

FICHE ACTION DE LUTTE CONTRE LA PERTE D'AUTONOMIE DES SENIORS ET POUR LE SOUTIEN DE LEURS PROCHES AIDANTS

UFCV

ACTION : ANIM & DANTS – ATELIERS POUR LES AIDANTS

L'UFCV

Association nationale laïque et pluraliste, l'UFCV a pour objet de :

- Développer et promouvoir des actions d'animation, d'éducation, de formation et d'insertion sociale et professionnelle dans toutes les périodes de la vie, en milieux urbain et rural, aux plans local, national ou international
- Favoriser la création de liens entre les générations, la rencontre des cultures et le développement d'actions de solidarité
- Maintenir les liens sociaux et lutter contre l'exclusion, notamment par des actions de prévention
- Former des bénévoles, des volontaires s'engageant dans la vie sociale et culturelle, participer à la formation professionnelle des salariés

Plus spécifiquement auprès des seniors, l'UFCV œuvre pour accompagner le bien vieillir et prévenir la perte d'autonomie. Elle initie des démarches sur les territoires pour développer des politiques axées sur la prévention des effets du vieillissement, entre autres.

L'ACTION

Les ateliers pour les proches aidants sont encadrés par un animateur spécialisé et un intervenant professionnel. Il s'agit d'un temps de détente, de lâcher prise pour les proches aidants qui prennent rarement du temps pour eux. Ils ont la possibilité de venir accompagnés de leurs aidés et les thématiques des séances sont variées, selon les besoins des participants : bien-être, loisirs créatifs, informations sur les droits et démarches des aidants, jeux...

LES OBJECTIFS

- Repérer les aidants
- Renforcer les liens aidants/aidés qui, avec le temps et les difficultés, ont tendance à se détériorer
- Soutenir les aidants dans leur quotidien en leur offrant un vrai temps de pause, de détente et de divertissement
- Permettre aux participants de rencontrer de nouvelles personnes et d'échanger afin de prendre conscience qu'ils ne sont pas seuls dans cette situation
- Sensibiliser les aidants à leurs droits et aux possibilités d'accompagnement (humain et financier)

LE DÉROULEMENT

Organisées à raison d'un atelier de deux heures trente chaque semaine, ces séances collectives permettent aux participants de prendre un véritable temps de pause et de lâcher prise. Au cours des premières séances, des activités choisies spécifiquement pour leur côté attractif et fédérateur sont proposées afin d'inciter ce public, difficile à extraire du quotidien, à réaliser l'importance de s'accorder des moments de détente et/ou de loisir. Le contenu est adapté aux envies du groupe : yoga, sophrologie, loisirs créatifs, jeux pour la mémoire, activités artistiques, etc.

Au cours des séances suivantes, des thématiques concernant plus spécifiquement ce public sont proposées, en ce compris l'approche numérique avec les démarches administratives pour les droits des aidants. Chacune de ces séances est animée par un chargé de mission seniors de l'UFCV ainsi que, le cas échéant, d'un intervenant spécialisé dans une discipline où nous ne possédons pas la compétence.

Nous donnons en outre la possibilité aux aidants de venir accompagnés de leurs aidés car s'en séparer représente souvent un frein à leur participation. Dans cette configuration, les activités sont adaptées en fonction des aidés et le groupe peut être scindé en deux si nécessaire, avec deux thématiques et un intervenant spécialisé.

Enfin, nos animateurs sont accompagnés de jeunes en mission de service civique, ce qui permet d'enrichir les liens intergénérationnels.

LES MODALITÉS D'ACTION

Durée : une intervention de 2h30 par semaine pendant 12 à 14 semaines

Public visé : proches aidants de plus de 60 ans, personnes en situation d'aide mais qui ne se reconnaissent pas comme tels, leurs aidés le cas échéant.

Nombre de bénéficiaires : 10 par atelier et plus possible au fil des séances

Moyens mise à disposition : un local adapté pour chaque séance, un professionnel de l'action sociale de l'UFCV, un intervenant professionnel selon la thématique de la séance, questionnaires d'évaluation et de satisfaction à l'issue des cycles réalisés...

LE COUT

Coût par séance : 360 Euros

Financement ou co-financement possible en fonction des financements demandés ou en cours.

CONTACT

UFCV Occitanie – seniors.occitanie@ufcv.fr – 04 67 87 80 31