



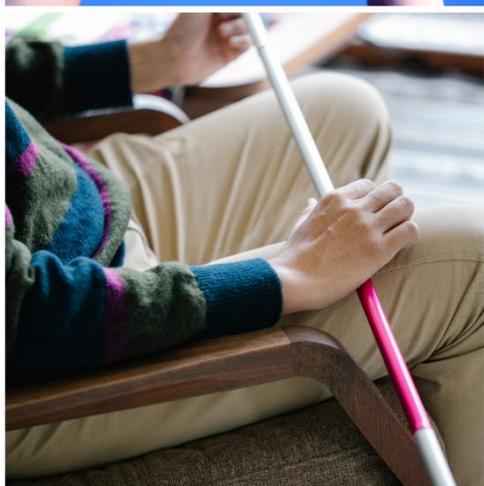
Avril 2022

n°13

L'info des aidants est une newsletter éditée par le CODES 30 en lien avec les partenaires locaux. Chaque mois elle met en avant les actualités des proches aidants dans le Gard ainsi que les dynamiques territoriales de soutien aux proches aidants de personnes âgées ou de personnes handicapées.

Pour vous inscrire à la newsletter, envoyez-nous un mail à aidants@codes30.org ou remplissez le [formulaire](#)

[CONSULTER LES PRECEDENTS NUMEROS](#)



SOMMAIRE

▪ Dossier « Les vacances »

Chaque mois nous vous proposons d'aborder des thématiques clés pour les proches aidants

Ce mois-ci, une présentation de 3 offres de séjours de vacances.

▪ Actualités

Ouverture d'une Halte répit gratuite pour les aidants sur Caissargues, des rencontres, une randonnée ...

▪ Événements

▪ Outils et ressources

pour vous accompagner dans vos actions

des solutions pour les aidants

DOSSIER THÉMATIQUE



LES VACANCES

Continuer à s'accorder du temps en famille, en couple, ou pour soi

Aider son proche ne devrait pas être un frein aux vacances et aux activités de loisirs. Et pourtant, nombreux sont ceux qui ne partent plus, face à la charge des soins et face au regard d'autrui. La maladie, le handicap ou la vieillesse modifient nécessairement les possibilités : certaines activités ne seront peut-être plus réalisables de la même manière mais cela ne signifie pas qu'elles seront impossibles !

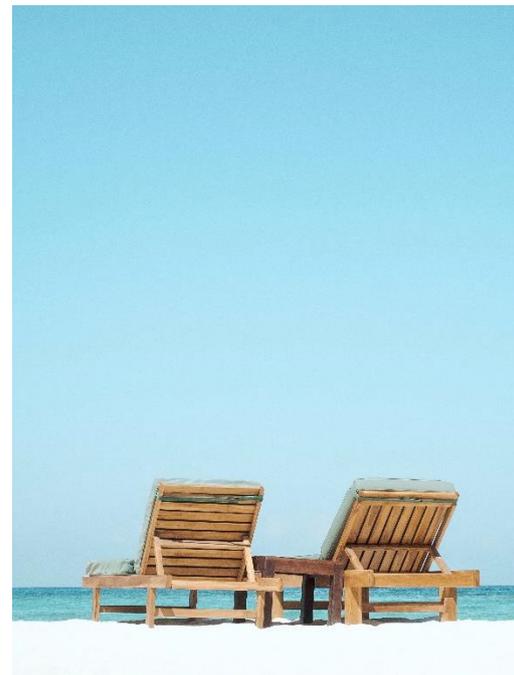
De nombreuses structures nationales organisent des vacances pour les personnes qui nécessitent des soins et des attentions particulières.

Dans le Gard, quelques structures répondent aux besoins de vacances des aidants. Nous vous en présentons trois.



**FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES**

30 GARD



D'autres séjours de répit



Pour vous renseigner sur les offres de séjours organisés à l'échelle nationale, l'Association Française des Aidants a répertorié quelques structures sur leur [site internet](#).

Dans le [dernier guide](#) sur les aidants édité par le Ministère chargé de la santé, retrouvez page 39 une présentation des séjours de répit et des possibilités de financement.





