

**La Résidence
BAYARD
Etablissement d'Hébergement
pour Personnes Agées
Dépendantes**

Propose une
**FORMATION
D'AIDE AUX
AIDANTS**



Cette formation gratuite est destinée à toute personne aidant à domicile, un proche souffrant de la maladie d'Alzheimer ou de démence apparentée.

En soi, aucune recette ou réponse miracle n'existe face aux troubles induits par la maladie. Mais cette formation vous propose de mieux connaître la maladie, ses manifestations et ses fonctionnements. Ainsi, l'objectif est de vous transmettre quelques clefs qui sauront vous soutenir dans l'accompagnement quotidien de celui ou celle dont vous avez la charge. Et parfois, savoir reconnaître ce que l'on fait déjà ou ce que l'on pourrait faire, permet de lutter efficacement contre les pires ennemis des aidants : le découragement et l'épuisement.

Si aujourd'hui vous occupez auprès de vos proches cette fonction d'aidant, c'est que vous souhaitez plus que tout, malgré la maladie et son inéluctable évolution, que cette personne puisse jouir chez elle, d'une vie digne et qu'elle souffre le moins possible. Cet objectif est plus que louable, mais ne peut se réaliser si vous même êtes épuisé.

Ainsi, l'ensemble des professionnels intervenant au cours de cette formation, travaillent dans le domaine de l'accompagnement de personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer. Ensemble, et avec les autres aidants présents dans le groupe, vous aurez la possibilité d'échanger, de discuter et de réfléchir non seulement à ce que peut vivre celui que vous accompagnez, mais aussi ce que vous vivez vous en tant qu'accompagnant.

Vous aurez aussi la possibilité de connaître les réseaux qui peuvent vous apporter un soutien dans le maintien à domicile de votre proche.

La formation se compose de 6 modules durant entre 2 et 3 heures chacun. Elle se déroulera les jeudis après midi.

Pour le bon déroulement de cette formation, nous vous demandons d'être présent à chacune des séances (sauf impossibilité majeure).

La formation est entièrement gratuite et interactive.

Lieu

**l'EHPAD « Résidence Bayard »,
19 rue Bayard,
38490 Les Abrets.**

Merci de demander les dates de la prochaine session auprès du secrétariat ou de Claire DALIN (la psychologue coordinatrice) qui validerons votre inscription au
04.76.32.07.08



EHPAD « Résidence
Bayard »,
19 rue Bayard,
38490 Les Abrets

PROGRAMME DE FORMATION

La maladie vue de l'intérieur :

Présentation, constitution du groupe.

Définition du statut de l'aidant, au regard de votre quotidien, mais aussi au regard de la loi. Mise en situation permettant d'appréhender ce que vit l'aidé au quotidien pour mieux le connaître et le comprendre.

Intervention menée par une psychologue et une aide soignante.

Mieux connaître la maladie et ses manifestations :

Les symptômes de cette maladie : d'où viennent-ils et que signifient-ils? Comment réagir face à leurs étrangetés? Comment les comprendre ?

Apporter des éléments théoriques sur la maladie, sur ses origines, ses évolutions possibles et ses traitements.

Connaître les symptômes qui la composent et face auxquels nous butons.

Intervention menée par un médecin gériatre.

Jour après jour :

Pouvoir imaginer comment répondre différemment et comment créer avec l'autre, de nouvelles manières de faire et d'accompagner les actes dits simples.

L'objectif de cette intervention est de traiter de ce que nous appelons « les activités élémentaires de la vie quotidienne ». C'est-à-dire des actes automatiques qui ne demandent pas qu'on y réfléchisse.

Intervention menée par une aide soignante, une diététicienne et une infirmière.

Jour après jour... Après jour !

Comment une bonne alliance avec les soignants permet de prolonger le maintien à domicile, sans que personne ne soit dépossédé de son rôle.

Aborder les « activités complexes de la vie quotidienne » : téléphoner, se déplacer sans risque, gérer son budget, faire les tâches ménagères, s'orienter dans le temps ou l'espace. Être sensibiliser à la prévention des chutes et aux « bons gestes » pour ne pas se faire mal.

Intervention menée par une ergothérapeute et une infirmière.

Écouter l'autre / s'écouter soi :

Savoir écouter ses limites sans culpabilité permet parfois de savoir mieux accepter l'aide qui existe autour de nous.

Comprendre ce que vit l'autre, comprendre la maladie et savoir mieux y réagir. Reconnaître ses propres limites, afin d'éviter les situations de rupture dangereuse.

Intervention menée par un psychologue.

Après la formation :

Pouvoir à l'issue de cette formation, ne plus se sentir seul, mais bien entouré et accompagné dans la durée de l'engagement auprès d'un proche à domicile.

Cette intervention qui clôture la session de formation permettra de découvrir un panel des aides existantes, des relais ou autres associations venant en aide aux aidants et à leur proche malade (représentants du Conseil Départemental, des associations locales d'aide à l'aidant...).