



## Le collectif Je t'Aide récompense 5 lauréat.e.s pour la 3<sup>ème</sup> édition du "Prix Initiatives Aidant.e.s"

Paris, le 1<sup>er</sup> Octobre 2020

Le collectif **Je t'Aide** remettra, à l'occasion de la Journée Nationale des Aidant.e.s le 6 octobre prochain, le **Prix Initiatives Aidant.e.s** à 5 lauréat.e.s ayant proposé des projets autour de la thématique 2020 : le répit des aidant.e.s. Avec plus de 25 projets reçus, cette 3<sup>ème</sup> édition témoigne de la créativité, de l'implication et de la mobilisation des participant.e.s pour proposer des solutions adaptées au quotidien des aidant.e.s.

### DES RELAIS GRATUITS POUR LES AIDANT.E.S : PRIX COUP DE CŒUR



Créée en 2008, l'association Espace Singulier facilite le quotidien des personnes malades, en situation de handicap ou en perte d'autonomie liée à l'âge ainsi que leurs aidant.e.s en Essonne. Ouvert à tous, Espace Singulier facilite le quotidien des tandems aidant.e.s/aidé.e.s en Essonne. Pour répondre aux particuliers et aux professionnels, l'association a créé trois Relais gratuits et innovants qui fonctionnent en synergie : Ressources, Répit et Mobilité. Le Relais Répit propose des répits ponctuels au domicile des tandems aidant.e./personne aidée habitant en Essonne. Un relayeur bénévole formé reste auprès de la personne dépendante (1 à 4h) pour que l'aidant puisse souffler. Depuis 2014, 25 relayeurs bénévoles permettent de soutenir plus de 200 tandems aidant.e.s/aidé.e.s. à leur domicile. *« Durant la crise sanitaire, nous avons pu observer, via les*

*appels reçus, la dégradation de la situation des aidant.e.s. Nous avons donc complété ce Relais en proposant des « parcours de répit » qui se glissent dans le quotidien de ces personnes. Durant ces parcours, nous proposons à l'aidant.e de nous évoquer ce qu'il désire faire et nous lui organisons ses rendez-vous/sorties afin de la soulager »* commente Sandrine Podolak.  
<https://vimeo.com/443012648/64dbc5dc66>

### DES BALUCHONNEURS AU DOMICILE DE L'AIDANT.E

Baluchon France est une association qui développe le baluchonnage en France. C'est une solution de répit pour les aidant.e.s de personnes handicapées ou en perte d'autonomie : un.e professionnel.le formé.e, expérimenté.e et supervisé.e accompagne l'aidé.e à domicile, 24h/24, de 36 heures à 12 jours consécutifs, pour permettre à l'aidant.e de partir en vacances.. Le baluchonneur va s'occuper de l'aidé.e comme le ferait l'aidant.e. C'est une solution pour maintenir un.e aidé.e dans son lieu de vie, dans ses habitudes, de respecter ses rythmes et d'éviter le changement de professionnels autour de lui.elle. Le baluchonnage permet aussi à l'aidant.e de confier la responsabilité de sa maison et de son proche à une seule et même personne. Baluchon France se développe depuis 2013 et surtout depuis 2019 en expérimentation. *« J'ai moi-même passé deux ans au Québec pour me former au baluchonnage québécois. C'est une solution qui se développe doucement en France, grâce à une dérogation de la législation du travail pour autoriser les baluchonneurs à travailler 24h/24 plusieurs jours consécutifs, ils bénéficient de tous les repos compensatoires auxquels ils ont droit. C'est une solution qui mérite de trouver sa place en France parmi les offres de répit »* commente Rachel Petitprez.



<https://www.youtube.com/watch?v=zH-SP7e2jAo&feature=youtu.be>

### DES SEJOURS DE REPIT POUR LES FAMILLES ET PROCHES DE MALADES OU DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP PSYCHIQUE



Créés en 2009 par l'association R.E.P.I.T, repris en 2014 par l'ŒUVRE FALRET, les séjours REPIT s'adressent aux familles et proches de personnes malades ou handicapées psychiques. Au cours de ces séjours, les aidant.e.s bénéficient de formation (prise de recul face à la maladie mentale, réflexion sur le rôle d'aidant.e, gestion des émotions et du stress...), de séances de relaxation et de remise en forme (Tai Chi, activités corporelles, Shiatsu) et aussi de loisirs, d'ateliers d'arts créatifs, de moments de partage leur permettant de sortir de l'isolement. Les séjours s'adressent à un public en provenance de tout le territoire national et ont lieu dans des régions touristiques attractives et/ou centrales et changent régulièrement d'endroit en fonction des besoins. *« Les aidant.e.s en santé mentale sont assez peu*

identifiés, voire invisibles, tout comme le handicap psychique » explique Sandrine Broutin. « Cela paraît incroyable d'arriver en 8 jours à transformer le cours d'une vie. Les aidant.e.s ont alors une autre vision de ce que va être leur vie » commente Catherine Savourin.

