

Vous êtes aidant ? en Carmausin-Ségala

De plus en plus de personnes sont amenées, à un moment de leur vie, à s'occuper d'un de leurs proches (parents, enfants, conjoint...) atteint d'une maladie, d'un handicap ou d'une perte d'autonomie liée à l'âge. Sans aide, le maintien à domicile est difficile.

Depuis 2011, la MSA Midi-Pyrénées Nord a impulsé une dynamique partenariale sur le territoire avec des associations, des élus locaux, des aidants, afin de soutenir les proches aidants dans leur quotidien.

Aujourd'hui la démarche se poursuit, portée par un collectif de partenaires* dont l'ambition est de conduire une action coordonnée sur le territoire en faveur des aidants familiaux. Ce collectif est piloté par la Communauté de Communes Carmausin-Ségala dans le cadre du Contrat Local de Santé et co-animé en partenariat avec l'Association des Centres Sociaux du Ségala Tarnais.

Depuis 2011, de nouveaux membres ont rejoint ce collectif qui reste ouvert et à l'écoute des besoins des aidants du territoire de la Communauté de Communes.

Un questionnaire pour mieux connaître les besoins des aidants sur le territoire

C'est dans le cadre de cette démarche que nous vous proposons de répondre au questionnaire suivant afin de mieux vous connaître. Deux possibilités pour répondre au questionnaire **avant le 30 novembre 2018** :

- > Complétez le questionnaire suivant et déposez-le chez votre pharmacien.
- > Vous pouvez également compléter ce questionnaire en ligne, rendez-vous sur www.carmausin-segala.fr/sante

11 millions de proches aidants. Et vous ?

1- Vous apportez votre aide à une personne.

- Oui Non

2- C'est une aide non professionnelle.

- Oui Non

3- Vous venez en aide à cette personne sur des actes et activités du quotidien de façon régulière et fréquente.

- Oui Non

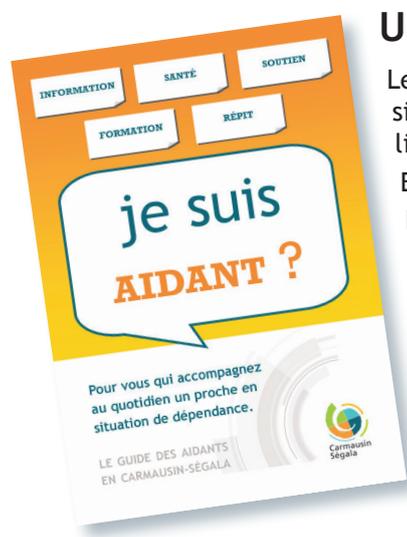
Si vous répondez OUI aux 3 questions ci-dessus, vous êtes AIDANT.

Sauriez-vous dire depuis combien de temps vous êtes aidant ? _____

Vous aidez ? 1 personne 2 personnes ou +

* Le collectif est composé de la Communauté de Communes Carmausin-Ségala, le Département du Tarn, la MSA Midi-Pyrénées Nord, l'Association des Centres Sociaux du Ségala Tarnais, l'Association France Alzheimer, le Service de Soins Infirmiers À Domicile d'Almayrac, la MAIA Tarn Nord, le Pôle prévention FILIERIS Sud, ADOMICIA, Présence Verte, l'EHPAD de Monestiés, le Pôle Régional MND, la fédération ADMR, l'ANGDM, la Maison de Santé Pluri-professionnelle du Ségala, la Mairie de Tanus, l'ASAD - Association de Soutien à Domicile.





Un guide pour accompagner les aidants au quotidien

Le Collectif de Soutien aux Aidants de la Communauté de Communes Carmausin-Ségala a conçu un outil pour informer les proches aidants des dispositifs, des lieux ressources afin de ne pas rester seul.

En effet, chaque situation est particulière de par la maladie ou la dépendance du proche, de sa relation avec la personne aidée ou encore de par sa propre situation familiale, économique...

