

## **REPIT DE L'AIDANT – SEJOURS VACANCES AIDANTS-AIDES**

### **EHPAD de SAINT JACUT DE LA MER**

**Du 13 au 22 mars 2017 & du 9 au 18 mai 2017**

**Un séjour vacances pour des couples dont l'un des membres est atteint de la maladie d'Alzheimer ou apparentée**

#### 1. La maladie d'Alzheimer

Aujourd'hui, 3 millions de Français sont directement ou indirectement touchés par la maladie d'Alzheimer, dont plus de 850 000 personnes malades. Avec près de 225 000 nouveaux cas diagnostiqués chaque année, la maladie progresse, si rien ne change, notre pays comptera 1 275 000 personnes malades dans seulement 8 ans (*source France Alzheimer*).

#### 2. Ses conséquences sur le conjoint

Vivre aux côtés d'un malade atteint de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée génère souvent un état de stress et de fatigue très important. Le proche sollicite en permanence son conjoint, et nécessite une surveillance de tous les instants. De plus, lorsqu'il le laisse seul, des sentiments de culpabilité et d'inquiétude s'emparent souvent de l'aidant. Cette attention de tous les instants n'est pas sans risque pour la santé de l'aidant. De nombreuses études montrent à quel point les aidants, par leur dévouement, sont souvent contraints de renoncer sur le plan personnel, à des projets importants ou à leur vie sociale, et se retrouvent en difficulté tant au plan de leur santé physique que morale. Ils sont sollicités 24 heures sur 24, et gèrent seuls le quotidien. L'accompagnant n'est plus seulement un conjoint, mais aussi un soignant, un référent financier et administratif. Cette situation peut entraîner un isolement social.

**Aussi, les aidants ont besoin de pouvoir « souffler », se ressourcer, se poser tout simplement tout en étant rassurés sur la prise en charge de leur proche malade. Par sa proposition de séjours vacances, Mutualité Retraite Côtes d'Armor apporte une réponse de répit aux aidants.**

**Après plusieurs expériences réussies depuis 2012, Mutualité Retraite Côtes d'Armor propose en 2017 deux séjours vacances dans un Ehpad en bord de mer à Saint Jacut de la Mer, du 13 au 22 mars 2017 pour 2 couples et du 9 au 18 mai 2017 pour 3 couples dont la maladie affecte le quotidien. Au programme : détente, visites, découvertes, accompagnement personnalisé et prise en charge de la personne souffrante.**

**Les aidants aussi ont besoin d'être aidés**

**Dans le cadre de la loi ASV (Adaptation de la Société au Vieillessement) promulguée le 28/12/2015, l'aidant peut bénéficier d'une aide de 500€/an correspondant au droit au répit des aidants (décret n° 2016-210 du 26 février 2016).**

### 3. Un séjour vacances permettant à chacun de souffler

Le principe du séjour est d'accueillir les couples au sein d'un de notre Ehpad de Saint Jacut de la mer ou à Plouisy. Les personnes malades sont prises en charge par l'équipe de soignants au même titre qu'un hébergement temporaire, dans le cadre de notre service Tempomut. Les personnes accompagnantes sont prises en charge par une animatrice qui en amont du séjour aura préparé avec les personnes le contenu du séjour.

Plusieurs objectifs sont développés :

- *Pour la personne malade :*
  - Un accompagnement selon les besoins par une équipe de professionnels dans un cadre sécurisant et sécurisé
  - Des activités et animations adaptées,
  
- *Pour la personne aidante :*
  - Un temps de répit avec le quotidien,
  - Du repos dans un cadre agréable,
  - Du temps pour soi,
  - Des échanges,
  - Un partage d'expériences,
  - Des animations, sorties...

Ce séjour est ouvert à toutes les personnes concernées, de plus de 60 ans, avec une priorité pour les Costarmoricains.

Il est à préciser que la notion de couple (aidant/aidé), peut-être par exemple conjoint/conjointe – mère/fille – frère/sœur ...

### 4. Modalités pratiques

Renseignement et inscriptions: secrétariat de Mutualité retraite au : 02-96-75-44-40

### 5. Une offre qui complète les aides au maintien à domicile

Face à la difficulté des aidants, Mutualité Retraite inscrit ce nouveau service en complémentarité de son activité d'hébergement temporaire : Tempomut. Elle gère 10 EHPAD de 21 à 60 places. Ils sont tous situés en centre bourg dans le département des Côtes d'Armor. Mutualité Retraite cherche à répondre aux besoins exprimés par la population en développement des alternatives à l'hébergement permanent et en privilégiant le maintien à domicile.

Différents services sont ainsi proposés :

- Tempomut : Ce sont 45 places d'hébergement temporaire sur 4 sites,
- L'accueil de jour,
- Le portage des repas à domicile,
- La table d'hôte consiste à accueillir des personnes âgées de l'extérieur pour un repas au sein des structures. L'objectif est de faire un lien avec le domicile, tisser des relations, et avoir un premier contact avec la vie en collectivité.

**Mutualité Française Côtes d'Armor**

7, rue des Champs de Pies - CS 30008 - 22099 SAINT-BRIEUC cedex 9  
Standard : 02 96 75 44 44 - [www.mutualite22.fr](http://www.mutualite22.fr)