<https://www.youtube.com/watch?v=3RblhGDfq-c&feature=youtu.be>

## LE LABORATOIRE DE REPIT

C'est en 2016 que Louis et Elodie créent "Les bobos à la ferme", projet touristique qui propose des séjours de répit pour les aidant.e.s et leurs proches. En 2019, ils ouvrent le 1er gîte (Tourisme et Handicap, 3 étoiles). Sur-mesure, les séjours proposés offrent une possibilité de relayage par un professionnel qualifié qui accompagne la personne aidée, favorisant le répit des aidant.e.s. Le laboratoire de répit œuvre au soutien des aidant.e.s et, en particulier, des parents d'enfants en situation de handicap. Il mène des actions plurielles, notamment l'organisation des Rendez-vous des parents extraordinaires (groupes de paroles et activités adaptées) et de séjours de répit inclusifs pour les familles aidantes. Il lance également en 2019, Bulle d'air, service de répit de la MSA, en Montreuillois.

Ce service est composé de 6 relayeurs sur le territoire et travaille en partenariat avec les institutions de formation du territoire et les services d'aides à domicile. « De par notre expérience, nous prenons le parti de ne pas faire de notre ferme un lieu centré autour de la maladie mais plutôt d'apporter aux aidant.e.s le cadre le plus normal et le moins médicalisé possible. Nous accueillons beaucoup de familles aidantes qui n'avaient jamais osé considérer un séjour de répit comme possible pour elles mais, en s'identifiant à nous en tant qu'aidant.e.s ayant construit une solution de répit pour les aidants, sautent le pas » commente Elodie d'Andréa.

[https://www.youtube.com/watch?v=9BkVF\\_68cS8&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=9BkVF_68cS8&feature=youtu.be)



## REPIT BULLE D'AIR



Créée en 2011 par la MSA Alpes du Nord, Répit Bulle d'air est une association dont l'objectif est d'apporter une réponse locale à la problématique d'épuisement des aidant.e.s. Elle propose des solutions de répit à domicile, et/ou en extérieur, pour une durée allant de 3h00 à plusieurs jours consécutifs pour tous les aidant.e.s. En 2019, l'association s'est rapprochée de la CAF de Savoie afin de pouvoir accompagner les parents d'enfant en situation de handicap ou de maladie, et leur permettre d'accéder à des solutions de répit adaptées, favorisant l'inclusion. Bulle d'Air permet aux parents d'accéder à un espace de liberté, d'avoir du temps libre, de prendre du temps pour les autres membres de leur famille, ou accéder à des loisirs. Aujourd'hui 8 relayeuses sont dédiées aux missions CAF. Toutes diplômées du secteur médico-social, elles disposent d'un minimum de 2 ans d'expérience

auprès d'enfants en situation de handicap. « Il n'y a pas d'âge pour être aidant. C'est pourquoi, il nous semble primordial que les parents soient eux aussi accompagnés, et puissent bénéficier d'aide au répit. L'enjeu de Bulle d'air est de légitimer le soutien aux parents aidants, de préserver leur environnement et la structure familiale autour de l'enfant. Dans certains cas, on a pu voir qu'une cohésion familiale s'était reconstruite, voire parfois créée » explique Roseline Metral.

<https://www.youtube.com/watch?v=8MLt5ZK4hBQ>

## Un prix pour faire émerger des initiatives en faveur des aidant.e.s

Les projets distingués devaient répondre à la problématique du besoin de répit des aidant.e.s. Composé d'aidant.e.s et d'expert.e.s du secteur, le jury est indépendant, les associations membres du collectif Je t'Aide n'intervenant pas dans le processus de sélection. Les 5 lauréat.e.s se verront attribuer un prix d'une valeur 3 000 € et leur contenu sera partagé sur nos réseaux sociaux. **Le lauréat "Coup de coeur" bénéficiera aussi d'un accompagnement en communication** (une journée de mentoring).

## A propos de Je t'Aide

La mission de l'association Je t'Aide est d'accompagner et d'accélérer la reconnaissance des aidant.e.s. Le collectif se positionne, dans une logique de coopération entre structures et avec les aidant.e.s, pour porter ensemble la voix des aidant.e.s, notamment via des actions de mobilisation citoyenne (des aidant.e.s, des institutions, des structures propres à les soutenir, des médias, de la société entière), et des actions de plaidoyer. L'association soutient tout projet ou dispositif qui apporte un soutien concret aux aidant.e.s. Notre objectif : faire progresser les droits et la reconnaissance des aidant.e.s, par la société et par les professionnels de santé et du médico-social. En savoir plus : <https://www.associationjetaide.org/>

Contact presse : Florence Sabatier - [florence@associationjetaide.org](mailto:florence@associationjetaide.org) - Tél. : 06.61.41.02.98

