

SANTÉ

LES AIDANTS FAMILIAUX ONT AUSSI BESOIN D'AIDE

REIMS Une gériatre lance une plateforme en ligne, Haltemis, destinée à accompagner et aider dans toutes leurs démarches les proches de personnes devenues dépendantes.

L'ESSENTIEL

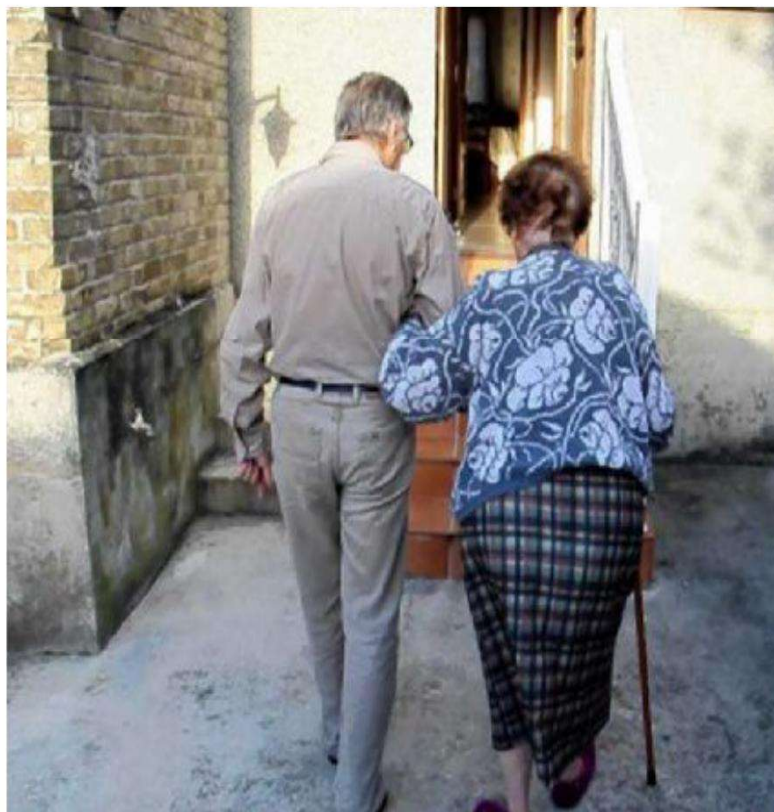
- **Conjoint, famille, proches**, de très nombreuses personnes prennent en charge et facilitent le quotidien d'une personne devenue dépendante pour des raisons de santé ou à cause d'un handicap. On appelle ces personnes des "aidants naturels". Ils sont près de 11 millions en France.
- **Au cours des 50 prochaines années**, le nombre des plus de 60 ans va être multiplié par deux et celui des plus de 80 ans par quatre.
- **Devenir un aidant n'est pas si naturel** que le nom le laisse entendre. C'est un rôle qu'on ne choisit pas et qui peut toucher tout le monde. Les personnes concernées peuvent vite se sentir démunies face à l'ampleur de la tâche qui leur incombe.

Prendre soin de ceux qui prennent soin... C'est le leitmotiv du docteur Anne Malouli, gériatre rémoise, qui a décidé voilà deux ans de ne plus exercer pour se concentrer sur un projet qui lui tenait à cœur : trouver une façon d'accompagner les aidants de personnes dépendantes, « parce que ceux qui aident ont aussi besoin d'être aidés ».

« On parle d'aidant naturel, mais il n'y a rien de naturel. C'est une situation compliquée, qu'on n'a pas choisie et qui nous tombe dessus, reconnaît Anne Malouli, trop souvent confrontée à ce problème lorsqu'elle travaillait en ehpad. J'ai vu trop de parents ou proches démunis qui ne savaient où, ni vers qui se tourner. Devenir aidant à des répercussions psychologiques, sur la santé et même financières. Il faut savoir qu'un conjoint aidant sur trois décède avant la personne qu'elle accompagne. Les gens sont tellement focalisés sur leur rôle qu'ils s'oublient, et ne prennent plus le temps de s'occuper d'eux ».