AU SOMMAIRE DE CE GUIDE, CINQ RUBRIQUES :

- > Où trouver de l'information ?
- > Vous cherchez de l'écoute et du soutien ?
- > Pour mieux agir dans votre quotidien, vous souhaitez vous former ?
- > Et votre santé ?
- > Du temps libre rien que pour vous ?

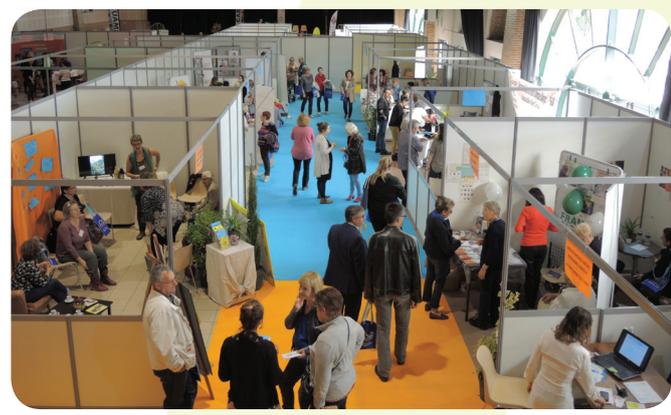
Disponible en téléchargement sur www.carmausin-segala.fr/sante



Trouver de l'information
Forum des Aidants - 19 octobre 2017



Se retrouver
Week-end de répit 2017 organisé par l'Association des Centres Sociaux du Ségala Tarnais



Se former, lors de réunions d'information et d'échanges
Tanus - 24 mai 2018 : *Le vieillissement, mieux comprendre pour mieux accompagner*

Interco'Mag - Le dossier, Bulletin d'information de la Communauté de Communes Carmausin-Ségala (3CS)
2 rue du Gaz 81400 CARMAUX - 05 63 36 14 03
www.carmausin-segala.fr
Directeur de la publication : Didier SOMEN
Impression : Imprimerie Delort à Castanet-Tolosan
Tirage : 15 750 exemplaires - Diffusion : La Poste
Mise en page : Service Communication 3CS
Dépôt légal à parution : novembre 2018 - ISSN 2427-335X
Crédits photographiques : 3CS - Association des Centres Sociaux du Ségala Tarnais - Rawpixel.com / Freepik

VOUS ÊTES AIDANT ?

Le Collectif des aidants en Carmausin-Ségala vous propose ce questionnaire afin de mieux connaître vos besoins, d'identifier les difficultés que vous rencontrez en tant qu'aidant d'un proche en situation de dépendance.

Vous êtes...

- Une femme Un homme

Quel âge avez-vous ? _____

Vous habitez : (Nom de la commune)

Quel est votre lien avec la personne que vous aidez ? Vous êtes :

- Le conjoint
 Un ascendant (père, mère, grand-père, grand-mère)
 Un enfant (fils ou fille)
 La sœur ou le frère
 Un autre parent (neveu, nièce, cousin, cousine, beau-frère, belle-sœur, oncle, tante...)
 Un ami ou un voisin
 Autre, précisez : _____

Quelle est votre situation professionnelle ?

- Vous êtes en activité
 Vous êtes à la retraite
 Vous ne travaillez pas

Avez-vous été contraint de cesser, réduire ou aménager votre activité professionnelle en raison de l'aide dispensée ? Oui Non

Votre organisation...

Aidez-vous cette personne ?

- Tous les jours
 Plusieurs fois par semaine
 Une fois par semaine
 Moins

Par semaine, cela représente :

_____ (nombre d'heures)

Aidez-vous cette personne la nuit :

- Oui Non

D'autres personnes que vous s'occupent-elles de la personne que vous aidez ?

- Oui, à titre professionnel
 Oui, à titre non professionnel
 Non, vous êtes seul à vous occuper de cette personne.

Renseignements sur la personne que vous aidez

Si vous aidez plusieurs personnes, merci de choisir une seule personne pour compléter les questions suivantes.

Quel est l'âge de la personne que vous aidez ?

La perte d'autonomie est-elle liée :

- Au vieillissement
 A la maladie
 Au handicap
 Autre, précisez :

Pouvez-vous préciser le type de handicap ou de maladie ? _____

La personne que vous aidez bénéficie-t-elle d'une allocation ou d'une aide spécifique ?

