



Prendre en compte la santé des aidants

Repérer, orienter, suivre : une démarche en trois étapes pour proposer aux **aidants** un accompagnement individualisé.

Accompagner les personnes malades, en situation de handicap ou de dépendance amène à prendre en compte leur environnement de vie dont font partie les proches aidants. En tant que professionnels, nous observons souvent leurs difficultés, leurs besoins et recueillons parfois leurs demandes. Mais comment se positionner dans ces situations et favoriser la possibilité pour les aidants de concilier ce rôle et leur santé ?

Ces questions de fond qui traversent souvent les pratiques des professionnels confrontés à l'accompagnement des personnes malades ont émergé au cours d'une mission d'observation et d'analyse menée en 2015 par l'Association Française des Aidants en convention avec la Direction Générale de la Santé (DGS).

Le présent livret à destination de tous les professionnels a été conçu afin de faire avancer la prise en compte et l'accompagnement des aidants. Il propose des repères pour identifier des éventuels ajustements et améliorations à apporter à sa pratique. C'est un outil qui se veut le plus concret et pratique possible. Il est construit en deux parties : la première présentant une démarche en trois étapes pour accompagner les aidants et une deuxième avec des fiches pratiques.

Cet outil a été réalisé à partir des apports de nombreux aidants, professionnels et acteurs institutionnels qui ont dédié un temps précieux pour partager leurs connaissances et leurs expériences ainsi que les partenaires et les membres du comité de pilotage.

Qu'ils soient tous remerciés pour leur contribution.

La santé n'est pas seulement
l'absence de maladie
mais est un état de bien-être
complet, qui agit sur les
trois dimensions physique,
psychologique et sociale.

Une approche globale
de la santé favorise un
accompagnement de qualité.



DES QUESTIONS QUI SE POSENT SOUVENT AUX PROFESSIONNELLS :

- > **Quel est mon rôle** vis-à-vis des aidants des personnes que j'accompagne ?
- > Comment identifier si **une personne est en situation d'aidant** ?
- > Comment identifier avec l'aidant **des réponses ajustées à sa situation** ?
- > **Vers qui orienter** les aidants que je rencontre ?

Repérer, orienter, suivre : une démarche en trois étapes pour prendre en compte les aidants et leur santé



ÉTAPE 1 : REPÉRER LA SITUATION DE L'AIDANT

Repérer avec l'aidant la situation qu'il vit à un moment donné de son parcours est une étape importante de partage et de prise en compte pour **identifier avec lui ce qui manque, ce qui est une richesse, son avis et ses attentes.**

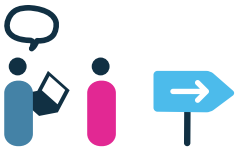
Proposer cet échange à l'aidant lui offre la possibilité de disposer d'un espace et d'un temps pour lui. Cet échange permet aussi aux professionnels de mieux comprendre la situation de l'aidant. Ainsi l'aidant et le professionnel peuvent ensemble repérer les éventuels déséquilibres afin de trouver des réponses adaptées par la suite.

> **Repérer** la situation sociale, personnelle et professionnelle de l'aidant (Est-il soutenu par la famille, les amis, etc. ? Est-il en situation professionnelle ?)

> **Repérer** si le proche malade bénéficie des aides humaines, financières, techniques dont il a besoin

> **Repérer** les modalités dans lesquelles l'aidant accompagne son proche au quotidien (Que fait-il ? Combien de temps y consacre-t-il ?)

> **Repérer** comment l'aidant vit sa situation (Comment va-t-il ? Est-il fatigué ? Quel impact la situation a sur sa santé, sa vie personnelle, etc. ?)



ÉTAPE 2 : ORIENTER LES AIDANTS VERS DES RÉPONSES ADAPTÉES

Après avoir repéré avec l'aidant ce qui pose difficulté dans sa situation, il s'agit d'identifier avec lui des réponses ajustées à ses difficultés et ses besoins, acceptables pour lui et son proche.

