

## Société | En Béarn : Billère aide les aidants



**Pour la 3<sup>ème</sup> année consécutive, la ville de Billère, toute proche voisine de la capitale béarnaise, s'apprête à renouveler ses actions en faveur des aidants. Ces personnes, qui aident de manière quotidienne des proches malades, handicapés ou en perte d'autonomie, vivent souvent des moments difficiles tant moralement que physiquement. Afin de les sortir d'un certain isolement et de les soutenir au mieux dans leur rôle d'aidant, le CCAS de Billère, en partenariat avec le Centre d'animation municipal le Lacaoü, organise une série d'ateliers gratuits, sans condition de ressources et ouverts aux habitants des villes voisines de Lons et Jurançon. Objectif : former et informer ces aidants mais aussi libérer une parole sur une situation souvent lourde.**

« Au niveau national, on estime le nombre d'aidants à environ 11 millions de personnes », rappelle Jean-Yves Lalanne, le Maire de Billère. « Quelque part ça signifie, que même sans en avoir vraiment conscience on a tous été, ou on sera tous un jour l'aidant d'un proche. Proportionnellement au chiffre national, sur notre ville de Billère, il y aurait a minima entre 1000 à 2000 aidants de personnes malades ou âgées. Or, ça ne s'improvise pas l'accompagnement d'un senior ; ça nécessite d'être informé et de se former aux bons gestes... », poursuit-il.

Des aidants qui d'ailleurs eux-mêmes s'usent précocement tant psychiquement et physiquement, avec bien souvent des conséquences sur leur propre isolement et espérance de vie. « Ce phénomène d'isolement et de fatigue des aidants, nos personnels des services du maintien à domicile ou de l'aide à domicile, le constate chaque jour. C'est ce constat qui nous a motivé à agir pour aider les aidants », témoigne Marilyn Durand, directrice du CCAS de la Ville.

Avec cet objectif, est donc né il y a 2 ans un dispositif de soutien à ceux qui soutiennent, à travers un programme de réunions et d'ateliers proposé par le CCAS de la ville et le centre d'animation municipal le Lacaoü.

### Ateliers "techniques", sophrologie et discussions

C'est justement au Lacaoü que ces ateliers gratuits et animés par des professionnels qualifiés démarrera en novembre 2019. Au programme d'abord, des ateliers « cuisine et diététique », visant à apprendre aux aidants à réaliser des recettes pour personnes diabétiques, des recettes allégées en sel ou bien encore avec des textures modifiées, sans perdre de vue le plaisir de manger... Ensuite, un deuxième type d'atelier propose 3 sessions de

formation au geste des 1ers secours, et enfin une aide-soignante, formatrice des auxiliaires de soin à l'hôpital viendra animer 2 ateliers dédiés aux gestes et postures à connaître pour une meilleure « manipulation » des personnes âgées et/ou handicapées ou encore pour aménager les pièces permettant de faciliter le quotidien de ces personnes et de leurs aidants.

Mais au-delà de ces ateliers « techniques » pour aider au mieux, le CCAS propose un vendredi sur deux, du 18 octobre au 7 février, des temps d'échange collectifs et de paroles sur le quotidien de l'aidant familial animés par une géronto-psychologue de l'hôpital de Pau, régulièrement confrontée aux difficultés de l'accompagnement. Un temps permettant aux aidants de rompre l'isolement et de se livrer sur propre expérience, tout en se confrontant à celle des autres. Un temps pour soi, tout comme l'atelier de sophrologie organisé tous les mercredis au centre d'animation du 5 octobre au 5 février. « L'idée ici est que les aidants puissent souffler, se relaxer, lâcher prise, et prendre du recul sur une situation source de stress et de fatigue », commente Béatrice Lamarque, directrice du centre d'animation le Lacaou.

Enfin, le 12 novembre est organisée, au CCAS, une réunion d'information sur les services pouvant être apportés aux aidants, tant en matière de maintien à domicile que de financements possibles. Cette réunion, gratuite et ouverte à tous, permettra ainsi de faire le point sur les dispositifs existants ou à venir, à l'image, à partir 2020 du congé rémunéré pour les aidants, tel que récemment annoncé par le Gouvernement.

## "La difficulté des aidants à s'identifier comme tels"

Si l'ensemble des ces services est ouvert à tous les aidants de Billère, mais aussi aux voisins de Lons et Jurançon, l'un des freins premiers à sa mise en œuvre reconnaissent les partenaires, « c'est bien la difficulté des aidants à se reconnaître comme tels, et donc à se sentir concernés par ces initiatives », pointe Margot Triep-Capdeville, adjointe au Maire, vice-présidente du CCAS et conseillère départementale. Cela dit, entre l'attention du personnels du CCAS, la comunication dans la presse, le journal local et le site internet de la ville ou encore par la distribution de flyer sans oublier le bouche à oreille et le maillage associatifn important de la ville, l'initiative, qui s'apprête à démarrer sa 3ème édition, trouve chaque année un public un peu plus large. Preuve de ce succès : le renouvellement de son financement par le conseil départemental « au seul vu de son bilan positif », souligne l'élue. Par ailleurs, face à le situation des aidants et à leur nombre, « c'est un dispositif qui peut tout à fait être dupliqué, pointe Jean-Yves Lalanne. Nous sommes d'ailleurs prêts à partager notre expérience acquise avec d'autres collectivités ». L'invitation est lancée.



Solène Méric

*Crédit Photo : Aqui.fr*  
*Publié sur [aqui.fr](http://aqui.fr) le 17/09/2019*  
*[Url de cet article](#)*