- Oui Non Ne sais pas

Si oui, de quelle allocation ou aide s'agit-il ?

- APA (Allocation Personnalisée Autonomie)
 Prestation de Compensation du Handicap
 Plan d'aide personnalisé de sa Caisse de retraite

Les difficultés que vous rencontrez sont-elles liées ?

	PAS DU TOUT	UN PEU	BEAUCOUP
A votre santé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A votre âge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A votre logement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A vos obligations professionnelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A vos obligations familiales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A l'éloignement géographique avec la personne aidée (kilomètres)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Au manque d'équipements adaptés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Au manque de moyens financiers	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Au manque de structures d'accueil pour :			
> L'aidant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> L'aidé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Au manque de services à proximité	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Au manque de concertation et de coordination entre les services qui interviennent auprès de la personne aidée	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





Les difficultés que vous rencontrez sont-elles liées ?

PAS DU TOUT UN PEU BEAUCOUP

- A la gestion du temps en général
- Au manque de temps pour soi
- Au manque de soutien pour :
 - > Les tâches domestiques et ménagères
 - > Les courses
 - > Les soins personnels (toilette, habillage, repas...)
 - > Le lever / le coucher
 - > La gestion du budget, des papiers, des démarches administratives
 - > L'accompagnement aux visites médicales
 - > La prise de médicaments
 - > Les sorties / les promenades
 - > Assurer une présence, une compagnie
- Au manque d'informations sur :
 - > Les aides financières
 - > Les services d'aides et de soins à domicile
 - > Les établissements
 - > Le handicap, la maladie

Nous vous remercions du temps que vous avez bien voulu consacrer à remplir ce questionnaire.

Où déposer votre questionnaire ?

Plusieurs points de collecte existent sur le territoire de la Communauté de Communes Carmausin-Ségala. Pensez à le déposer avant le 30 novembre 2018.

- > chez votre pharmacien (Blaye-les-Mines, Cagnac-les-Mines, Carmaux, Monestiés, Mirandol-Bournounac, Pampelonne, Saint-Benoît-de-Carmaux, Tanus, Valdériès)
- > vous pouvez également compléter le questionnaire en ligne sur www.carmausin-segala.fr/sante

Ce qui pourrait vous aider...

Parmi les propositions ci-dessous, quelles sont celles qui pourraient vous aider ?

OUI NON PEUT-ÊTRE

- Participer à :
- > des ateliers en groupe
 - > des ateliers individuels
 - > des ateliers de détente, loisirs ou relaxation
 - > un groupe de paroles et d'échange entre aidants
 - > une formation pour mieux comprendre et accompagner la maladie
 - > des conférences débats
 - > des visites d'établissements d'accueil
- Avoir plus de temps pour moi et ma famille
- Etre plus ou mieux relayé
- Partager un moment ou une activité entre aidant et aidé
- Souhaiteriez-vous que la personne que vous aidez puisse être accueillie de temps en temps dans une structure d'accueil
- Aimeriez-vous avoir un lieu où vous pourriez :
- > Parler de votre rôle d'aidant
 - > Poser vos questions
 - > Rencontrer des bénévoles, des professionnels
 - > Vous informer
- Autres suggestions qui pourraient vous aider : _____

Connaissez-vous le Collectif de soutien aux aidants Carmausin-Ségala ?

- Oui Non

Avez-vous déjà participé à une des actions* organisées par ce collectif ?

- Oui Non

* L'escambiar des aidants, les réunions d'information, le 1^{er} forum des aidants, le réseau de visiteurs bénévoles, les séjours de répit, les soirées ciné-débat...

Ce questionnaire est anonyme. Néanmoins, si vous voulez être informé des réponses à ce questionnaire, merci de noter vos coordonnées ci-dessous.

Nom et Prénom : _____

E-mail : _____

Adresse postale : _____

Communauté de Communes Carmausin-Ségala
2 rue du Gaz 81400 Carmaux
Service Santé : 05 63 80 20 56 - v.huc@3c-s.fr