Une ou plusieurs réponses peuvent être adaptées, à un moment donné du parcours de l'aidant. Les **grandes catégories de réponses** sont :

- > **soutien** (individuel ou collectif)
- > **information**
- > **formation**
- > **médiation familiale**
- > **loisirs** pour l'aidant ou à partager avec le proche
- > **dispositifs facilitant la conciliation** de la vie d'aidant et vie personnelle
- > **santé**

De nombreuses structures locales proposent des actions à destination des aidants.

Pour connaître les actions mises en œuvre localement à destination des aidants, vous pouvez vous rapprocher du Conseil Départemental et/ou du Centre Communal d'Action Sociale de votre commune ainsi que du réseau de partenaires de votre structure.



ÉTAPE 3 : PROPOSER UN SUIVI AUX AIDANTS

Les aidants peuvent parfois éprouver le besoin et le souhait d'être accompagnés dans leur parcours par un professionnel, un pair ou un bénévole. Aussi il est important de s'en assurer auprès de lui et, le cas échéant :

> **D'organiser avec lui ce suivi** (à quelle fréquence, dans quelles modalités, etc.) si cela fait partie de vos missions et que votre rôle vous permet de répondre à ses attentes

ou

> **De l'orienter vers un interlocuteur ou une structure locale** en mesure d'assurer ce suivi s'il ne s'inscrit pas dans le cadre de vos missions professionnelles ou s'il fait appel à des compétences complémentaires

1. L'aidant **souhaite-t-il être accompagné ?**
2. **Est-ce mon rôle** de réaliser ce suivi ?

En fonction des territoires, diverses structures existent pour suivre et accompagner des aidants. Mais avant tout, il s'agit de se demander de quel type de suivi pourrait avoir besoin l'aidant.

[suite >](#)

L'aidant souhaite-t-il être accompagné :

L'interlocuteur à privilégier :

D'un point de vue médical

- > Médecin traitant
- > Centre de santé
- > Hôpital

D'un point de vue psychologique

- > Psychologue libéral
- > Structure mettant en place de groupes de parole ou d'échange, des Cafés des Aidants, etc.

D'un point de vue général (par rapport à sa situation)

- > Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique (CLIC) : centre d'accueil, de conseil et d'orientation des personnes âgées de plus de 60 ans et de leurs proches, dédié à faciliter l'accès aux droits
- > Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) : centre d'accueil et d'accompagnement des personnes en situation de handicap, de moins de 60 ans, ainsi que de leurs proches pour toutes les démarches liées aux situations de handicap
- > Plateforme d'accompagnement et de répit : dispositif créé à l'origine pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou apparentée et leurs aidants qui s'ouvre désormais à des publics plus larges. Elle peut être portée par un accueil de jour autonome ou adossée à un Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD)
- > Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) : est dédié à l'accompagnement des familles en difficulté, des personnes âgées et des personnes en situation de handicap, quant aux aides, actions et dispositifs locaux
- > Réseau de santé
- > Conseil Départemental

Les fiches pratiques
proposées ici sont
à destination de tout
professionnel accompagnant
des personnes malades
et leurs proches.

Parlons de coopération !

La coopération propose d'aller plus loin que la coordination : à la place d'un seul chef de file, chacun peut contribuer, de manière équilibrée et à parité, à la construction d'une action commune ; la parole est libre et circulante.

COOPÉRATION, VOUS AVEZ DIT COOPÉRATION ?

La coopération est le fait de participer à une œuvre commune, avec des intérêts communs et où chacun tire profit des actions engagées.

Alors qu'est-ce que cela signifie en matière d'accompagnement des aidants ? Il est bien question de faire ensemble (aidants, professionnels, institutions), de créer ensemble des actions en réponse à des besoins précis. Ensemble signifie que, chacun pour sa part, apporte sa contribution, qu'elle soit conceptuelle, opérationnelle, matérielle, etc.

Il est donc question ici de franchir un pas supplémentaire par rapport à la coordination, qui constitue davantage une harmonisation des activités.

