont plus de 64 ans

62 % sont pris en charge à domicile



Près d'1/3 des proches aidés ne perçoivent pas d'aides ou de prestations ...

Aider un proche, un travail à temps plein

L'aidance s'inscrit dans le temps long et dans le temps du quotidien. Les proches aidants s'occupent de leur proche quelques heures par semaine, voire tous les jours, et jusqu'à ne plus savoir combien de temps ils y passent ...

70 % des aidants considèrent que l'aide professionnelle qu'ils reçoivent, est soutenante

Les proches aidants n'envisagent pas de relais à cause du coût financier, parce qu'ils n'ont pas connaissance des solutions, des interlocuteurs et des démarches existants, et par manque de personnel qualifié (notamment pour aider une personne en situation de handicap).

Des aidants isolés, éloignés des réseaux d'aide

56 % des aidants ne sont pas aidés par leurs proches

21 % des aidants sont en contact avec des aidants en dehors de leurs cercles proches

6 % des aidants bénéficient de l'aide d'une association d'aidants



La santé au quotidien

93 %

se disent stressés, d'une manière plus ou moins régulière



Plus de 3 aidants sur 5 considèrent que leur situation d'aidant a eu un impact sur leur santé



Les aidants salariés, 2 vies à conjuguer

Être aidant a des répercussions sur les conditions de travail et sur la santé des salariés ...

FATIGUE
STRESS
SURCROIT DE TRAVAIL
REFUS DES POSSIBILITÉS D'ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE
AMÉNAGEMENTS D'HORAIRE

La situation de l'aidant n'est pas connue de l'environnement professionnel pour presque 2/3 des proches aidants

les besoins des proches aidants

Les aidants ont besoin de temps pour eux

81 % des aidants mentionnent un besoin de temps dans leur quotidien

les actes réalisés :

Les aidants effectuent une variété de missions auprès de leurs proches, quotidiennes ou régulières (plusieurs fois par semaine), mais majoritairement à la demande du proche. Cela nécessite un état de disponibilité constant qui peut impacter la santé des aidants.

TOP 3 des actes que les aidants veulent confier à un tiers :

- 1 Préparation des repas
- 2 Aide aux déplacements extérieurs
- 3 Garde de nuit

les besoins de repos :

Les proches aidants émettent un besoin d'aide ponctuel ("de temps en temps") et un besoin d'aide régulier (au moment des repas du soir, les jours fériés ...). Cette pluralité de demandes traduit l'hétérogénéité des proches aidants et l'imprévisibilité du quotidien.

Un relais au domicile pour ... souffler et être serein

- Quelques heures
- Le soir
- Le week-end
- Deux jours
- Plusieurs semaines



Du répit pour ... se connecter au monde

- Partir en vacances
- Faire une activité de loisirs
- Voir ses proches
- Sortir
- S'occuper de soi



Les aidants ont besoin d'être mieux informés

75 % des aidants n'ont pas connaissance des dispositifs d'aides qui les concernent. Une diversité d'aides existe, financières ou matérielles ; l'enjeu d'information et de sensibilisation sur l'existant est majeur. En effet, plus des 3/4 des proches aidants souhaiteraient être informés des aides existantes auxquelles ils peuvent prétendre.

1/3 des aidants n'utilisent pas internet dans l'aide à leur proche avec pour premier motif de la non-utilisation d'internet, le fait de "ne pas savoir faire" : l'information doit s'adapter à tous les aidants.

Penser de nouvelles solutions c'est également penser l'inclusion numérique.

3 priorités :

- Sensibilisation
- Inclusion numérique
- Information sur les actions de soutien aux aidants

Les aidants ont besoin d'activités de loisirs

84 % des aidants qui n'ont pas d'activités de loisirs aujourd'hui, souhaiteraient en avoir



Les proches aidants consacrent peu de temps aux loisirs, alors qu'ils sont un élément clé du bien-être.

TOP 3 des activités de loisirs souhaitées

- 1 Activités physiques : de la promenade au sport en club
- 2 Activités culturelles (cinéma, théâtre ...)
- 3 Vacances : du week-end à plusieurs semaines ailleurs

Les aidants ont besoin de soutien dans l'aménagement du domicile

28 % des aidants considèrent que le logement dans lequel ils interviennent n'est pas adapté

Les proches aidants identifient des besoins d'adaptation du logement pour faciliter le quotidien de leur proche et sa prise en charge. Ils concernent principalement les salles d'eau et les escaliers, avec des ajouts de rampes de soutien, ou des travaux plus conséquents.

Le coût est le premier frein d'adaptation du logement à l'autonomie du proche (57% des aidants). A noter aussi que l'inadaptation du logement peut être aussi due à un refus du proche, ce qui questionne alors l'acceptation de la perte d'autonomie.

TOP 3 des besoins d'adaptation du logement

- 1 Ajout de rampes de soutien
- 2 Réfection de la salle de bain
- 3 Adaptation des toilettes