



CCAS

Centre Communal d'Action Sociale

PROJET AIDE AUX AIDANTS



Dans le cadre de sa politique de prévention de l'autonomie et de la santé, les membres du Conseil d'administration du CCAS de Carbon-Blanc souhaitent se mobiliser pour apporter un soutien aux aidants proches.

8,3 millions de personnes de 16 ans ou plus aident de façon régulière et à domicile une ou plusieurs personnes de leur entourage pour des raisons de santé ou de handicap.

Parmi elles, 4,3 millions sont aidantes de personnes de plus de 60 ans et 4 millions sont aidantes de personnes de moins de 60 ans. Il s'agit le plus souvent de femmes (57 %), de personnes membres de la famille (79 % dont 44 % des conjoints), de personnes exerçant une activité professionnelle (47 %) ou étant retraitées (33 %).

Qu'est-ce qu'un aidant ?

Un « Proche Aidant » vient en aide de manière régulière, pour les actes de la vie quotidienne, à une personne dépendante de son entourage, quel que soit son âge et/ou sa pathologie.

Pensez-vous être un aidant ?

Voici un questionnaire qui vous permettra de vous situer dans votre rôle d'aidant.

QUESTIONNAIRE

à remplir et retourner à l'adresse suivante : sce-social@carbon-blanc.fr
ou à déposer au CCAS ou à la mairie **avant le 15 septembre.**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Date de naissance :

1. Je passe du temps avec un proche dépendant :

> Malade

> Ou porteur d'un handicap quel que soit son âge et son degré de dépendance

Oui Non

2. A quelle fréquence :

1 fois par mois tous les 15 jours 1 fois par semaine tous les jours

3. Je me sens fatigué(e), usé(e) : Jamais Parfois Souvent

4. Je suis de plus en plus isolé(e) : Jamais Parfois Souvent

5. Je n'ai plus de temps pour moi : Jamais Parfois Souvent

11. J'en oublie ma propre santé : Jamais Parfois Souvent

Si vous avez coché « oui » à la question 1 et au moins un « parfois » ou un « souvent », alors vous êtes un proche aidant.

cadre réservé aux aidants

Je souhaite participer à un ou plusieurs ateliers :

• **La conférence :** Oui Non

• **Escale aux aidants :** Oui Non

• **Les ateliers bien-être à domicile :** Oui Non

• **Au parcours de formation :** Oui Non

Je souhaite être simplement contacté par le CCAS de ma ville pour échanger sur ma situation :

Oui Non

À PARTIR DE SEPTEMBRE 2022

En direction des aidants, le CCAS de Carbon-Blanc s'engage dans les démarches suivantes :

- > Aller à votre rencontre afin de connaître vos besoins,
- > Vous apporter une écoute et un soutien au 05 57 77 68 69,
- > Construire ensemble des projets destinés à vous apporter un moment de répit...

Aussi, nous vous invitons à venir **partager 4 temps forts** :
Alors rejoignez-nous dans les divers ateliers gratuits proposés dès le mois d'octobre !

- 1 Une conférence sur l'aide aux aidants** : le jeudi **06 octobre** 2022
- 2 Une escale aux aidants autour d'un café animée par une psychologue** :
6 octobre à 14h30 / 27 octobre à 14h30 / 17 novembre à 14h30 / 8 décembre à 14h30
- 3 Des soins bien-être à domicile par une esthéticienne pour les aidés et/ou aidants** :
Maximum 18 personnes
- 4 Des formations en direction des aidants réalisé par Symphonie Formations et Conseils** :
Maximum de 10 à 12 personnes

Le CCAS propose un parcours de 8 séquences de formations dispensé par « Symphonie Formations et Conseils » en direction de **10 à 12 personnes**.

10/10/22 > **Séquence 1** : l'aidant familial et ses droits (Quels soutiens si arrêt de travail pour aider un parent ... droit de l'aidant ...)

24/10/22 > **Séquence 2** : l'aidant familial et la pathologie de son proche,

07/11/22 > **Séquence 3** : l'aidant familial son rôle et sa place : la cellule familiale,

14/11/22 > **Séquence 4** : l'aidant familial et sa santé : prendre soin de soi,

28/11/22 > **Séquence 5** : l'aidant familial et les dispositifs locaux les acteurs du territoire,

12/12/22 > **Séquence 6** : l'aidant et les acteurs au sein du maintien à domicile : l'articulation entre tous ses acteurs

02/01/23 > **Séquence 7** : l'aidant familial et le répit

16/01/23 > **Séquence 8** : l'aidant familial les aides techniques le secourisme et des gestes et postures

Toutes les séquences auront lieu de 14h à 17h à la résidence autonomie : Place de l'Église à Carbon-Blanc

OÙ TROUVER LE CCAS ?



Suivre direction :
Médiathèque / Cinéma Favols

Le CCAS se situe à la Maison pour
Tous face à l'association la Croix-
Rouge Française.

CCAS de Carbon-Blanc : « Au plus près de vous ! »

HORAIRES :

Le lundi : 8h30 à 12h00 et 13h30 à 18h00
Du mardi au jeudi : 8h30 à 12h00 et 13h30 à 17h00
Le vendredi : 8h30 à 12h00 et 13h30 à 16h00

PARTENAIRES



Ma Ville et Moi
Scannez-moi

Ville de Carbon-Blanc
17 avenue André Vignau Anglade
33560 Carbon-Blanc

05 57 77 68 68 •  Ville de Carbon-Blanc • carbon-blanc.fr