L'UFCV vous propose :

- des Séjours aidants-aidés dans une destination reposante, pour faciliter le répit des aidants
- des Séjours « Evasion Handicap Famille » pour favoriser les vacances des familles avec un enfant en situation de handicap

UFCV Languedoc-Roussillon, 85 rue Lunaret, 34090 Montpellier, 04 67 87 80 00



Prochain Séjour aidant-aidé organisé du 30 Mai au 3 Juin, à Marquixanes (66) !

[En savoir plus](#)



Le catalogue 2022 des destinations de vacances est désormais disponible sur le [site Evasion Handicap Famille](#) !



APF France Handicap propose à ses adhérents des vacances en France et à l'étranger, pour tous les âges.

Les inscriptions pour les séjours 2022 sont ouvertes ! [Consulter le catalogue](#)

APF Evasion France handicap est le service national d'organisation de séjours de vacances de l'association. Depuis 1936, le service défend le droit aux vacances pour tous et le droit au répit des aidants. Chaque année APF Evasion France handicap permet à plus de 900 personnes en situation de handicap - adultes, adolescents et enfants - de profiter de vacances l'été en toute sécurité.

Un éventail large de séjours en France et à l'étranger est proposé de mai à septembre, avec des rythmes et des projets différents, permettant aux vacanciers de partir quel que soit leur niveau d'autonomie.

APF France Handicap, délégation du Gard, 83 Rue André Le Nôtre, Actiplus Bat A5, 30900 Nîmes, 04.66.29.27.07, dd.30@apf.asso.fr



France Alzheimer organise chaque année des [Séjours Vacances](#) pour les aidants et leur proche, à la mer ou à la montagne.

Les séjours sont encadrés par les bénévoles de l'association et par des professionnels. Vous pouvez bénéficier de 3 séjours différents :

- **Le séjour à thème**, autour de la médiation équine (pour l'aidant et la personne malade)
- **Le séjour détente** (pour l'aidant et la personne malade)
- **Le séjour solo** (pour les aidants)

[Consulter le catalogue](#)

France Alzheimer Gard, 11 Place du Calvaire, 30320 Marguerittes, 04 66 21 03 09 alzheimer.gard@wanadoo.fr



ACTUALITES

Ouverture d'une Halte répit sur Caissargues : « Le temps d'une pause »

France Alzheimer Gard et Vivadom-Amaelles s'associent et mettent en place une Halte répit, « Le temps d'une pause », sur Caissargues ! Une solution alternative, gratuite et facile d'accès pour le repos des aidants.

Cette initiative résulte d'une volonté commune des deux associations de soulager les aidants dans leur quotidien. Les proches accompagnés par les aidants sont pris en charge sur la Halte répit le temps d'une après-midi par une équipe spécialisée (une auxiliaire de vie d'Amaelles et un bénévole de France Alzheimer).

La Halte répit est un lieu d'accueil non médicalisé qui permet aux proches aidants de confier leur proche : que ce soit pour l'après-midi, durant une heure et demi ... ce temps-là permet aux aidants de prendre quelques heures pour eux.

Ce dispositif est ouvert aux personnes adultes souffrant de troubles cognitifs ou d'une maladie neuro-évolutive (maladies d'Alzheimer et apparentées). Des activités collectives sont proposées aux proches aidés en fonction des besoins de chacun, ce qui favorise le lien social, les interactions, la stimulation ... 6 à 7 personnes sont accueillies tous les lundis après-midi sur Caissargues.

France Alzheimer Gard et Vivadom-Amaelles sont en relation avec d'autres communes pour vous proposer des solutions de répit au plus près de chez vous !

*La Halte Répit « Le temps d'une pause » est gratuite. Tous les lundis de 14h à 17h sur Caissargues, fermée pendant les vacances scolaires. Pour bénéficier du dispositif GRATUIT : 06.27.55.44.84, fournel@vivadom.net
Action financée grâce au soutien de la CFPPA du Gard et Malakoff Humanis.*

a.fournel@vivadom.net', 'Tous nos services sur amaelles.org', and logos for CAISSARGUES, GARDE, malakoff humanis, and FRANCE ALZHEIMER."/>

Vivadom Amaelles

Le temps d'une pause Halte-répit

créons ensemble des jours heureux

Offrir du temps à ceux qui donnent de leur temps

Qu'est-ce qu'une halte répit ?