UN VASTE CHANTIER

La coopération nécessite un socle partenarial fort, quelques compromis, une pincée de diplomatie et un zeste de négociation. Rien que ça ?

- > De **solides partenariats**, ce qui renvoie à la notion d'équilibre entre les parties et du faire ensemble
- > **Des compromis** car tout n'est pas acceptable pour tout le monde et chacun va devoir revoir ce qu'il prétend en renonçant non pas à des valeurs mais à quelques principes
- > **De la diplomatie** puisqu'il est question de contenter tout le monde et de ne pas oublier l'objectif initial
- > **De la négociation** pour que finalement, chacun y trouve son compte !



CONCRÈTEMENT, COMMENT S'Y PRENDRE ?

La coopération s'organise sur un territoire donné et dans le temps. Pas question que ce soit l'objet d'une seule consultation !

Pour faire vivre la coopération, les acteurs peuvent être interpellés, sollicités et mobilisés dès l'idée de départ. Et cette même idée de départ va pouvoir être travaillée en commun pour répondre aux objectifs de chacun et favoriser la réussite d'un dispositif.

Ainsi, pour une coopération efficace, il est intéressant de :

- > Déterminer en amont les objectifs communs et les objectifs individuels ; cela permettra de toujours s'y référer
- > Tenir compte des possibilités de chacun ; il est bien sûr souhaitable que ces dernières soient exprimées de manière claire
- > Construire un plan de travail associant chacune des parties prenantes

Différents outils permettent d'organiser la coopération, comme l'association d'acteurs impliqués dans l'élaboration d'études, de diagnostics, la mise en place de comités dédiés...

COOPÉRER AVEC LES AIDANTS

Les aidants sont une ressource précieuse pour mieux comprendre leurs besoins et pouvoir adapter les productions à une réalité du quotidien, tout en se détachant des représentations que l'on peut avoir sur eux.



S'y retrouver parmi les outils

Bien qu'ils ne puissent en aucun cas se substituer aux compétences professionnelles, les outils peuvent constituer des supports intéressants dans la pratique. Ils permettent par exemple de s'inscrire dans une approche plus globale des situations, d'objectiver ses observations ou ses intuitions, etc.

Différents outils existent, avec des finalités et des modalités d'utilisation diverses. En tant que professionnel, l'enjeu est d'identifier lequel correspond au mieux à ses missions et à sa pratique et de définir le plus précisément possible le cadre dans lequel son usage s'avère pertinent.

Alors, comment se repérer ?

UNE QUESTION PRÉALABLE : QU'AI-JE BESOIN DE SAVOIR, POUR QUOI FAIRE ?

Avant d'intégrer un outil à sa pratique professionnelle, il est fondamental de poser les objectifs du recueil d'informations. Deux entrées existent lors du recueil d'information auprès de l'aidant :

	Accompagner l'aidant :	Accompagner la personne malade :
Dans quel objectif ?	Orienter l'aidant vers des dispositifs adaptés à sa situation lui permettant de mieux vivre sa situation d'aidant (soutien, formation, orientation santé, répit, etc.)	Améliorer l'aide et les soins apportés à la personne malade en adaptant l'accompagnement des personnes malades au regard de la juste place et des rôles respectifs des professionnels et des proches
Quels éléments recueillir au sujet de l'aidant ?	Recueillir des éléments sur sa situation, son vécu, ses besoins à lui	Recueillir la manière dont l'aidant accompagne son proche



LES OUTILS À DISPOSITION DES PROFESSIONNELS

Plusieurs outils, en fonction de l'objectif, peuvent être utilisés pour faire le point sur la situation de l'aidant :

Public :	Outil :	Avantages :
Aidants	COAT	S'inscrit dans une approche globale
	ZARIT	Peut s'auto-administrer
	ROSA	S'inscrit dans une approche globale
Personnes malades	GEVA, AGGIR, DESIR, etc.	Possibilité de tenir compte de l'aidant en recueillant son implication auprès de son proche

ATTENTION : CETTE LISTE N'EST PAS EXHAUSTIVE ET A VOCATION D'ILLUSTRATION

ZOOM SUR ROSA :