POUR ÉVITER QUE LES AIDANTS NE S'EFFONDRENT

« C'est compliqué, très compliqué, confirme Mathieu, jeune Rémois dont le père a été diagnostiqué Alzheimer il y a un an. Au début, tu es paumé, tu es démuné pas la maladie en elle-même et tu ne sais pas ce que tu dois faire, quelles démarches effectuer. C'est assez éparpillé... Pour moi, le plus gros problème, c'est que



Soutenir son proche dans la maladie peut s'avérer difficile. Une gériatre rémoise a été retenue par l'ARS pour son projet de plateforme en ligne destiné à aider les aidants.

je dois gérer à distance. Je suis cotuteur avec ma belle-mère qui a décidé d'arrêter de travailler pour pouvoir être avec mon père. Si elle ne l'avait pas fait, il aurait fallu le placer. Il n'empêche que c'est extrêmement difficile pour elle. Je pronostique son

effondrement dans peu de temps... » C'est en cela, pour éviter que les aidants ne s'effondrent qu'Anne Malouli a pensé Haltemis, une plateforme en ligne destinée aux aidants, regroupant sur un seul et même site toutes les informations

nécessaires. « Quand j'étais interne, je voulais inventer une maison de retraite innovante qui prenne soin des personnes âgées... Mon projet a évolué, en ce sens où pour bien prendre soins d'eux, il faut aussi prendre soin de leurs proches. Il faut prendre soin

LE PROJET A SÉDUIT L'AGENCE RÉGIONALE DE LA SANTÉ GRAND EST

Forte de son projet de plateforme Haltemis, dont la première version sera en ligne début octobre, Anne Malouli avait parallèlement répondu début janvier à un appel à projets de l'Agence régionale de la santé (ARS) Grand Est. C'est elle qui a été retenue pour mettre en place au cours de l'année des actions pour les aidants de personnes atteintes d'une maladie neurodégénérative. Plusieurs actions (conférence, formation des aidants) vont ainsi se dérouler sur le territoire de Fismes. Une conférence grand public, « Je soutiens mon proche dans la maladie. Et moi ? Qui prend soin de moi ? », sera ainsi proposée lors de la Journée nationale des aidants, le

samedi 6 octobre, salle du Cac, à Fismes de 15 à 17 heures. Suivra un programme d'accompagnement gratuit pour dix aidants d'un proche de plus de 60 ans atteint d'une maladie neurodégénérative. Cet accompagnement s'effectuera sur Fismes et se déroulera sur 4 mois (de fin novembre 2018 à début mars 2019). Il comprend : un entretien individuel préalable d'1 heure, trois ateliers de 3 h 30 en groupe (binômes aidants/aidés), cinq heures de formation à distance (web), cinq séances de 2 heures en groupe de parole avec une psychologue et un entretien individuel final d'1 heure. Plus d'informations sur contact@haltemis.fr



« On parle d'aidant naturel, mais il n'y a rien de naturel. C'est une situation compliquée, qu'on n'a pas choisie »

Anne Malouli, gériatre

de ceux qui prennent soin pour éviter qu'ils ne s'épuisent et pour cela, chaque aidant doit pouvoir trouver facilement de l'information, du soutien et du temps pour lui, précise la gériatre. L'aidant a besoin d'informations différentes en fonction de l'évolution de la maladie. Il a besoin d'aide au moment du diagnostic, pour ne pas s'essouffler lui-même, pour envisager un placement, accompagner une fin de vie... J'ai listé une cinquantaine de thèmes et le site, qui se veut le plus individualisé possible, évoluera au fur et à mesure. L'objectif est de développer un algorithme pour que chacun puisse trouver l'information la plus adaptée à sa situation. »

Pour l'heure, Anne Malouli propose à la fois un accompagnement à distance via sa plateforme web (haltemis.fr, qui sera finalisée début octobre), mais aussi un accompagnement présentiel sous forme d'ateliers pour le binôme aidant aidé. Sa plateforme s'adresse aussi bien aux particuliers qu'aux professionnels de la santé (médecins généralistes, professionnels du domicile). « En sensibilisant et en formant les aidants professionnels, l'objectif est de faciliter leur pratique professionnelle et améliorer la détection précoce des aidants naturels pour les accompagner le plus tôt possible », ajoute la jeune femme. À plus long terme, lorsqu'Haltemis aura trouvé sa vicesse de croisière, elle espère bien développer tout autour de Reims une offre de répit de jour itinérante pour permettre aux aidants de déconnecter quelques heures. « J'ai plein d'idées, aujourd'hui il faut les structurer. L'objectif est de pousser mon projet le plus loin possible. » ■

CAROLINE GARNIER