**Projet HAD 35**

**« Un temps pour soi »  
(à destination des aidants des patients de l’HAD 35)**

**La finalité du projet est d’offrir aux aidants[[1]](#footnote-1), un espace de dialogue, d’échange et de soutien.**

**L’atelier « Un temps pour soi » se veut être une action complémentaire à la prise en charge déjà à l’œuvre auprès du patient.**

**Les objectifs visés sont :**

* **favoriser un échange/partage des expériences avec d’autres aidants,**
* **les valoriser dans leur rôle auprès du patient, et dans leurs compétences (et aussi leur faire percevoir leurs limites), et leur permettre de se sentir reconnu/considéré,**
* **leur permettre de réaliser l’importance de prendre soin d’eux, de se ménager, non seulement pour l’individu qu’ils sont mais aussi pour la personne aidée,**
* **leur permettre de mesurer l’impact de leur statut sur leur santé et leur quotidien,**
* **leur permettre de prendre de la distance sur ce qu’ils vivent, sur leur rôle et sur la relation d’aide qu’ils ont avec la personne aidée,**
* **favoriser l’expression de leurs émotions et des difficultés qu’ils rencontrent,**
* **leur permettre d’avoir un temps de répit,**
* **lever les incompréhensions qui peuvent exister entre aidants et personnels du soin, sur la place et le rôle des uns et des autres.**

**Les actions envisagées consistent en l’accueil d’aidants dans un espace qui leur permette d’exprimer et d’élaborer autour de leur vécu auprès du(de la) patient(e).**

**Les usagers cibles sont les aidants des patients de l’HAD 35, dont la prise en charge est au moins supérieure à 15 jours.**

**Destiné aux aidants (personnes majeures) des patients de l’HAD 35, l’atelier « Un temps pour soi » fonctionnera sur le principe d’une inscription individuelle : le bordereau sera disponible sur le flyer d’information préalablement distribué et récupéré par les infirmières coordinatrices. Ainsi, elles pourront délivrer des informations sur l’atelier, si nécessaire. Il se tiendra 1 fois par trimestre, au siège de l’HAD 35. Sa durée est estimée à environ 3h30. Le nombre de participants est fixé à 6 maximum.**

**L’animation de l’atelier sera assurée par un binôme constitué d’une assistante sociale et d’une psychologue de l’HAD 35.**

**Le recours à des professionnels de l’HAD (socio-esthéticienne …), mais également à des intervenants extérieurs (sophrologue …), pourra être envisagé, pour une intervention ciblée dans leur domaine de compétence.**

**L’HAD 35 prévoit, pour faciliter le détachement des aidants et leur permettre cette distanciation, la mise à disposition de soignants pour assurer une présence à domicile auprès de la personne aidée pendant que son aidant participe à l’atelier. Une prise en charge financière du transport de l’aidant sera assurée, le cas échéant par l’HAD35.**

1. ***Aidant(e) : « Personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d’une personne en perte d’autonomie, du fait de l’âge, de la maladie ou d’un handicap. » Article 51 de la loi du 28 décembre 2015 relative à l’adaptation de la société au vieillissement.*** [↑](#footnote-ref-1)