L'outil de **Repérage et d'Observation de la Situation d'un Aidant (ROSA)** est au service d'une posture et d'une méthode de travail. Son utilisation repose sur la mise en œuvre d'une démarche structurée et co-construite entre l'aidant et le professionnel, consistant à regarder la situation dans une vision globale et à repérer ce qui pose difficulté. Ceci, dans l'objectif d'identifier avec l'aidant des réponses ajustées et circonstanciées, acceptables par lui et par son proche. ROSA est aussi un support à la pratique professionnelle. Cet outil en ligne propose un guide d'entretien, permet la création de dossiers individualisés et la réalisation de synthèses. Il facilite le suivi des situations.

Pour en savoir plus : rosa.aidants.fr

Avec la formation : en route vers la re-connaissance !

POURQUOI SE FORMER SUR LA THÉMATIQUE DES AIDANTS ?

> Trouver des pistes de réflexion et d'action à des questionnements rencontrés dans sa pratique

Dans la triangulation des relations entre personnes accompagnées, proches aidants et professionnels, trouver sa juste place n'est pas toujours mince affaire ! Pourtant, la construction de relations de confiance entre ces trois acteurs est essentielle pour que la parole de chacun soit prise en compte et que chacun soit reconnu dans son rôle.

> Faire évoluer sa pratique professionnelle

La prise en compte des proches aidants constitue un véritable enjeu de société qui traverse pleinement les secteurs de l'aide, de l'accompagnement et du soin. Quelle attention et quelle considération porter aux proches aidants ? Comment les accompagner dans leur rôle sans les y assigner ? Des questions fondamentales sur lesquelles des organismes de référence tels que l'ANESM¹ ont publié des recommandations de bonnes pratiques professionnelles.

SE FORMER : À QUOI ?

Pour envisager un projet de formation correspondant au mieux à vos attentes, la première étape est de s'interroger sur votre rôle vis-à-vis des aidants :

1. S'agit-il pour vous de **les prendre en compte dans l'accompagnement de personnes malades, en situation de handicap ou de dépendance ?**
2. Et/ou s'agit-il **de les accompagner eux à proprement parler ?**

1 : Agence Nationale de l'Evaluation et de la qualité des établissements et Services sociaux et Médico-sociaux



Plusieurs thématiques de formation peuvent être envisagées :

> Concernant la prise en compte des aidants, il existe des formations sur le questionnement éthique et la prise en compte des aidants dans l'accompagnement des personnes fragilisées ; la prise en compte des aidants dans l'évaluation de la situation de la personne accompagnée ; les outils de gestion des conflits entre personnes accompagnées, proches aidants et professionnels ; la prise en compte de la dimension interculturelle, etc.

> Concernant l'accompagnement des aidants, plusieurs thématiques sont envisageables : le repérage de la situation d'un aidant ; le montage d'un projet à destination des aidants ; l'animation d'une action d'accompagnement des aidants, etc.

SE FORMER : COMMENT ?

Pour se former différents moyens existent :

> En vous rapprochant d'organismes de formation (c'est-à-dire des structures possédant un numéro de déclaration d'activité auprès de la DIRECCTE²) intervenant sur ces thématiques

> En sollicitant votre employeur ou votre OPCA³ pour vérifier les possibilités de financement que vous pouvez obtenir au titre de la formation professionnelle continue

À noter : pour les professionnels de santé, ces formations peuvent parfois s'inscrire dans le cadre du DPC (développement professionnel continu).