La halte répit permet aux aidants de confier leur proche à une équipe spécialisée afin de s'autoriser un peu de temps pour eux.

C'est un lieu d'accueil non médicalisé qui propose des activités variées et adaptées aux personnes souffrant de maladies neuro-évolutives (maladie d'Alzheimer ou apparentée), de troubles cognitifs dans le respect des possibilités et envies de chacun.

À Caissargues tous les lundis de 14h à 17h

Comment bénéficier du dispositif ? Contacter la plateforme de répit Amaelles Vivadom : 06 27 55 44 84 ou par mail : a.fournel@vivadom.net

Tous nos services sur amaelles.org

Dispositif gratuit soutenu par : CAISSARGUES GARDE malakoff humanis FRANCE ALZHEIMER

Une nouvelle association sur Nîmes : La Maison Barcelo

La Maison Barcelo a été créée en début d'année pour venir en aide aux familles et aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer de manière précoce. Créée à la suite d'une expérience personnelle, cette association accompagne les familles au quotidien en intervenant au niveau départemental. Elle est à votre écoute, vous informe sur la précocité de la maladie d'Alzheimer et les prises en charge possibles.

La Maison Barcelo est une association en cours de création mais elle accompagne déjà des familles. L'association a pour projets de proposer aux aidants une pluralité d'activités : ateliers aidant-aidé, groupe de parole, moments de répit ...



Contact : La Maison Barcelo, 06.29.82.32.04, lamaisonbarcelo@gmail.com, page Facebook : [@lamaisonbarcelo](https://www.facebook.com/lamaisonbarcelo)

Le Gard Solidaire : donnez-votre avis !

Le Conseil Départemental du Gard renouvelle cette année le Schéma de l'action sociale. Une concertation a été lancée au mois de Février pour recueillir l'avis des gardois et gardoises sur différents sujets (suivi et protection de l'enfance, personnes en situation de handicap, aide au retour à l'emploi, personnes âgées, logement ...) : les réponses seront prises en compte dans la rédaction du futur Schéma des solidarités sociales 2022-2027.

Le Schéma des solidarités sociales guidera l'action du Conseil Départemental pour les 5 années à venir. Il déterminera sa politique et les actions entreprises. Le travail des associations et structures agissant auprès des aidants pourra évoluer au regard du nouveau Schéma.

Les aidants sont au cœur de la concertation, nous vous invitons à répondre aux questionnaires et donner votre avis !

Nous sommes à votre disposition : nous pouvons vous accompagner dans le remplissage des questionnaires en ligne à l'Espace Ressource Santé.

Jusqu'au 30 Avril 2022. [Participer à la concertation citoyenne](#)



Numéro vert pour la vaccination des personnes âgées

Un numéro vert a été mis en place pour les **personnes âgées de 80 ans et plus** pour se faire vacciner contre la Covid-19 à domicile ou chez un professionnel de santé.

Vous pouvez prendre rendez-vous en téléphonant au 0 800 730 957

[En savoir plus](#)



Ça se passe en Mai !

Jeux d'expression et de théâtre sur Alès

La Maison des Aidants vous propose un nouvel atelier de détente et d'expression à travers le jeu et le théâtre. Une metteuse en scène de théâtre et une psychologue animeront les ateliers.

Le rendez-vous est donné tous les mardis de Mai et de Juin, sur Alès !

Les mardis 3, 10, 17, 24, 31 Mai et le mardi 7 Juin. Sur inscription.
La Maison des Aidants, 06.47.21.24.67, maisondesaidants.gc@filieris.fr

[En savoir plus](#)



Rencontres autour de la fibromyalgie au Café d'Anaïs, sur Nîmes

L'association Fibro'Action vous propose tous les premiers samedis du mois des « Rencontres autour de la Fibromyalgie ». Ces rencontres sont des moments thématiques au cours desquels vous pouvez parler de la maladie, faire connaissance d'autres personnes confrontées aux mêmes problématiques, ...

Les Rencontres ont lieu au Café d'Anaïs, un lieu associatif, social et solidaire, qui vous propose une programmation dense et régulière pour tous les publics : tricot, dessin, théâtre, café, patchwork, sciences ...

La prochaine « Rencontre autour de la Fibromyalgie » aura lieu le 7 Mai, de 14h à 17h sur le thème « Fibromyalgie et vie de couple »

Gratuit. Sur inscription. Les rencontres ont lieu au Café d'Anaïs, 15 Rue nationale, 30000 Nîmes Association Fibro'Actions du Gard, fibroactionsdugard@gmail.com, 06.84.69.97.59, www.assofibromyalgie30.fr



Conférence de Prévention Santé, organisée par la MSA

La MSA, en partenariat avec le CCAS de Roquemaure, vous invite à une Conférence de Prévention Santé. Cette conférence a lieu dans le cadre des actions de prévention menées par la MSA envers les aidants ([en savoir plus](#)).



du Languedoc

Rendez-vous le Lundi 9 Mai 2022 à 14h au CCAS de Roquemaure – Espace CLIC, Place de Châteauneuf ! A la suite de la conférence, vous pourrez vous inscrire à des ateliers thématiques animés par des travailleurs sociaux de la MSA.

Pour y participer, veuillez remplir le bulletin d'inscription [disponible ici](#).

MSA, Action sanitaire et sociale, Bat A – 33, Allée de l'Argentine, 30900 Nîmes, 04.66.63.67.78

La R'Hando : 10km de solidarité pour favoriser l'accès au sport de chaque personne en situation de handicap

L'Unapei 30 organise de nouveau cette année la « R'Hando », une randonnée de 10km à travers la garrigue et les vestiges du Pont du Gard.

L'objectif de cet événement est de *proposer un événement ludique et convivial dont les bénéfices sont destinés à la réalisation de projets favorisant l'inclusion des personnes en situation de handicap par le sport.*

Les fonds collectés lors de la première édition de 2019 avait permis [l'acquisition d'une joëlette](#) (fauteuil tout terrain), permettant aux personnes à mobilité réduite accompagnées par l'Unapei 30 de participer à des activités physiques de plein air.



La R'Hando est fixée cette année au Dimanche 15 Mai, à 10h au Pont du Gard !

Sur inscription. Billeterie ouverte. [En savoir plus](#) Unapei 30, contact@unapei30.fr, 04.66.05.05.80

Evénements

Sensibilisation et information sur les aides techniques qui facilitent le quotidien
L'association Gard'et Autonomie organise des ateliers pour les proches aidants sur les aides techniques qui facilitent le quotidien (barre d'appui, cannes ...) Vous bénéficierez de conseils dans la mise en pratiques et l'utilisation des aides techniques.

D'Avril à Juin, à St Quentin la Poterie, Vauvert, Jonquières St Vincent et au Vigan.

GRATUIT [En savoir plus](#)

Contact : Gard'et Autonomie, 1 Esplanade du Mont-Cotton, 30200 Bagnols-sur-Cèze, 07.66.60.31.31, contact@gardetautonomie.com, gardetautonomie.com

Ateliers pour les proches aidants : cuisine et jardinage

La Communauté de Communes Cèze Cévennes organise des ateliers pour les proches aidants de 60 ans et plus :

- Les ateliers "Grignot'âge" sont des ateliers cuisine entre aidants et aidés où chacun sera force de proposition et plein acteur. A la salle des fêtes de Potellières
- Les ateliers "Jardin'âge" sont des moments de jardinage ensemble, deux fois par semaine, dans les jardins collectifs de Saint-Victor de Malcap ou de Méjannes le Clap

GRATUIT [En savoir plus](#)

Contact : Chloé Laurenti - Anim'en Vie, 06.28.92.56.66, animenvie@laposte.net

De Parent à Aidant, histoire d'un parcours

Troisième temps d'échange organisé **le 19 Avril au Jardin Intérieur**, à Marguerittes !

Les aidants sont invités à partager leur expérience et leur parcours de « parent » devenu « aidant ».

Ces rencontres sont organisées dans le cadre du CEPAPHO (Collectif d'échange aidants et professionnel). [En savoir plus](#)

GRATUIT. Toute la matinée au Jardin Intérieur, ZA La Ponche Sud, 4 route d'Avignon, 30320 Marguerittes.