Selon vos attentes, vous pouvez :

> Vous inscrire à des sessions de formation en inter-établissements, lors desquelles vous rencontrerez des professionnels de différents horizons

> Envisager l'organisation d'une formation au sein de votre structure pour réfléchir à ces questions en équipe



2 : Direction régionale des entreprises, de la concurrence, de la consommation du travail et de l'emploi

3 : Organisme paritaire collecteur agréé

Une approche globale de la santé

La **promotion de la santé** considère la santé au-delà d'une vision curative et préventive, l'approche globale étant privilégiée. C'est un concept peu usité en France, pourtant largement employé à l'international. Il convient alors de redéfinir ce concept qui a été institué par la Charte d'Ottawa en 1986 et qui selon la dernière charte de Bangkok de 2015, a pour objectif de favoriser une approche positive, globale et transversale de la santé, de permettre à l'individu d'être acteur de sa santé, de créer des environnements favorables et de réduire les inégalités de santé. Pour ce faire, la promotion de la santé s'appuie sur cinq grands principes :

1. ÉLABORER DES POLITIQUES POUR LA SANTÉ

La promotion de la santé a vocation à mettre tous les acteurs autour de la table : politiques locales, acteurs des secteurs privés, publics, médico-sociaux et sanitaires. Seul un travail en réseau peut permettre la réussite de telles politiques.

2. CRÉER DES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES

La promotion de la santé veut favoriser une approche socio-écologique de la santé : l'individu ne peut pas être considéré indépendamment de son environnement (de vie, familial, professionnel, etc.). La promotion vise à préserver les espaces naturels et leurs ressources. Un environnement favorable à la santé permet aux individus de protéger leur santé. Cela est un des déterminants de la santé, à ne pas négliger dans le travail d'accompagnement des aidants.

3. RENFORCER L'ACTION COMMUNAUTAIRE

L'action communautaire consiste à associer les citoyens à la prise de décision. Elle ne se limite pas aux domaines de la santé, mais touche aussi de nombreuses thématiques comme l'éducation, la culture, etc. L'action communautaire permet le développement social grâce à la mobilisation des ressources locales. Il suppose donc la participation des populations : dans la mise en place d'actions à destination des aidants, il serait alors intéressant d'associer les aidants en amont, lors de l'élaboration des réponses qui leur sont destinées.

4. ACQUÉRIR DES APTITUDES INDIVIDUELLES

La promotion de la santé vise à permettre à chaque individu d'acquérir des compétences psycho-sociales. Un travail autour du développement du pouvoir d'agir et de choisir sa propre vie, en étant capable d'analyser sa situation. Pour les aidants, le développement de ces compétences peut s'appuyer sur leur participation à des actions d'information, à de la formation, à des ateliers, etc.



5. RÉORIENTER LES SERVICES DE SANTÉ

Faire de la promotion de la santé n'est pas la mission d'une seule structure ! Elle est à partager entre particuliers, groupes communautaires, professionnels, établissements, politiques publiques. Tous sont appelés à œuvrer ensemble à la création d'un système de soins le plus adapté pour les personnes. S'orienter vers un modèle de promotion de la santé signifie que les structures sont amenées à soutenir les individus et les groupes dans leur recherche d'une vie plus saine.



i PROMOUVOIR C'EST DIFFÉRENT DE PRÉVENIR !

Bien souvent, ces deux notions sont confondues car même si elles peuvent être complémentaires, elles n'ont pas le même but. La prévention s'inscrit dans le système de santé actuel, c'est-à-dire dans une approche curative, biomédicale et verticale. Elle est souvent limitée à de la prévention primaire (réduire l'incidence d'une pathologie dans une population donnée¹) et est descendante : le professionnel apporte le savoir. Au contraire la promotion de la santé est dans une approche horizontale où chacun participe en y apportant sa contribution.

1 : www.questionsante.org

L'Association Française des Aidants

Depuis sa création en 2003, l'Association Française des **aidants** milite pour la reconnaissance du rôle et de la place des aidants dans la société. Elle oriente et soutient les aidants localement notamment via l'animation du réseau national des *Cafés des aidants*[®], des Ateliers Santé, assure des formations sur les questions liées à l'accompagnement pour les proches aidants et les équipes professionnelles, diffuse l'information, développe des partenariats et participe à la construction d'outils pour mieux appréhender les attentes et les besoins des aidants.

Association Française des Aidants
250 bis, boulevard Saint-Germain 75007 PARIS
www.aidants.fr / aide@aidants.fr