Sur inscription au 04.67.02.91.86 ou en envoyant un mail à lanquedocroussillon@erhr.fr

Contact : Equipe Relais Handicap Rare Languedoc-Roussillon, Espace Henri Bertin Sans, 59 avenue de Fès – Bâtiment A, 34080 Montpellier, 04.67.02.91.86, lanquedocroussillon.erhr.fr



Nouveauté !

L'Association Française des Diabétiques du Gard (AFD 30) organise depuis plusieurs années déjà les « Café Diabète ». Une rencontre a lieu désormais **tous les 2èmes lundis du mois sur Nîmes** (secteur Ville Active).

Les Cafés Diabète sont l'occasion de partager un moment convivial et de trouver du soutien face à la maladie, pour les proches aidants et les personnes diabétiques.

Retrouvez l'AFD 30 sur la plateforme Aidants Gard ([en savoir plus](#)).

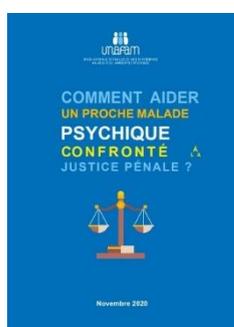


OUTILS ET RESSOURCES

Centre de Ressources
Documentaires du CODES 30,
Nîmes

Le Centre de Ressources Documentaires du CODES 30 met à votre disposition chaque mois de nouveaux documents et outils pédagogiques pour accompagner vos actions de supports d'information et d'animation.

Les documents sont à retirer gratuitement ou à emprunter pour une durée de 15 jours. N'hésitez pas à contacter la documentaliste par téléphone au 07.49.17.74.74 ou par mail à documentation@codes30.org
Les documents peuvent être récupérés sur place ou pendant les permanences sur les antennes du département. [Nous contacter](#)



Brochure / Comment aider un proche malade psychique confronté à la justice pénale, Unafam, 2021



D'après une étude publiée en 2017, les personnes incarcérées souffrant de pathologies psychiatriques représentent un détenu sur sept. D'autres estimations évaluent à 21,4% la présence de troubles psychiques chez les détenus en France métropolitaine. Du côté des ministères et des personnels pénitentiaires, on parle même de 30%. Les proches de personnes malades psychiques concernées par une procédure judiciaire sont généralement démunis. C'est pourquoi l'Unafam a élaboré un guide qui leur est destiné. [Télécharger le document](#)



Brochure / Proches aidants, Accompagner une personne atteinte d'un cancer, Cancer Contribution, 2020



On estime aujourd'hui à 5 millions d'aidants qui aident une personne touchée par le cancer, soit 1 personne sur 10 en France. Souvent silencieux les proches aidants jouent pourtant un rôle clé dans la prise en soins notamment à domicile.

Cette brochure vise à répondre à une partie des besoins de ces personnes si précieuses. Elle apporte des réponses aux principales questions des aidants. [Télécharger le document](#)



Affiche /angoissé, déprimé ou énervé ? Parles-en, Santé Publique France, 2022



Cette affiche met en scène un lycéen en situation de mal-être et elle recommande aux jeunes dans de telles situations de parler de ces situations avec un tiers de confiance ou la plateforme Fil Santé Jeunes. 6 affiches différentes ont été éditées

[Disponible en téléchargement](#) et retirable gratuitement au Centre de Ressources Documentaires

Les numéros du mois de Mars sont arrivés !

Revue Contact (France Alzheimer) et Lumen (UNADEV)

à consulter
sur place



à retirer
gratuitement

Consulter la plateforme en
ligne dédiée aux proches
aidants :
Aidants Gard

aidants@codes30.org

Espace ressource
Proches Aidants

pour ceux qui aident un proche
en perte d'autonomie liée à l'âge ou au handicap

58 Avenue Georges Pompidou, 30900 Nîmes

Newsletter éditée par le CODES 30

Comité Départemental d'Education pour la Santé du Gard,
15 rue Sainte Anne, 30900 Nîmes - Tél. : 04 66 21 10 11

E-mail : contact@codes30.org

Site Internet : www.codes30.org